

Symposium Senioren 2017



Herausforderungen der Sturzprävention für die Lebensqualität bei Senioren

Donnerstag, 6. Juli 2017
HES-SO Wallis
Rue de la plaine 2,
3960 Siders



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera
Health Promotion Switzerland



Promotion santé Valais
Gesundheitsförderung Wallis

PLATEFORME 60+
PLATTFORM 60+



Willkommen

Die Idee zur Organisation eines Symposiums für Gesundheitsfachleute und die breite Öffentlichkeit zu den Themen Sturzprävention und Lebensqualität von Senioren entstand im Rahmen des Forschungsprojekts Swiss CHEF Trial, das von einem Forschungsteam des Studiengangs Physiotherapie der HES-SO Wallis (Leukerbad) durchgeführt wird.

Diese interdisziplinäre Studie vereint verschiedene Fachleute aus dem Gesundheitssektor mit dem Ziel, das Wohlbefinden der Senioren zu verbessern. Die Tagung wird unter anderem der Koordination des Projekts dienen.

Parallel dazu organisiert die Gesundheitsförderung Wallis im Rahmen des Vierjahresprogramms „Gesundheitsförderung im Alter“ regelmässig Tagungen für Gesundheitsfachleute. Es erschien uns daher sinnvoll, dieses Symposium Senioren 2017 gemeinsam durchzuführen.

Wir freuen uns, Sie an der HES-SO Wallis in Siders zu diesem Tag des Austausches willkommen zu heissen. Die Referierenden aus verschiedenen Fachbereichen (Hochschulbereich, Politik, Gesundheitssektor usw.) werden Ihnen interessante Präventionsmassnahmen zugunsten der Förderung der Gesundheit und der Lebensqualität von Senioren, die im Wallis und anderen Schweizer Regionen zum Einsatz kommen, präsentieren.

*Im Namen des Organisationsausschusses
Prof. Anne-Gabrielle Mittaz Hager, Projektleiterin*

Referierende:

- **Prof. Claude-Alexandre Fournier**, Leiter Institut Gesundheit, HES-SO Wallis
- **Dr. Christian Ambord**, Kantonsarzt Wallis
- **Prof. Anne-Gabrielle Mittaz Hager**, Projektleiterin, Hochschule für Gesundheit der HES-SO Wallis
- **Dr. Jean-Jacques Volken**, Dr. med. FMH Innere Medizin und Rheumatologie, Siders
- **Prof. Christophe Büla**, Leiter der Abteilung für Geriatrie und geriatrische Rehabilitation, CHUV
- **Prof. Nicolas Mathieu**, FH-Dozent, Hochschule für Gesundheit der HES-SO Wallis
- **Erfahrungsbericht**
- **Prof. Roger Hilfiker**, FH-Dozent, Hochschule für Gesundheit der HES-SO Wallis
- **Cathy Berthouzoz**, Koordinatorin Plattform 60+, Gesundheitsförderung Wallis
- **Constanze Lenoble-Hoskovec**, Projektmitarbeiterin, Swiss CHEF Trial, CHUV
- **Isabelle Le Franc-Guégó**, Koordinatorin Region Lausanne, Swiss CHEF Trial, CHUV
- **Nicole Gay-Balmaz**, Koordinatorin Mittel- und Unterwallis, Swiss CHEF Trial, Martinach
- **Catherine Moulin-Roh**, Bereichsleiterin, Gesundheitsförderung Wallis
- **Jean-Pierre Salamin**, Präsident der Walliser Rentnervereinigung
- **Martine Tristan**, Direktorin des subregionalen SMZ Martinach
- **Johanna Mengis**, Hilfe- und Pflegeleiterin, SMZ Sitten
- **Willy Loretan**, Geschäftsleiter SMZ Oberwallis
- **Monique Michlig**, zuständige Pflegefachfrau, Walliser Diabetes-Gesellschaft
- **Patrick Steffen, Caroline Streich, Saskia Zuber**, Studierende der Physiotherapie, Hochschule für Gesundheit der HES-SO Wallis
- **Martina Roffler**, Dipl. Physiotherapeutin FH, Rheumaliga Schweiz
- **Guillaume Roulet**, Leiter Physiotherapie, Geriatrie und geriatrische Rehabilitation, CHUV
- **Barbara Roland**, Dipl. Physiotherapeutin und Animatorin Pro Senectute Wallis
- **Barbara Mullis**, Ergotherapeutin in eigener Praxis, Rollatortrainerin und Leiterin von Rollatorkursen für Therapeuten, angeboten von EVS/ASE

Programm

Vormittag (für Fachleute)

- 08.30 – 09.00 Uhr** **Empfang, Kaffee und Gipfeli**
- 09.00 – 09.15 Uhr** **Begrüssung**
– Prof. C.-A. Fournier/Dr. Ch. Ambord/Prof. A.-G. Mittaz Hager
- 09.15 – 09.40 Uhr** **Die Sturzgefahr aus der Sicht des Rheumatologen**
– Dr. J.-J. Volken (Moderator: Prof. R. Hilfiker)
- 09.40 – 10.05 Uhr** **Selbstvertrauen und Angst vor Stürzen: Was tun?**
– Prof. Christophe Büla (Moderator: Prof. Nicolas Mathieu)
- 10.05 – 10.30 Uhr** **Kaffeepause/Gleichgewichtsworkshop Pro Senectute**
- 10.30 – 10.55 Uhr** **Swiss CHEF Trial: Die Interdisziplinarität im Dienst der Senioren**
– Prof. A.-G. Mittaz Hager (Moderatorin: C. Berthouzoz)
- 11.00 – 11.30 Uhr** **Koordination Swiss CHEF Trial UND Ateliers 60+**
- 11.30 – 12.00 Uhr** **Workshops Swiss CHEF Trial UND Ateliers 60+**
- 12.00 – 13.00 Uhr** **Mittagessen/Gleichgewichtsworkshop Pro Senectute**

