



La sécurité au quotidien

Prévention personnalisée des chutes à domicile



**Ligue suisse
contre le rhumatisme**
Notre action - votre mobilité

Prévention des chutes dans votre logement

Chaque année plus de 70 000 personnes âgées sont victimes d'accidents chez elles ou lors d'activités de loisirs. Il s'agit dans de nombreux cas de chutes qui ont des conséquences durables sur la santé. Il n'est pas rare qu'elles marquent la fin de l'autonomie à domicile. Une aide professionnelle permet de réduire le risque de chute. Profitez du programme personnalisé de prévention des chutes de la Ligue suisse contre le rhumatisme!

Déroulement

1. Inscription à la prévention des chutes à l'aide du bulletin ci-joint
2. Prise de contact d'un(e) physio- ou ergothérapeute et fixation d'une visite à votre domicile
3. Evaluation de votre risque personnel de chute et conseils de mesures préventives
4. Echange d'expériences avec le ou la physio- ou ergothérapeute

Coût

Le programme personnalisé de prévention des chutes à domicile a un coût forfaitaire de Fr. 540.00. Plusieurs assurances-maladie soutiennent la prévention des chutes de la Ligue suisse contre le rhumatisme et accordent une garantie de prise en charge complète des frais à leurs assurés sous réserve que certains critères soient remplis. Informez-vous directement auprès de votre assurance. La Ligue suisse contre le rhumatisme n'a aucune influence sur l'attribution d'une garantie de prise en charge.

Avez-vous des questions?

Barbara Zindel, physiothérapeute dipl. HES, et Elvan Erdogan, administration du projet, vous renseigneront volontiers.

Ligue suisse contre le rhumatisme, téléphone 044 487 40 00,
sturz@rheumaliga.ch

Évaluez votre risque de chute

1. Êtes-vous tombé une ou plusieurs fois l'année dernière? Oui Non
2. Êtes-vous tombé au cours des quatre dernières semaines? Oui Non
3. Utilisez-vous une correction visuelle (lunettes, lentilles de contact, p. ex.)? Oui Non
4. Utilisez-vous une aide pour marcher dans votre logement? Oui Non
5. Avez-vous des difficultés à vous relever d'une chaise sans accoudoirs? Oui Non
6. Souffrez-vous d'étourdissements? Oui Non
7. Avez-vous des problèmes d'équilibre? Oui Non
8. Ressentez-vous des douleurs lorsque vous marchez? Oui Non
9. Ne sortez vous de chez vous qu'accompagné? Oui Non

Si vous avez répondu «Oui» à plus d'une de ces questions, inscrivez-vous au programme de prévention des chutes de la Ligue suisse contre le rhumatisme. Vous trouverez le formulaire d'inscription au verso.

“Prévenir plutôt que tomber.
Chacun peut réduire son risque
de chute.”

Inscription au programme de prévention des chutes

Oui, je souhaite participer au programme de prévention des chutes.

Nom _____ Prénom _____

Rue/N° _____

NPA/Lieu _____

Téléphone _____

Assurance-maladie _____

Numéro de client _____

Médecin de famille (Nom et localité) _____

Date de naissance ____ _ ____ _ ____ _

Signature _____

Déclaration de consentement

Par ma signature, je confirme accepter qu'un(e) physio- ou ergothérapeute mandaté(e) par la Ligue suisse contre le rhumatisme me contacte et que mes données, recueillies dans le cadre de la prévention des chutes, soient conservées durant deux ans puis supprimées.

J'autorise en outre la Ligue suisse contre le rhumatisme à transmettre un rapport final à mon médecin de famille ou traitant et éventuellement aux services d'aide et de soins à domicile, afin de garantir un accompagnement ultérieur approprié. Je peux révoquer cette déclaration de consentement à tout moment.

Veuillez envoyer le bulletin dûment complété à:

**Ligue suisse contre le rhumatisme, Prévention des chutes,
Josefstrasse 92, 8005 Zurich, Tél. 044 487 40 00**