

Beratungsstelle Liebefeld

Hildegardstrasse 18
3097 Liebefeld
Telefon 031 359 03 03

Beratungsstelle Bern

Berner Generationenhaus
Bahnhofplatz 2, 3011 Bern
Telefon 031 359 03 03

Beratungsstelle Thun

Malerweg 2, Postfach 152
3602 Thun
Telefon 033 226 60 60

Beratungsstelle Interlaken

Strandbadstrasse 3
3800 Interlaken
Telefon 033 226 60 60

Beratungsstelle Biel

Zentralstrasse 40, Postfach 940
2501 Biel/Bienne
Telefon 032 328 31 11

Beratungsstelle Lyss

Steinweg 26, Postfach 171
3250 Lyss
Telefon 032 328 31 11

Beratungsstelle Burgdorf

Lyssachstrasse 17
3400 Burgdorf
Telefon 034 420 16 50

Beratungsstelle Konolfingen

Chisenmattweg 32, Postfach 108
3510 Konolfingen
Telefon 031 790 00 10

Beratungsstelle Langenthal

Bützbergstrasse 19
4900 Langenthal
Telefon 062 916 80 90

Pro Senectute Arc Jurassien

Chemin de la Forge 1
2710 Tavannes
Telefon 032 886 83 80



Aufsuchende Sturzberatung

Zwäg ins Alter

Jetzt mit TWINT spenden



Pro Senectute Kanton Bern

info@be.prosenectute.ch
be.prosenectute.ch

Spendenkonto

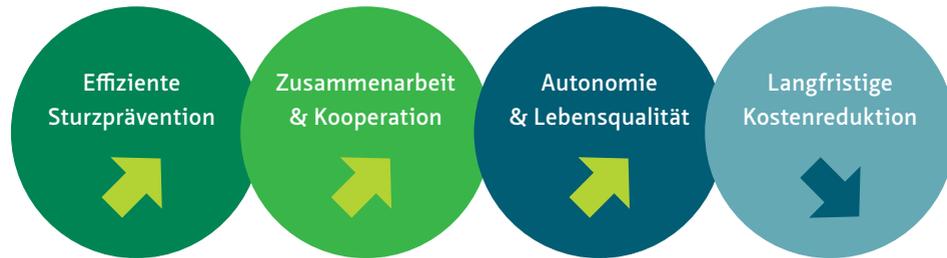
CH98 0900 0000 3000 0890 6

Kanton Bern

be.prosenectute.ch



Aufsuchende Sturzberatung



Ein Unterstützungsangebot des Gesundheitsförderungsteams Zwäg ins Alter (ZiA) der Pro Senectute Kanton Bern an die kantonale Ärzteschaft.

Zielpersonen sind zuhause lebende ältere Personen mit erhöhtem Sturzrisiko. Diese werden von ZiA daheim bei der Einschätzung ihrer Ressourcen und Risiken und der Umsetzung geeigneter Massnahmen zur Minderung des Sturzrisikos unterstützt.

Fakten Stürze Schweiz*

- Häufigster Unfallhergang in Haushalt, Garten und Freizeit.
- Jährlich 88'000 verletzte Personen 65+ (Ø 2012–2016).
- Jährlich > 1'500 sturzbedingte Todesfälle bei Personen 65+ (Ø 2012–2016).

* Quelle: BFU: 2019. STATUS 2019: Statistik der Nichtberufsunfälle und des Sicherheitsniveaus in der Schweiz. Strassenverkehr, Sport, Haus und Freizeit.

Zwäg ins Alter kennt Bewegungskurse, sturzpräventive Angebote und lokale Dienstleistungen. Das dezentral arbeitende ZiA Team vermittelt die aktuellsten Angebote in allen Regionen des Kantons Bern. Kontaktieren Sie Zwäg ins Alter über eine der Beratungsstellen der Pro Senectute Kanton Bern, über Tel. 031 359 03 03 oder schreiben Sie ein Mail an zwaeginsalter@be.prosenectute.ch.

Angebot aufsuchende Sturzberatung

1. Das ZiA Team erhält eine Anfrage für die Kontaktaufnahme mit einer sturzgefährdeten Person im AHV-Alter
2. Telefonischer Erstkontakt mit Betroffenen, Einschätzung der Lage und Vulnerabilität, Angebot einer Sturzberatung zuhause durch ZiA Pflegefachperson mit Zusatzausbildung. Vertraulich, freiwillig, unentgeltlich.
3. Ablauf:
 - a) Gemeinsame Einschätzung des Sturzrisikos inkl. Wohnungsbegehung
 - b) Erarbeitung und Vereinbarung von geeigneten Massnahmen zur Reduktion des Risikos
 - c) Hinweise zu lokalen und nationalen Dienstleistungen der Sturzprävention
 - d) Überprüfung der Erfolge / Misserfolge nach Absprache, mindestens 1 und 6 Monate nach Besuch (in der Regel telefonisch)
 - e) Abschluss oder – wenn nötig – weitere Massnahmen einleiten
 - f) Auf Wunsch / nach Rücksprache mit den Betroffenen – Rückmeldung an Hausärztin oder Angehörige

Weitere Informationen

www.stoppsturz.ch

Informationen für Fachpersonen und die Bevölkerung

www.sichergehen.ch/kurse-finden

Allgemeine Sturzprävention durch Bewegung und Training

StoppSturz



Kanton Bern
Canton de Berne

Mit freundlicher Unterstützung der Gesundheits-,
Sozial- und Integrationsdirektion des Kantons Bern