

Wir  
freuen uns  
auf Sie

## Infoveranstaltung «Sicher stehen – sicher gehen»

Wer möchte nicht bis ins hohe Alter mobil und selbständig bleiben? Ein Sturz und alles kommt anders. Die Lebensqualität und Selbständigkeit sind plötzlich stark eingeschränkt. Doch Stürzen kann man vorbeugen.

<b>Wann</b>	Donnerstag, 16. Januar 2025, 14.00 bis ca. 16.30 Uhr, mit kleinem Zvieri
<b>Wo</b>	Wyttlenbachhaus, Jakob-Rosius-Strasse 1, 2502 Biel
<b>Leitung</b>	Cécile Kessler, Zwäg ins Alter, Pro Senectute Kanton Bern
<b>ReferentInnen</b>	Claudine Romann, Physiotherapeutin FH, Rheumaliga Bern/Oberwallis Lucia Illi, Ergotherapeutin FH, Rheumaliga Bern/Oberwallis Simon Lehmann, Physiotherapeut FH, Spitalzentrum Biel
<b>Kursnummer</b>	15200.25.S101
<b>Kosten</b>	gratis

Mit Bewegungssequenzen zwischendurch zum Thema. Als Folge kann ein Gangsicherheitskurs im Spitalzentrum Biel besucht werden.

**Anmeldung bis 9. Januar 2025** an Pro Senectute Kanton Bern, Kurssekretariat der Beratungsstelle Biel, telefonisch 032 328 31 04 oder per Mail an [bildung.sport@be.prosenectute.ch](mailto:bildung.sport@be.prosenectute.ch).

Die Veranstaltung findet in Zusammenarbeit mit der Rheumaliga Bern und Oberwallis, Pro Senectute Kanton Bern, dem Spitalzentrum Biel sowie der reformierten Kirche Biel in der Rolle des Gastgebers statt. Wir würden uns freuen, Sie begrüssen zu dürfen.