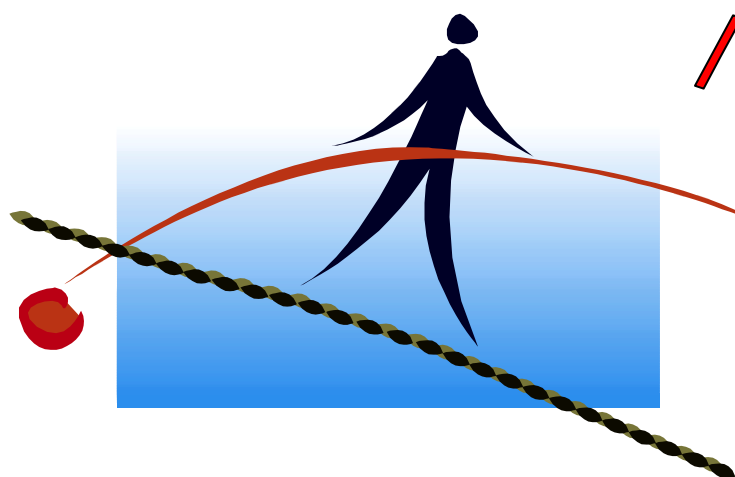


# Kraft-Balance- Training

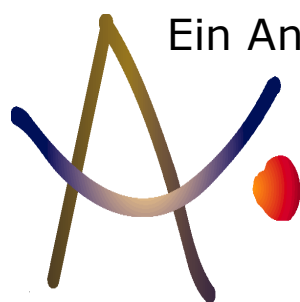


*Neues Angebot  
ab November 2009*

## Sturzprävention

Die Teilnahme am Kraft-Balance-Training leistet einen erheblichen Beitrag zur Sturzprävention im Alter. Körperliche Aktivitäten und gezielte Bewegung fördern die Lebensqualität, die Mobilität und Selbstständigkeit älterer Menschen.

**Dienstags 15.00 – 16.00 Uhr im Pastor Weiß Haus  
Düsseldorfer Str. 18a, 40822 Mettmann**



Ein Angebot des Seniorentreffs „jute Stuw“

in Kooperation mit dem

Senioren- & Pflegezentrum  
Haus St. Elisabeth

Alzheimer-Gesellschaft  
Düsseldorf & Kreis Mettmann e. V.



mit freundlicher Unterstützung  
der AOK Rheinland/Hamburg der Gesundheitskasse

Infos unter:

[www.st-elisabeth-mettmann.de](http://www.st-elisabeth-mettmann.de)

☎ 02104 / 792 0