Förhindra fallolyckor!

Den hälsofrämjande verksamheten i Nacka kommun vill uppmärksamma och sprida information om appen Säkra steg. Säkra steg är framtaget i ett forskningsprojekt vid Umeå universitet och utvecklat tillsammans med äldre personer. Det är ett digitalt träningsprogram tänkt att förebygga fallolyckor. Läs mer om appen, hur du laddar ner den samt informationsmaterial att sprida till era medlemmar och besökare.

[Information om appen Säkra steg – Säkra steg (sakrasteg.se)](https://sakrasteg.se/fragor-och-svar-om-appen-sakra-steg/" \l "toggle-id-3)

Vi vill också uppmärksamma Nacka kommuns fallförbyggande träning på EKEN samt vår fallförebyggande fixartjänst TRYGGVE.

[EKEN - träning för dig över 65 år | Nacka kommun](https://www.nacka.se/omsorg-stod/senior/halsa-och-traning/eken-traning-for-dig-over-65-ar/)

[Säkrare hem med Tryggve | Nacka kommun](https://www.nacka.se/omsorg-stod/senior/lattlast-service-till-dig-som-ar-aldre/sakrare-hem-med-tryggve/)

 Önskar ni ytterligare information gällande fallprevention tveka inte att kontakta

**Frida Ambros**

Hälsofrämjande verksamheten

Syn- och hörselinstruktör, Äldrekoordinator  
Nacka kommun, Välfärd samhällsservice

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**MOBIL** +46704318483

**TEL DIR** +46850584483

**POST** Nacka kommun, 131 81 Nacka

**E-POST** [frida.ambros@nacka.se](mailto:frida.ambros@nacka.se)

**WEBB** [www.nacka.se](http://www.nacka.se/)