Nachmittag (für Fachleute und die Öffentlichkeit)

- 13.00 – 13.15 Uhr** **Begrüssung**
– Prof. C.-A. Fournier/C. Moulin-Roh/Prof. A.-G. Mittaz Hager
- 13.15 – 13.45 Uhr** **Das Altersparlament und die Lebensqualität unserer Senioren**
– Jean-Pierre Salamin (Moderatorin: Prof. A.-G. Mittaz Hager)
- 13.45 – 14.15 Uhr** **Sturzprävention im SMZ: für eine bessere Gesundheit und weniger Einsamkeit**
– M. Tristan/J. Mengis/W. Loretan (Moderatorin: C. Moulin-Roh)
- 14.15 – 14.45 Uhr** **Kaffeepause/Gleichgewichtsworkshop Pro Senectute**
- 14.45 – 15.15 Uhr** **Ausarbeitung eines Programms zur Förderung des Gleichgewichts von Senioren**
– P. Steffen/C. Streich/S. Zuber (Moderatorin: Prof. R. Hilfiker)
- 15.15 – 15.45 Uhr** **Rehabilitation von Senioren**
– Prof. Ch. Büla (Moderator: Prof. N. Mathieu)
- 15.45 – 16.15 Uhr** **Diskussionsrunde – Referierende, Moderatoren und Moderatorinnen**
- 16.15 Uhr** **Schluss und Apéro, Tanzvorführung Senioren**

Simultanübersetzung Französisch-Deutsch

Workshops 60+ (11.00 & 11.30 Uhr)

Workshop 1: Sturzrisiko bei Senioren mit Diabetes

Sprache: Französisch

Leitung: Monique Michlig, zuständige Pflegefachfrau, Walliser Diabetes-Gesellschaft

Beschreibung: Der Anteil an Senioren, die an Diabetes leiden, ist hoch und nimmt zu. Zu altersbedingten Beschwerden kommen noch gesundheitliche Problemen wie Diabetes dazu, eine Krankheit, die massgeblich zur Senkung der Lebensqualität beiträgt. Die Zahl der Hospitalisierungen und Eintritte in APH nimmt zu, was auch bedeutende soziale Auswirkungen nach sich zieht. Ein grosses Problem dabei ist das Sturzrisiko infolge von Hypoglykämie und anderen damit verbundenen Beschwerden.

Anhand von Präsentationen und konkreten Übungen werden einige Regeln und Tipps aufgezeigt: Kontrolle der Glykämie, geeignete Zwischenverpflegungen, Symptome und Korrektur der Hypoglykämie.

Workshop 2: Tips for Hips, Hüftschmerzen verstehen und behandeln

Sprache: Deutsch, Unterlagen auf Französisch und Deutsch

Leitung: Martina Roffler, Dipl. Physiotherapeutin FH, Rheumaliga Schweiz

Beschreibung: Als Verbindung zwischen Rumpf und Beinen spielen das Hüftgelenk und die umgebenden Strukturen eine zentrale Rolle bei der Bewegungsfähigkeit und der Ausführung alltäglicher Tätigkeiten. In diesem Workshop werden die Funktionsweise des Hüftgelenks erklärt, Körperübungen gegen Hüftschmerzen sowie Lösungen bei eingeschränkter Mobilität (Hilfsmittel) vorgestellt.

Workshop 3: Erkennung von sturzgefährdeten Personen

Sprache: Französisch

Leitung: Guillaume Roulet, Leiter Physiotherapie, Geriatrie und geriatrische Rehabilitation, CHUV

Beschreibung: Jedes Jahr stürzt die Hälfte aller über 80-Jährigen zuhause mit potentiell schwerwiegenden Folgen (Brüche, Hospitalisierung, Eintritt in ein Heim). Eine der Herausforderung bei der Betreuung ist die frühzeitige Erkennung von Veränderungen des funktionellen Zustands der Patienten, um effizient und frühzeitig intervenieren zu können. Nach diesem Workshop werden Sie in der Lage sein, das Sturzrisiko Ihrer Patienten mittels einfacher Hilfsmittel, die im Alltag mit wenig Aufwand verwendet werden können, zu beurteilen.

Workshop 4: Gleichgewicht

Sprache: Französisch

Leitung: Barbara Roland, Physiotherapeutin und Animatorin Pro Senectute

Beschreibung: Gleichgewichtsstörungen können zu schweren Stürzen mit schlimmen Folgen führen. In diesem Workshop wird erklärt, wie das Sturzrisiko verringert werden kann und welche praktischen Übungen und Tipps dabei hilfreich sein können.

Workshop 5: Schulungen für Rollatornutzer

Sprache: Deutsch

Leitung: Barbara Mullis, Ergotherapeutin in eigener Praxis, Rollatortrainerin und Leiterin von Rollatorkursen für Therapeuten, angeboten von EVS/ASE

Beschreibung: Fachpersonen kennen die Bedeutung und die Themen des Inhalts eines Rollatorurses, z. B. Rollatorcheck, Einstellungen, Handhabung, Nutzung öffentlicher Verkehrsmittel. Sie können Rollatorcourse empfehlen oder eine Rollatorschulung beim EVS/ASE absolvieren um selber Betroffene fachkundig zu instruieren.

Obligatorische Anmeldung unter:

<https://www.hevs.ch/symposium-seniors>

Anmeldefrist: Freitag, 23. Juni 2017

Anmeldegebühren (einschl. Mittagessen): CHF 80.—

Studierende: CHF 40.—