

Sicherheit durch Training und Umgebungsgestaltung

25.08.2025

Was kann ich tun, damit mein Zuhause nicht zur Stolperfalle wird? Eine kostenlose Veranstaltung der Fachstelle Alter und Gesundheit ABS in Zusammenarbeit mit regionalen Partnerorganisationen.

Stürze sind die häufigste Unfallart im Alter. Besonders häufig stürzen wir zu Hause. Fast zwei Drittel der Sturzunfälle geschehen ebenerdig, meist dann, wenn man es nicht erwartet (www.bfu.ch). Ein Sturz kann schwerwiegende Folgen haben wie Spitalaufenthalt, Verlust der Selbständigkeit

oder Eintritt in ein Pflegeheim. Um Stürze zu vermeiden, können Stolperfallen entfernt, Haltegriffe angebracht, geeignete Hilfsmittel eingesetzt und Kraft und Gleichgewicht trainiert werden.

Die Fachstelle Alter und Gesundheit ABS lädt die Bevölkerung am 11. September 2025 zur öffentlichen Veranstaltung „Was kann ich tun, damit mein Zuhause nicht zur Stolperfalle wird?“ ein. Die Veranstaltung findet im Kronenmattsaal, Weihermattstrasse 10, in Binningen statt und ist kostenlos.

Im Anschluss an die Veranstaltung bleibt Zeit für den persönlichen Austausch mit den Referierenden und den Mitarbeiterinnen der Fachstelle Alter und Gesundheit ABS.

Die Referierenden sind:

Matthias Imhof, Praxis für Ergotherapie Allschwil. Er zeigt die typischen Stolperfallen im eigenen Zuhause auf und wie mit einfachen Massnahmen und Hilfsmitteln Stürze vermeiden werden können.

Denise Fröhlich, Procap Baselland. Sie stellt das kantonale Förderprogramm für altersgerechte Umbauten vor, das sowohl Beratung als auch finanzielle Beiträge für Umbaumaassnahmen beinhaltet.

Pro Senectute Beider Basel. Kraft, Gleichgewicht und Koordination können mit einfachen Alltagsübungen trainiert werden oder gemeinsam mit anderen in einem ihrer Kursangebote.

Fachstelle Alter und Gesundheit ABS
Binningerstrasse 95
4123 Allschwil
T 061 575 21 00
info(at)fag-abs.ch
www.alterundgesundheit-abs.ch

Flyer

<http://www.allschwil.ch/de/aktuelles/meldungen-news/Sicherheit-durch-Training-und-Umgebungsgestaltung.php>