

Bewegt ÄLTER werden in Verl!

**Termin: Donnerstag, 7.09.2017, 15.00 bis 16.30
Uhr. Treffpunkt: Sürenheider Dorfgemeinschafts-
haus, Posener Str. 2.**

6. Verler Rollator-Tag



Stadt Verl

Ein guter Grund.

&



„Raus aus dem Sessel, ran an den Rollator“



Wer seinen Rollator liebt, der schiebt.

Für viele Mitmenschen ist die fahrbare Gehhilfe kaum noch wegzudenken. Doch der richtige Umgang mit der rollenden Gehhilfe will gelernt sein: In Verl lernen die Seniorinnen und Senioren nun in einem speziellen Aktionsnachmittag, was sie dabei alles beachten müssen. „Der Rollator verleiht mir Sicherheit“, erklären viele Rollatoren-Nutzer „So traue ich mich wieder, draußen zu laufen und Freunde zu treffen.“

Einfach kostenlos mitmachen.

Teilnehmen können alle Seniorinnen und Senioren, die einen Rollator benutzen und Lust auf Bewegung haben. Wichtig für die Teilnahme sind das richtige Schuhwerk und etwas zu trinken mitbringen.

„Raus aus dem Sessel, ran an den Rollator...“

so könnte das Motto lauten. Der Rollator-Tag soll den älteren Menschen mit dem Rollator vertrauter machen und letztlich mehr Sicherheit bieten. So muss z.B. der Rollator auf die richtige Körpergröße eingestellt sein. Die Firma Mitschke aus Gütersloh wird dies prüfen und einrichten. Der TV Verl wird mit einer Übungsleiterin verschiedene sportliche Übungen anbieten, die speziell für den Umgang mit Rollatoren geeignet sind und zudem fit halten. Auch ist ein „Rollator-Parcour“ vorgesehen. Darüber hinaus gibt die Polizei Verl mit einem Informationsstand wertvolle Tipps zur Sicherheit im Straßenverkehr. Außerdem wird die TWE einen Niederflerbus zur Verfügung stellen, damit das Ein- und Aussteigen am Bus geübt werden kann.

Termin 6. Verler Rollator-Tag: Information & Anmeldung (unverbindlich)

Wann: Donnerstag, den 7. September,
Uhrzeit: 15.00 Uhr bis 16.30 Uhr.
Ort: Sürenheider Dorfgemeinschaftshaus, Posener Str. 2.

Um eine unverbindliche Voranmeldung wird gebeten.
Stadt Verl, Frau Christiane Vornholt, Tel. 05246 / 961204,
oder: Turnverein Verl e. V. , Jörg Peters, Tel. 05246 / 9364747.

Gebühr

Die Teilnahme ist kostenfrei.

