



OBJECTIFS

- Sensibiliser le public sénior sur les causes et les conséquences d'une chute
- Leurs donner des actions simples à mettre en place afin de prévenir les chutes au domicile

PROGRAMME

ECHANGE AVEC LES PARTICIPANTS :

- Le vécu de chacun
- Les difficultés du quotidien

GENERALITES:

Les chutes :

- Quels impacts en France ?
- Quelles conséquences pour nous ?
- Pourquoi sommes-nous concernés ?

AGIR POUR PREVENIR :

Avant la chute : Que peut-t-on faire pour l'éviter ? Sur quoi peut-on agir ?

Si, malgré la prévention, la chute survient : apprendre à se relever seul du sol. En cas d'impossibilité, appliquer la bonne conduite en attendant de l'aide extérieur.

Possibilité en sus d'organiser une découverte de l'appartement renaissance à Chambéry afin de tester du matériel d'aménagement du domicile.

ORGANISATION

Public concerné :

Les seniors et leurs accompagnants (famille, personnel médical...).

Pré-requis :

Aucun

Durée :

2h30.

Participants :

12 maximum.

Méthodes pédagogique :

Méthode participative, active, directive, heuristique, mises en situations.

Matériel pédagogique :

Ordinateur, vidéo projecteur, appartement renaissance.

Intervenante :

Infirmière, formatrice PRAP 2S.

CONTEXTE

Chez les personnes de 65 ans et plus, **les chutent:**

- **Sont la première cause de décès accidentel** avec environ 9000 décès par an
- **Sont la principale cause de blessure**

Chaque année, environ 1/3 des personnes âgées de 65 ans et plus chutent accidentellement. Soit près de 400 000 personnes.