

Erfolgreiche Sturzvorbeugung im AWO Marie-Juchacz-Haus



Das AWO-Marie-Juchacz-Haus in der Jägerstraße hat nun ein Zertifikat der AOK für die erfolgreiche Einführung des Sturzpräventionsprojekts erhalten. „Kraft- und Balancetraining“ heißt der Schlüssel zum Erfolg. Mit dem Training verbessern ältere Menschen ihre Steh- und Gehfähigkeit. „Sie erhalten damit mehr Sicherheit bei alltäglichen Bewegungsabläufen“, betont AOK-Projektleiterin Isolde Sokol und lobt die acht Teilnehmer für ihre Ausdauer beim Projekt. „Die Bewohner machen gerne mit“, so Elisabeth Pelka, Projektmentorin beim Marie-Juchacz-Haus, die zwei Mal pro Woche mit Hanteln und anderen Hilfsmitteln mit den Senioren trainiert.

Volksblatt, 30.04.2009