

# Sturzprävention

(hs) Eine Reihe von Faktoren tragen zu einer erhöhten Sturzgefährdung bei. Zu den wichtigsten gehören Muskelschwäche, Schwierigkeiten bei der Körperbalance, kognitive Einschränkungen oder eine eingeschränkte Sehfähigkeit. Umgebungsfaktoren wie z.B. Hindernisse oder ein nasser Fußboden können einen Sturz ebenfalls auslösen. Es sind jedoch häufig mehrere Faktoren am Sturzgeschehen beteiligt. Der überwiegende Teil der Stürze passiert in der eigenen Wohnumgebung, sei es als Sturz auf gleicher Ebene, als Sturz von Treppen/Stufen oder als Sturz aus der Höhe. Im Rahmen der Vortragsreihe

von Hiergeblieben e.V. wird Annabell Schreiber, Mitarbeiterin in der Sozialarbeit des Deutschen Roten Kreuzes, Kreisverwaltung Darmstadt-Stadt e.V. sowohl Sturzursachen, wie Maßnahmen zur Sturzprävention vorstellen, die in der Lage sind, die Anzahl von Stürzen zu reduzieren. Sie wird in der Diskussion auch Fragen beantworten. Die Veranstaltung findet statt am 5. November von 15.30 bis 16.30 Uhr im Nachbarschaftscafé des Vereins Hiergeblieben im Bürgersaal des Luise-Büchner-Hauses, Grundstraße 10, 1. Etage. Sie sind herzlich eingeladen. Der Eintritt ist frei.