

# One in three adults over 65 will suffer a serious fall this year.<sup>1</sup>

70% of these falls occur in the home.<sup>2</sup>

Falls are the leading cause of fatal and non-fatal injuries in older adults.<sup>2</sup>



## DON'T LET FALLS TRIP YOU UP

Join **Senator Bill Perkins** and experts from **VNSNY CHOICE** for a free seminar.

### Preventing Falls Among Seniors: *Tips & Techniques for Keeping Elder New Yorkers Strong on Their Feet*

**Thursday, June 28th, 12:00 p.m. – 1:00 p.m.**

**Taino Towers**  
**Harlem Prep Charter School Building**  
**Gymnasium** (Located on the lower level)  
240 East 123rd Street, New York, NY 10029

*Photo ID Required for Entry*

#### RSVP and Transportation Arrangements

Call Kara Hughett at 212-561-7424  
or email Kara.Hughett@morris-king.com  
Space is limited.

**FREE TRANSPORTATION, FREE LUNCH AND FREE GIFT BAGS**



Learn what may be putting you or a loved one at risk, and find out what you can do to stay safe and strong on your feet. If you cannot attend, please visit [www.vnsny.org](http://www.vnsny.org) for some helpful information.



**CHOICE**  
Health Plans

<sup>1</sup> Centers for Disease Control and Prevention. <sup>2</sup> American Academy of Orthopaedic Surgeons, 2009.

# Uno de cada tres adultos mayores de 65 años sufrirá este año una caída con graves consecuencias.<sup>1</sup>

El 70% de estas caídas ocurren en la casa.<sup>2</sup>

Las caídas son la causa principal de lesiones fatales y no fatales en adultos mayores.<sup>2</sup>



## NO DEJE QUE LAS CAÍDAS LE COMPLIQUEN LA VIDA

Únase al **Senador Bill Perkins** y expertos de **VNSNY CHOICE** para un seminario gratis.

### Cómo prevenir caídas en personas de la tercera edad:

*Consejos y técnicas para mantener a las personas mayores de Nueva York firmes sobre sus pies*

**Jueves, 28 de junio, de 12:00 p.m. a 1:00 p.m.**

**Taino Towers**  
**Harlem Prep Charter School Building**  
**Gimnasio** (ubicado en la planta baja)  
240 Este, Calle 123, 4to piso  
New York, NY 10029

Para confirmar su asistencia y hacer arreglos para transporte, llamar a Kara Hughett al 212-561-7424 o enviar correo electrónico a Kara.Hughett@morris-king.

*El espacio es limitado. Se requiere de documento de identidad con foto para entrar.*

**FREE TRANSPORTATION, FREE LUNCH AND FREE GIFT BAGS**



Obtenga información acerca de lo que pudiera estar poniéndolo a usted o a un ser querido en riesgo y averigüe lo que puede hacer para sostenerse firme y seguro sobre sus pies. Si no puede asistir, favor visite [www.vnsny.org](http://www.vnsny.org) para obtener información de utilidad.



**CHOICE**  
Health Plans

<sup>1</sup>. Centros de Control y Prevención de las Enfermedades. <sup>2</sup>. Academia Americana de Cirujanos Ortopédicos, 2009.