

TALLER DE PREVENCIÓN DE CAÍDAS EN PERSONAS MAYORES



CONOCER LOS FACTORES QUE INFLUYEN EN LAS CAÍDAS:

- Adecuación de la vivienda
- Ayudas técnicas para la deambulación
- Cómo levantarme tras sufrir una caída
- Casos en los que es mejor no moverse
- Método Otago y equilibrio
- Ejercicios de fuerza muscular
- Ejercicios de coordinación

Fecha: 15 de octubre de 2019 - **Horario:** 10.00 h. a 12.00 h.

Lugar: Centro de mayores de Embajadores

C/ Embajadores 32 - 28012 Madrid

Coordinación:

Escuela Madrileña de Salud.

Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid.

Departamento de Trabajo Social. Centro de Mayores de la Comunidad de Madrid.

Docente:

D^a Carmen García Rodríguez. Fisioterapeuta. Col. nº 6966

Inscripciones: escuela@salud.madrid.org
Teléfonos: 914268625/914269898/914269897