

# Anfahrt

## Mit dem Auto

Parken: 82 Rue Prince Henri, 4579 Differdange

## Mit dem Bus

- Oberkorn, Aquasud (Ligne 6, 202 + Diffbus 4)
- Complexe sportif (Diffbus 3)



## Falling only for Science: Sturzprävention für ältere Menschen in Luxemburg

### Information und Reservierung

+352 / 28 84 94 33 - 23 - 26

[alessandro.denunzio@lunex-university.net](mailto:alessandro.denunzio@lunex-university.net)

[www.prevention-chutes.lu](http://www.prevention-chutes.lu)

Mit der Unterstützung des Fonds National de  
la Recherche, Luxemburg (FNR)



Fonds National de la  
Recherche Luxembourg

### Partner



Ville de  
Differdange

30. September 2020 LUNEX University,  
50, avenue du Parc des Sports,  
Differdange

Sind Sie über 50 Jahre alt und in  
der Lage, selbständig zu gehen?

Wenn ja, reservieren Sie Ihren Platz  
auf [www.prevention-chutes.lu](http://www.prevention-chutes.lu)

# Falling only for Science

Sturzprävention ist ein ernstes, aktuelles Thema. Die LUNEX University hat hoch motivierte Wissenschaftler, die Experten auf dem Gebiet der Sturzprävention sind. Wir laden Sie zu einem Workshop ein:

- Erfahren Sie, wie Forschungsprogramme zur Sturzprävention entwickelt werden.
- Erleben Sie die Entwicklung von Sturzpräventionsprogrammen, indem Sie sich unserem Expertenteam anschließen.
- Messen und trainieren Sie Ihre Gleichgewichtsfähigkeit, Ihre Muskelkraft und Ihre Gangstabilität auf spielerische Art und Weise und lernen Sie an jeder der vier „interaktiven Stationen“, wie Sie Stürze im Bus vermeiden können – siehe unten.

## 1.

### Erhalten und verbessern Sie Ihr Gleichgewicht

An der interaktiven Station „1“ erfahren Sie, wie Sie Ihr Gleichgewicht messen und trainieren können.

## 2.

### Prüfen und verbessern Sie Ihre Muskelkraft

An der interaktiven Station „2“ erfahren Sie, wie Wissenschaftler die Muskelkraft messen. Sie trainieren Ihre Muskeln auf spielerische Art.

## 3.

### Testen und verbessern Sie Ihren Gang

An der interaktiven Station „3“ können Sie Ihren Gangzyklus mit innovativer Messtechnik testen.

## 4.

### Vermeiden Sie Stürze in Bussen

An der interaktiven Station „4“ wird Ihnen gezeigt, wie Sie sicher in einen Bus einsteigen können, um jegliches Sturzrisiko zu vermeiden.