**ΟΔΗΓΟΣ**

Συνάδελφοι,

Κατά τη διάρκεια και των τριών εκδηλώσεων καλούμαστε να:

* Καταγράψουμε σύντομο ιστορικό και να αξιολογήσουμε τον κίνδυνο πτώσεων χρησιμοποιώντας την κλίμακα Berg, σε ατομικό επίπεδο.
* Eνημερώσουμε το κοινό σχετικά με τον κίνδυνο των πτώσεων, μοιράζοντας τα σχετικά φυλλάδια.
* Επιδείξουμε τρόπους σωστής έγερσης σε περίπτωση πτώσης
* Ενημερώσουμε για σχετικά προγράμματα άσκησης καθώς και να επιδείξουμε μερικές βασικές ασκήσεις…….

**Και φυσικά να τονίσουμε τον ρόλο της Φυσικοθεραπείας στην πρόληψη και αντιμετώπιση των πτώσεων!!!**

Δείτε επίσης τους παρακάτω συνδέσμους και ιστοσελίδες:

<https://www.youtube.com/watch?v=ytXndx5Gako>

<https://www.youtube.com/watch?v=4ngaL9JrG1E>

<https://www.youtube.com/watch?v=_jpau6ZkTsY>

<http://profound.eu.com/>

<http://psf.org.gr/geriatric>

<http://www.wcpt.org/>