

NEWSLETTER

The Swiss **CHEF** Trial

Comparison of
Home-Based
Exercise Programmes for
Falls Prevention and Quality of Life in Older People

07.2019

DAS WORT GEHÖRT IHNEN

Dieser Newsletter spiegelt das Symposium «Senior» 2019 der Swiss-CHEF-Studie wider. Das Wort gehört den Teilnehmenden des Symposiums. Hier nun, was dabei herausgekommen ist.....

- DAS **WORT** DES PROJEKTLEITERIN
- **WORTE** AUS DEM SYMPOSIUM SENIOREN 2019
- EIN PAAR **WORTE** ZUM PROJEKTSTAND
- WIE ES WEITERGEHT IN EINEM **WORT**
- DAS SCHLUSS**WORT** VON PATRICK CRETENAND
- SAVE THE DATE

Das Wort der Projektleiterin

Einmal ist keinmal: In diesem NEWSLETTER greifen wir die WORTE des 3. Symposiums auf, das am 6. Juni 2019 im Spital von Sitten stattfand. Dieses Jahr haben alle Teilnehmer/innen das Wort. Der Verlauf der Teilnahme an der Studie umfasste die Rekrutierung, gefolgt von einem Treffen mit dem/der Regional-Koordinatorin/ dem/der sie die Anfangsevaluation statt und schliesslich der Termin mit einem/einer Projektleiterin/ dem/der ihnen für 6 Monate zugewiesen wurde. Sie füllten alle eifrig das Trainingstagebuch und ihren Sturzkalender aus und wurden dann zur Ende-evaluation eingeladen. Danach trainierten alle 6 Monate lang selbständig weiter und kamen zur Ende-evaluation. DANKE an Sie alle, dass Sie sich einfach und ehrlich geäußert haben, denn "SIE HATTEN DAS WORT".

Projektleiterin :

Prof. Anne-Gabrielle Mittaz Hager
HES-SO Valais-Wallis
Rathausstrasse 8
3954 Loèche-les-Bains
079 609 90 63
gaby.mittaz@hevs.ch

Anne-Ga

Worte aus dem Symposium Senioren

Mitglieder der Projektgruppe :

Prof. Nicolas Mathieu
HES-SO Valais-Wallis
Rathausstrasse 8
3954 Loèche-les-Bains
079 300 44 31
nicolas.mathieu@hevs.ch

Prof. Roger Hilfiker
HES-SO Valais-Wallis
Rathausstrasse 8
3954 Loèche-les-Bains
079 688 34 90
roger.hilfiker@hevs.ch

Projektassistentin:

Annick Bonvin Mittaz
Les Briesses 51
3963 Crans-Montana
078 645 59 07
annick.bonvinmittaz@hevs.ch

An einer Studie zur Verringerung der Sturzgefahr teilnehmen? Sobald ältere dass eine solche Studie in ihrer Region stattfindet oder sie zur Teilnahme au ruft dies verschiedene Reaktionen hervor: den Wunsch teilzunehmen, Akzept Verweigerung. Einerseits wissen sie, dass ihnen das helfen könnte, aber an sie nicht unbedingt, dass ein/e Physiotherapeut/in in ihre Privatsphäre ei wissen sie, dass das Projekt ein Jahr lang dauert... das ist lang!

AUSSAGEN von Teilnehmer/innen

"Freundinnen, denen ich die Teilnahme vorschlug, steckten lieber den Kopf in den Sand"

"Wenn man alleine ist, dann ist man nicht unbedingt motiviert"

"Man muss daran glauben, denn es ist ein Kraftakt"

"Am Anfang war es schlicht undenkbar, dass ich vom Boden aufstehen könnte. Nach 3 Monaten ist es mir gelungen"

"Diese Studie hat mir sehr gut getan, sie war gut für die Stimmung und das allgemeine Wohlbefinden"

"Ich spüre, dass ich mehr Kraft habe, aber ich habe auch immer noch Angst"

"Ich danke allen Menschen, die mir geholfen und mir zugehört"

"Am Anfang der Studie musste ich mich auf sämtlichen Möbeln abstützen, um zu stehen. Nach einem Jahr gehe ich jeden Tag raus und habe mit Fitness anfangen können"

"Die Studie hat mir sehr viel Sicherheit gegeben"

"Der menschliche Körper hat viele Möglichkeiten und Ressourcen, wenn man sie nutzt. Mit dieser Art von Übungen kann man sich verbessern."

