

Sicherheit im Alter Sturzprävention

**Ein Anlass für
Seniorinnen und Senioren
ab 65 Jahren sowie
für betreuende Personen.**

Wie lassen sich Stürze im Alltag vermeiden?

Manuela Crameri von
Pro Senectute Aargau gibt
praktische Tipps zur Sturz-
prävention und zeigt einfache
Übungen für mehr Sicherheit
und Beweglichkeit.

**Donnerstag, 29. Oktober 2026,
14 Uhr**

Kirchzentrum St. Nikolaus,
Brugg. Unterer Pfarrsaal.

Dauer des Referats: ca. 75 Minuten
Anschliessend Kaffee und Kuchen.

Eine Anmeldung ist nicht
notwendig. Alle Interessierten
sind herzlich willkommen.