

Anmeldung zur Sturzprävention

Ja, ich möchte am Programm der Sturzprävention teilnehmen.

Name _____ Vorname _____

Strasse/Nr. _____

PLZ/Ort _____

Telefon _____

Krankenversicherung _____

Kundennummer _____

Hausarzt (Name und Ort) _____

Geburtsdatum _____

Unterschrift _____

Einverständniserklärung

Mit meiner Unterschrift erkläre ich mich damit einverstanden, dass mich eine Fachperson im Auftrag der Rheumaliga Schweiz kontaktiert und dass meine zur Sturzprävention erhobenen Angaben während 2 Jahren aufbewahrt und danach gelöscht werden.

Weiter erlaube ich es der Rheumaliga Schweiz, meinem Hausarzt/behandelnden Arzt und evtl. der Spitex einen Schlussbericht zu übermitteln, um eine angemessene Nachbetreuung sicherzustellen.

Diese Einverständniserklärung kann ich jederzeit widerrufen.

Bitte den vollständig ausgefüllten Talon senden an:

Rheumaliga Schweiz, Sturzprävention, Josefstrasse 92, 8005 Zürich

Tel. 044 487 40 00



Sicher durch den Alltag

Persönliche Sturzprävention zuhause



Rheumaliga Schweiz
Bewusst bewegt

Sturzprävention in Ihrem Zuhause

Jedes Jahr verunglücken in der Schweiz über 70 000 ältere Personen zuhause oder bei Freizeitaktivitäten. Der Grossteil dieser Unfälle sind Stürze, häufig mit langwierigen gesundheitlichen Folgen. Nicht selten bedeutet ein Sturz das Ende des selbständigen Wohnens. Doch mit fachkundiger Hilfe lässt sich das Sturzrisiko vermindern. Nutzen Sie dazu die persönliche Sturzprävention der Rheumaliga Schweiz!

So funktioniert die Sturzprävention

1. Anmeldung zur Sturzprävention mit beiliegendem Talon
2. Kontaktaufnahme durch eine Fachperson (Physio-/Ergotherapeuten) und Vereinbarung eines Besuchs bei Ihnen zuhause
3. Einschätzung Ihres persönlichen Sturzrisikos und Beratung über vorbeugende Massnahmen
4. Erfahrungsaustausch zwischen Ihnen und der Fachperson (Physio-/Ergotherapeuten)

Kosten

Die persönliche Sturzberatung bei Ihnen zuhause kostet pauschal Fr. 540.00. Mehrere Krankenversicherer unterstützen die Sturzprävention der Rheumaliga und erteilen ihren Versicherten bei Erfüllung bestimmter Kriterien eine vollumfängliche Kostengutsprache. Informieren Sie sich hierzu direkt bei Ihrer Versicherung. Die Rheumaliga Schweiz hat keinen Einfluss darauf, ob eine Kostengutsprache erteilt wird.

Haben Sie Fragen?

Barbara Zindel, dipl. Physiotherapeutin FH und Elvan Erdogan, Projekt-administration, geben Ihnen gerne Auskunft:
Rheumaliga Schweiz, Telefon 044 487 40 00, sturz@rheumaliga.ch

Testen Sie Ihr Sturzrisiko

1. Sind Sie im letzten Jahr einmal oder mehrmals gestürzt? Ja Nein
2. Sind Sie in den letzten vier Wochen gestürzt? Ja Nein
3. Benutzen Sie eine Sehhilfe wie eine Brille oder Kontaktlinsen? Ja Nein
4. Verwenden Sie in der Wohnung eine Gehhilfe? Ja Nein
5. Haben Sie Mühe, von einem Stuhl ohne Armlehne hochzukommen? Ja Nein
6. Leiden Sie an Schwindel? Ja Nein
7. Haben Sie Probleme mit dem Gleichgewicht? Ja Nein
8. Haben Sie Schmerzen beim Gehen? Ja Nein
9. Gehen Sie nur in Begleitung aus dem Haus? Ja Nein

Wenn Sie mehr als eine dieser Fragen mit Ja beantworten, melden Sie sich bei der Rheumaliga Schweiz. Das Anmeldeformular finden Sie auf der Rückseite.

“Vorbeugen statt hinfallen – jeder kann sein Sturzrisiko vermindern.”