



**Sich selbst und anderen helfen:
Werden Sie Wirbelbruch-Botschafter bei der
Aktion „Haltungsbewahrer“**

Sehr geehrte Dame, sehr geehrter Herr,

wir bitten Sie um Ihre Mitarbeit als ehrenamtlicher Botschafter der Initiative „Jetzt gerade! Auf den Wirbel kommt es an“.

Ihre Hilfe ist uns sehr wichtig, denn:

Ca. 7,8 Millionen Menschen, jede **2. Frau über 50** und jeder **5. Mann über 60**, leiden unter Osteoporose.

Osteoporose ist eine stumme, unsichtbare Krankheit und erfordert vom Betroffenen den aufmerksamen und bedachten Umgang mit sich und seinem Körper. Wer lernt, in sich hineinzuhorchen, kann die Warnzeichen des Körpers gezielter wahrnehmen. Das ist bei vielen Betroffenen noch nicht der Fall. Die häufigste Folge der Osteoporose, der Wirbelkörperbruch, fristet somit ein Schattendasein neben anderen Komplikationen im Alter. Ausgelöst durch alltägliche Belastungen geschieht er fast so häufig wie ein Herzinfarkt: Fast alle drei Minuten bricht in Deutschland ein Wirbel.

So leben derzeit ca. 1,8 Millionen Menschen in Deutschland mit solchen Wirbelbrüchen, über zwei Drittel der Frakturen, so schätzen Experten, wurden nicht oder falsch diagnostiziert. Und mit jedem der in zusammengebrochener Position verheilten Brüche steigt das Risiko für weitere Frakturen.

Nicht nur die Botschaft zählt, sondern wer sie verkündet:

Botschafter/in von „Jetzt gerade!“ kann jede/r werden. Sie kennen jemanden, bei dem bereits Osteoporose diagnostiziert wurde? Vielleicht leiden Sie selbst unter Osteoporose, vielleicht hatten Sie sogar bereits einen Wirbelbruch? Haben Sie Ihr persönliches Erfolgsrezept gefunden, Ihren Freiheitsgrad wieder in die Hand zu nehmen? Oder Sie haben bei sich selbst erlebt oder in Ihrem Umfeld gesehen, wie unbehandelte Wirbelbrüche chronische Schmerzen verursachten und Selbständigkeit und Unabhängigkeit kosteten?

Vielleicht kam auch Ihnen noch nicht der Gedanke, sich mit Osteoporose und Wirbelbrüchen zu beschäftigen. Sie sind selbst über 50, aktiv und mobil, lieben Ihre Freiheit, achten auf sich und können sich nicht vorstellen, dies in den nächsten Jahren aufzugeben? Oder Sie haben Menschen in Ihrem Umfeld, die über Rückenschmerzen klagen, gegen die noch keine Therapie half?

Kontakt:

Infobüro der Infobüro Initiative „Jetzt gerade! Auf den Wirbel kommt es an“

Julia Horstmann

Telefon: 069-33 00 89-37, Fax: 069-330089-22

E-mail: info@initiative-jetzt-gerade.de

Internet: www.initiative-jetzt-gerade.de

Sie geben der Aktion „Haltungsbewahrer“ ein Gesicht:

Botschafter kann man überall sein: Zuhause mit der Familie, bei Nachbarn, bei Freunden, beim Arzt. In diesem Expertenpaket finden Sie Zahlen und Fakten sowie Möglichkeiten der Prävention, Diagnose und Therapie zu Wirbelbrüchen sowie Statements von Prominenten. Ebenfalls Inhalt ist die erste Checkliste mit Fragebogen, die für erste Anzeichen von osteoporosebedingten Wirbelfrakturen sensibilisiert und den Arztbesuch erleichtert.

Ihr Engagement verpflichtet Sie zu nichts. Sie können je nach Ihren Möglichkeiten und Interessen selbst entscheiden, wann und wie intensiv Sie Ihr ehrenamtliches Engagement betreiben wollen.


Folgende Ansatzpunkte sollen Ihnen Anregungen über das mögliche Betätigungsfeld eines Botschafters bieten:

- ➔ Vorträge in diversen Interessenten-Kreisen halten oder organisieren
- ➔ In persönlichen Gesprächen (auch mit Verantwortlichen) für Interesse und Unterstützung werben
- ➔ Info-Material platzieren (z.B. die Checkliste in Arztpraxen)
- ➔ Das Botschafter-Netzwerk fördern und neue Botschafter werben

Sie repräsentieren in ihrer Region als offizieller Botschafter die Initiative „Jetzt gerade!“. Selbstverständlich erhalten sie für ihren Einsatz von uns jegliche Unterstützung – sei es in Form von Info-Materialien, Bildern oder Logo-Vorlagen. Jeder Botschafter erhält als äußeres Zeichen eine „Jetzt gerade!“ Anstecknadel.

Machen wir den ersten Schritt – für eine Haltungsänderung in der Gesellschaft.

Haben Sie neugierig gemacht, zur Vorsorge angeregt, den entscheidenden Tipp gegeben? Dann lassen Sie uns über Ihre Erfolge wissen. Oder haben Sie nach Lektüre unserer Unterlagen noch Fragen? Treten Sie einfach und unverbindlich über den beiliegenden Botschafterfragebogen mit uns in Kontakt und melden Sie sich auf unserer Website unter www.initiative-jetzt-gerade.de als Botschafter an. Profitieren Sie von aktuellen Neuigkeiten zu Osteoporose – und Wirbelbruchvorsorge sowie – therapie, Gewinnspielen und dem Austausch mit anderen Betroffenen. Wir freuen uns auf Sie.



Julia Horstmann
Infobüro Initiative „Jetzt gerade! Auf den Wirbel kommt es an“

Die Initiative „Jetzt Gerade!“ möchte die Aufklärung über osteoporose-bedingte Wirbelfrakturen vorantreiben, den Betroffenen konkrete Hilfestellungen geben und nicht zuletzt durch mehr Sensibilisierung zu einer besseren Diagnostik und Behandlung beitragen.

Kontakt:
Infobüro der Initiative „Jetzt gerade! Auf den Wirbel kommt es an“
Julia Horstmann
Telefon: 069-33 00 89-37, Fax: 069-330089-22
E-mail: info@initiative-jetzt-gerade.de
Internet: www.initiative-jetzt-gerade.de