COCEMFE Sevilla

Junta de Andalucía
Consejería de Inclusión Social, Juventud, Familias e Igualdad

GOBIERNO DE ESPAÑA · MINISTERIO DE DERECHOS SOCIALES Y AGENDA 2030 · AGENDA 2030

Actividad subvencionada con cargo a la asignación tributaria del 0,7% del Impuesto sobre la Renta de las Personas Físicas

Autotransferencias y prevención de caídas

Aprende a prevenir caídas, realizar transferencias seguras y ganar autonomía en tu día a día



Taller presencial y gratuito

¿QUÉ APRENDERÁS?

- Cómo prevenir caídas e identificar situaciones de riesgo en casa y en el entorno.
- Técnicas para realizar transferencias de forma segura: silla-cama, silla-WC y silla-coche.
- Cómo levantarte del suelo después de una caída, siempre que sea seguro hacerlo.
- Estrategias para mejorar el equilibrio, la estabilidad y la seguridad en tus movimientos.
- Consejos prácticos para adaptar tu hogar y reducir riesgos.

24 DE NOVIEMBRE 2026

17:00 horas

C/Patricio Sáenz 7

Inscripciones:
fisioterapia@cocemfesevilla.es

UN TALLER PARA PRACTICAR

La mayor parte del taller será práctica, con ejercicios guiados y adaptados a las capacidades de cada persona.

Programa: 'Rehabilitación y transporte adaptado'