Die WORTE der Rekrutierungsinstanzen

"Die Teilnahme an der Studie als CHANCE vorschlagen erhöht die Akzeptanz"

"Eine auf Vertrauen basierende Verbindung zu den Patienten ermöglicht die Teilnahme an einer Studie"

"Die Tatsache, dass die Behandlungen beim Patienten zuhause erfolgen, kann als Eindringen aufgefasst werden, je nachdem wie man dies darstellt"

Die WORTE der Physiotherapeuten/Assessoren

"Die Teilnahme an der Studie als CHANCE vorschlagen erhöht die Akzeptanz"

"Eine auf Vertrauen basierende Verbindung zu den Patienten ermöglicht die Teilnahme an einer Studie"

"Die Tatsache, dass die Behandlungen beim Patienten zuhause erfolgen, kann als Eindringen aufgefasst werden, je nachdem wie man dies darstellt"

Die WORTE der Physiotherapeuten Heimbehandlung

"Am Ende unserer Arbeit hofft man, dass die Patienten weiterhin die Vorteile der Heimbehandlung nutzen"

"Das von uns geschaffene Netzwerk sollte weiterbestehen, um die Betreuung der Patienten im Krankenhaus zu verbessern"

"Was passiert am Ende der Studie? »

Die WORTE der Koordinatoren/innen

"Das ist eine Arbeit mit echtem Unternehmergeist, die von den vielfältigen

"Die Kommentare der Teilnehmer motivieren mich noch mehr für die

"Die Motivation der Teilnehmer ist hervorragend. Ich beglückwünsche

Ein paar Worte zum Projektstand

Bis zum heutigen Tag wurden 575 Probanden rekrutiert und 297 waren einverstanden. 37% der Probanden wurden in Krankenhäusern, 15% in sozialmedizinischen Zentren, 15% von Physiotherapeuten und der Rest über Ärzte.

Die Koordinatoren/innen haben 352 Probanden getroffen.

77 Physiotherapeuten (25 Physiotherapeuten/Assessoren und 52 Heimbehandlung) wurden speziell für diese Studie

Wie es weitergeht in einem Wort

Die Anzahl der erforderlichen Teilnehmer (n=405) ist noch nicht erreicht. Die Studie wird daher bis Dezember 2019 verlängert.

Die Projektgruppe setzt alles daran, um die Finanzierung der Studie bis zur Verlängerung der Finanzierung zu erhalten.

Die Rekrutierung für den Swiss CHEF Trial wird bis zum 31. Dezember 2019 verlängert.



Das Schlusswort von Patrick Crette (Medizinisch-therapeutischer Leiter des Spitals Sieders, Referent Geriatric im CHVR Wallis)

L'étude Swiss Chef Trial saisit à bras le corps un problème majeur de santé p



Eine im Grunde geniale Idee: sich um die ältere Person kümmern, die stur
Angst vor einem Sturz hat, und am Wohnort Mittel einsetzen, um ei
Abhängigkeit zu vermeiden.

Ein Privileg für ältere Menschen in Form einer einjährigen fachmännisch
möglicherweise den Weg zu einer anderen Lebensweise ebnet.

Jeder der Beteiligten hat die Chance, mit seinem Stein das Gesundheitsgebäu

Im Rahmen der Studie bleiben noch 6 Monate, um Probanden zu rekrutiere
Initiatoren dieses grossartigen Projekts gesetzte Ziel zu erreichen. Es ble
unseren Patienten, deren Familien oder Freunden die Gelegenheit zu gebe
und zuhause alt zu werden.

Den Jahren Leben geben und nicht dem Leben Jahr

**Verdoppeln wir unsere Energie! Geben wir Senioren Bewegungsfreiheit
die Wissenschaft voran!**

Save The Date

Das nächste Symposium Senior Swiss **CHEF** Trial findet statt

Donnerstag, 4. Juni 2020

Hes·SO VALAIS WALLIS
Haute Ecole de Santé
Hochschule für Gesundheit

