



## Kontakt

Sanitas

Jägergasse 3, Postfach, 8021 Zürich

Telefon 058 344 50 00

[sturzpraevention@sanitas.com](mailto:sturzpraevention@sanitas.com)

[sanitas.com/sturzpraevention](https://sanitas.com/sturzpraevention)



Stürze vermeiden

# Individuelle Beratung zu Hause



Rheumaliga Schweiz  
Bewusst bewegt

sanitas



# Beratung bei Ihnen zu Hause

Jedes Jahr verunglücken in der Schweiz über 70 000 ältere Personen zu Hause oder bei Freizeitaktivitäten. Der Grossteil dieser Unfälle sind Stürze, häufig mit langwierigen gesundheitlichen Folgen.

Mit fachkundiger Unterstützung muss es erst gar nicht so weit kommen. Nutzen Sie bereits frühzeitig das Angebot Sturzprävention der Rheumaliga Schweiz und vermindern Sie so das Sturzrisiko.

Eine physiotherapeutische Beratung ist für Sie kostenlos, wenn Sie das Unfallrisiko in Ihrer Grundversicherung und in Ihrer privaten oder halbprivaten Spitalversicherung eingeschlossen haben.

## Testen Sie Ihr Sturzrisiko

Sind Sie schon einmal oder mehrmals gestürzt? ☐ Ja ☐ Nein

Brauchen Sie eine Sehhilfe? ☐ Ja ☐ Nein

Verwenden Sie in der Wohnung eine Gehhilfe? ☐ Ja ☐ Nein

Haben Sie Mühe, von einem Stuhl ohne Armlehne hochzukommen? ☐ Ja ☐ Nein

Leiden Sie an Schwindel? ☐ Ja ☐ Nein

Haben Sie Schmerzen beim Gehen? ☐ Ja ☐ Nein

Gehen Sie nur in Begleitung aus dem Haus? ☐ Ja ☐ Nein

**Wenn Sie mehr als eine dieser Fragen mit Ja beantworten, sollten Sie eine Teilnahme am Programm Sturzprävention in Betracht ziehen.**



# So funktioniert Sturzprävention

1. Melden Sie sich mit dem nebenstehenden Talon an.
2. Eine Physiotherapeutin oder ein Physiotherapeut vereinbart mit Ihnen einen Termin für einen Besuch bei Ihnen zu Hause.
3. Er oder sie schätzt Ihr persönliches Sturzrisiko ein und empfiehlt Ihnen konkrete vorbeugende Massnahmen.
4. Der Physiotherapeut oder die Physiotherapeutin erkundigt sich nach Ihren Erfahrungen.

## **Ihre persönlichen Daten**

Mit der Teilnahme erklären Sie sich damit einverstanden, das Beratungsangebot Sturzprävention begleitet durchzuführen.

Mit Ihrer Unterschrift erlauben Sie, dass eine Physiotherapeutin oder ein Physiotherapeut im Auftrag der Rheumaliga Schweiz Sie kontaktiert und dass Ihre zur Sturzprävention erhobenen Angaben während 2 Jahren aufbewahrt und danach gelöscht werden. Weiter erlauben Sie der Rheumaliga Schweiz, Ihrer Krankenversicherung Sanitas Ihre Teilnahme am Programm mitzuteilen sowie Ihrer Ärztin

oder Ihrem Arzt und evtl. der Spitex einen Schlussbericht zu übermitteln, um eine angemessene Nachbetreuung sicherzustellen. Diese Einverständniserklärung können Sie jederzeit widerrufen.

## **Haben Sie Fragen zum Ablauf?**

Rheumaliga Schweiz  
Josefstrasse 92, 8005 Zürich  
Telefon 044 487 40 00  
[sturz@rheumaliga.ch](mailto:sturz@rheumaliga.ch)



## Einverständniserklärung

- ☐ Ich möchte das Beratungsangebot Sturzprävention nutzen.
- ☐ Ich habe die Informationsbroschüre und die Einverständniserklärung gelesen und verstanden und erkläre mich damit einverstanden, das Beratungsprogramm Sturzprävention begleitet durchzuführen.

Vorname

Name

Strasse/Nr.

PLZ/Ort

Telefon

Geburtsdatum

Sanitas Kundennummer

Hausarzt (Name und Ort)

Ort, Datum

Unterschrift

Mit meiner Unterschrift erlaube ich, dass mich ein Physiotherapeut/eine Physiotherapeutin im Auftrag der Rheumaliga Schweiz kontaktiert und dass meine zur Sturzprävention erhobenen Angaben während 2 Jahren aufbewahrt und danach gelöscht werden. Weiter erlaube ich der Rheumaliga Schweiz, meiner Krankenversicherung Sanitas meine Teilnahme am Programm mitzuteilen sowie meiner Ärztin/meinem Arzt und evtl. der Spitex einen Schlussbericht zu übermitteln, um eine angemessene Nachbetreuung sicherzustellen. Diese Einverständniserklärung kann ich jederzeit widerrufen.

Hier anfeuchten

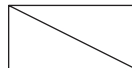
Hier anfeuchten





**GAS/ECR/ICR**

Nicht frankieren  
Ne pas affranchir



**A**

Non affrancare  
No stamp required

---

## RÉPONSE PAYÉE SUISSE

---

Rheumaliga Schweiz  
Josefstrasse 92  
8005 Zürich  
Switzerland

---

Bitte falten