

Begleiten. Unterstützen. Stärken.

Das Rote Kreuz Baselland ist für Sie und Ihre Angehörigen da.  
Für ein gutes, langes Leben.

### **Wir beraten Sie gerne.**

Rotes Kreuz Baselland  
Fichtenstrasse 17  
4410 Liestal

Telefon 061 905 82 00  
info@srk-baselland.ch  
www.srk-baselland.ch

### **Spenden**

PC-Konto 40-4228-4  
IBAN: CH 31 0900 0000 4000 2448 4  
Online über [www.srk-baselland.ch](http://www.srk-baselland.ch)

### **Herzlichen Dank!**

### **Unsere Angebote:**

#### **Ergotherapie**

Wir fördern die Selbständigkeit im Alltag.

#### **Rotkreuz-Notruf**

Für mehr Sicherheit zu Hause.

#### **Pflege und Betreuung**

Wir pflegen Kranke und Betagte daheim –  
Tag und Nacht.

#### **Tagesstätte**

Wir bieten Betreuung und Aktivierung für  
Betagte und Menschen mit Demenz.

#### **Besuchen und Begleiten**

Freiwillige besuchen Betagte oder begleiten  
Kranke am Ende ihres Lebens.

#### **Weiterbildung**

Kurse für pflegende Angehörige, Demenz-  
betroffene sowie für mehr Bewegung im  
Alter.

#### **Patientenverfügung**

Damit Ihr Wille zählt.



**Schweizerisches Rotes Kreuz**  
Kanton Baselland



# Sturzprävention

Wir lassen Sie nicht fallen



**Schweizerisches Rotes Kreuz**  
Kanton Baselland





**Sicher zu Hause leben – dank fachkundiger Beratung. Das Rote Kreuz Baselland unterstützt Sie und Ihre Angehörigen darin Stolperfallen zu erkennen, Gleichgewicht zu trainieren und Stürze zu vermeiden. Wir lassen Sie nicht fallen!**

Jeder dritte Mensch über 65 Jahre in der Schweiz stürzt einmal pro Jahr. 50% dieser Ereignisse passieren im eigenen Haushalt. Helfen Sie mit, solche Stürze zu verhindern – bei den Menschen, die Ihnen nahestehen und bei sich selbst. Sprechen Sie offen auch über harmlose Stürze.

#### **Unser Angebot**

- Beratung bei Ihnen zu Hause
- Abklärung Ihres persönlichen Sturzrisikos
- Wohnraumabklärung mit Empfehlungen für Anpassungen
- Ausprobieren von Hilfsmitteln
- bei Bedarf geben wir Ihnen Tipps für individuelle Übungen
- telefonische Rückfrage vier und zwölf Wochen nach der Erstberatung

«Dank der speziellen Abklärungen in meiner Wohnung fühle ich mich sicherer. Ich weiss jetzt, wo die Gefahren lauern und was ich tun kann.»

Sandra M., Kundin



Das Rote Kreuz Baselland begleitet Sie auch langfristig:

- besuchen Sie das Gedächtnistraining
- lassen Sie einen Notruf installieren
- lassen Sie sich bei Bedarf Ergotherapie verordnen
- gönnen Sie sich Entlastung

### **Sinnvolle Prävention**

Stolperfallen erkennen, Gleichgewicht trainieren und weiterführende Massnahmen besprechen: Mit der Sturzprävention und unserer Beratung möchten wir die Selbstständigkeit älterer Menschen bewahren und gleichzeitig Sturzereignisse vermindern helfen. Damit können wir – gemeinsam mit Ihnen – Behandlungs- und Folgekosten senken und die Gesundheit aufrechterhalten.

### **Für ein gutes, langes Leben**

Wir bieten zahlreiche Entlastungsangebote für zu Hause lebende, kranke und ältere Menschen sowie ihre Angehörigen an. Wir beraten, betreuen und begleiten Menschen, bieten ihnen Mobilität und Sicherheit.

Mit unseren Angeboten können Sie so lange wie möglich selbstständig zu Hause leben.

**Wünschen Sie eine Beratung?  
Zögern Sie nicht. Wir freuen uns auf  
Ihren Anruf!**

Tel. 061 905 82 02  
[entlastung@srk-baselland.ch](mailto:entlastung@srk-baselland.ch)