



Für eine physiotherapeutische Studie, deren Ziel es ist, die Wirkung dreier Heimübungsprogramme bei über 65-jährigen Menschen zu vergleichen, **suchen wir:**

**Mindestens 65-jährige Personen,  
die zu Hause leben,  
die entweder schon gestürzt sind oder die Angst haben zu stürzen**

Diese Studie wird im Wallis, in der Gegend von Lausanne und in der Gegend von Zürich stattfinden. Sie wird im **September 2016** anfangen und dauert bis **August 2019**.

Die untersuchten Heimübungsprogramme haben zum Ziel, bei älteren Menschen

- ↘ die Häufigkeit und die Folgen von Stürzen zu reduzieren, und
- ↗ die Lebensqualität zu verbessern.

Ein Physiotherapeut oder eine Physiotherapeutin wird Ihnen eines der drei Übungsprogramme zu Hause erklären und Sie während den ersten sechs Monaten punktuell unterstützen. Sie führen Ihre Übungen insgesamt während 12 Monaten selbständig zu Hause durch. Während dieser Zeit werden Sie monatlich die Stürze in einem Sturztagebuch erfassen.

Alle Daten werden **vertraulich** behandelt.



- ⇒ Wenn Sie **mehr Informationen** über diese Studie möchten
- ⇒ Wenn Sie **interessiert sind**
- ⇒ Bitten wir Sie **mit uns Kontakt** aufzunehmen.

Projektleitung

Prof. Anne-Gabrielle Mittaz Hager  
079 609 90 63  
[gaby.mittaz@hevs.ch](mailto:gaby.mittaz@hevs.ch)

Koordinator für Zürich:

Dr. Jaap Swanenburg  
076 567 34 52  
[cheftrialzurich@bluewin.ch](mailto:cheftrialzurich@bluewin.ch)



Hôpital du Valais  
Spital Wallis



Sozial  
medizinisch  
Zentrum  
Oberwallis



Service de gériatrie et de  
réadaptation gériatrique



Physiothérapie  
Nevzati