

Fallpreventionsveckan v. 40

Den 30 september – 4 oktober



VECKANS AKTIVITETER

MÅNDAG 30/9

Mjukstarta fallpreventionsveckan med att testa om du har risk för fall, med *Självtest för balans, styrka, gång*, Se gärna också *en kort film!*

TISDAG 1/10

EM 13–14 Nyköpings Museum: FoU i Sörmland lanserar Kunskapsstödet för fallprevention. Om du vill delta digitalt, anmäl dig via [>anmälningsformuläret](#).

EM 14.30–16 Nyköpings Museum: Prova på det fallförebyggande träningsprogrammet FallFitness med licensierad FallFitnessinstruktör från SPF. Passa även på att göra självtest för fallrisk, få tips på träning och prata med forskare inom fallprevention.

ONSDAG 2/10

FM 9-11 Digital föreläsning om Forskningsprojektet Fallfitness och om träning för äldre. Anmäl dig via [>anmälningsformuläret](#).

TORSDAG 3/10

EM 13-16 Pensionärernas Hus: Nyköpings Lasarett och Nyköpings kommun bjuder på korta föreläsningar som är kopplade till fallolyckor/fallprevention. Utställning/mässa i anknäring till föreläsningarna där man kan ta del av kommunens arbete rörande fallprevention.

FREDAG 4/10

Lyssna på *FoU-podden* om hur Sörmland kan samverka kring fallprevention.

I Sörmland uppmärksammar vi den årliga fallpreventionsveckan med olika aktiviteter för att bidra till att minska fallolyckor och fallskador.

Du som jobbar med äldre, själv är 65 + eller du som bara är intresserad är välkommen!

Program & anmälan

Läs mer om fallpreventionsveckan och anmäl dig till veckans aktiviteter på

www.fou.sormland.se/fallpreventionsveckan

