

„Mit dem Rollator sicher durchs Dorf“



Rollator-Sicherheitstraining

für interessierte Rollator-Nutzer
unter fachlicher Anleitung von
Dieter Dresbach

Demografiebeauftragter der Stadt Wiehl
Tel.: 02262-99274 – d.dresbach@wiehl.de

Der Rollator-Trainings-Kurs richtet sich an alle Rollator-Nutzer, um den sicheren Umgang mit dem Rollator zu vermitteln.



Das abwechslungsreiche Training hilft, um sich gemeinsam mit Gleichgesinnten auf den Weg zu machen, mobil zu bleiben und sich sicher im Straßenverkehr zu bewegen.



Um sicher, mobil und gleichzeitig mit wenig Kraftaufwand die täglichen Wege zu meistern, bedarf es einfacher Tipps und Tricks

Als Demografiebeauftragter der Stadt Wiehl und IMUDA*-Rollator-Kursleiter biete ich Ihnen an:

Kurs mit 5 Terminen zu je 45-60 Minuten

Inhalte des Kurses sind insbesondere:

- Rollator-Check
- Technischer Umgang mit dem Rollator
- Alltagstraining
- Motorisch-funktioneller Umgang am Rollator mit der Körperleiter
- Förderung der körperlichen Fitness und der Kommunikation
- Individuelle Einzelbetreuung möglich

..... und vieles mehr

* Institut für Mobilität u. Dialog im Alter-IMUDA, Löhne

Die kostenpflichtigen Kurse finden bis auf weiteres jeweils mittwochs statt. Anmeldungen bitte beim Kursleiter. Der Treffpunkt ist der Parkplatz des ehemaligen ProMarktes an der Brucher Straße in Wiehl.

Ort und Zeit weiterer Kurse können je nach Anmeldungen vereinbart werden. In den Seniorenzentren werden die Kurse auch vor Ort angeboten. Ebenso sind Einzeltrainings möglich.

Der Kurs endet mit der Übergabe eines Rollator-Zertifikates

Mit Unterstützung von

