

# 10<sup>de</sup> Week van de Valpreventie

## Eén tegen allen, allen tegen vallen!

19 – 25 april 2021



Het Expertisecentrum Val- en fractuurpreventie Vlaanderen plaatst, samen met de [Vlaamse Logo's](#) en het [Vlaams Instituut Gezond Leven](#), val- en fractuurpreventie in de belangstelling tijdens de jaarlijkse Week van de Valpreventie. Deze campagneweek heeft als doel ouderen, hun familie en alle gezondheidszorg- en welzijnswerkers in Vlaanderen te sensibiliseren en te informeren over val- en fractuurpreventie.

De **10<sup>de</sup> editie van de Week van de Valpreventie**, die doorgaat van **19 tot en met 25 april 2021**, draagt de slogan **'Eén tegen allen, allen tegen vallen'**. Hiermee dagen we de vijf Vlaamse provincies en Brussel uit om de strijd tegen elkaar aan te gaan voor de titel van 'beste valpreventieprovincie van het jaar'. Enkele **bekende Vlamingen** zullen vier opdrachten aankondigen die focussen op belangrijke valrisicofactoren. Wie deze bekende gezichten zijn, houden we vooralsnog als verrassing.

- Een **eerste** opdracht zal focussen rond de belangrijke valrisicofactoren verminderd **evenwicht, spierkracht en mobiliteit**.
- Een **tweede** opdracht zal gaan over **gezonde voeding**.
- Bij de **derde** opdracht wordt de veiligheid van de omgeving onder de loep genomen. Meer specifiek zal worden ingezoomd op de openbare ruimte waar ouderen zich degelijks in bewegen.
- De **vierde** opdracht gaat over het dragen van **on(aan)gepast schoeisel**.

De opdrachten zullen bekend gemaakt worden vanaf **22 februari 2021**. Daarna kan de strijd tussen de provincies echt van start gaan. Op het einde Week van de Valpreventie zullen we weten welke provincie zich de **'beste valpreventie-provincie van het jaar'** mag noemen!

Raadpleeg onze website [www.valpreventie.be/week-van-de-valpreventie](http://www.valpreventie.be/week-van-de-valpreventie) voor meer informatie. Voor advies en ondersteuning kan je terecht bij het [Logo uit jouw regio](#).