

# Prévenir la chute avant qu'elle ne survienne

Proposé par :



## Le programme en quelques mots...

### Public

Personnes de + de 65 ans

### Pathologie / troubles / Syndromes

Personne ayant un risque de chute important ou ayant déjà chuté

### Les objectifs

- Prévenir les conséquences physiques et psychologiques de la chute chez la personne âgée.
- Acquérir des savoirs sur les facteurs de risque liés à l'âge, sur les bonnes postures, sur les effets possibles des traitements médicamenteux, sur les carences nutritionnelles
- Identifier les dangers au domicile, favoriser l'autonomie, prendre conscience et entretenir ses capacités physiques

### Mode de réalisation du programme

Hospitalisation  Ambulatoire en établissement  Exercice de ville

### Lieu(x) où se déroule(nt) les entretiens et ateliers

Au sein du Centre Hospitalier des Marches de Bretagne

### Comment accéder au programme ?

Repérage par les médecins traitants, kinésithérapeute ou infirmière Asalée

### Coordonnées de contact

Thibault LIZION : 07.52.06.86.87 (Pays d'Antrain)

Justine TATAT : 06.63.49.55.12 (Pays du Coglais)

Mise à jour : 11/03/2025

Informations recueillies par



@: [plateforme.etp@dactiv.bzh](mailto:plateforme.etp@dactiv.bzh)



## Le déroulement du programme

### Coordinateur

CPTS : Stéphanie LEGRAND : 07 49 99 87 58

CHMB : Héloïse Abeguile : 06 08 85 03 90

### Composition de l'équipe intervenante

Professionnels de santé de la CPTS et du CHMB :

- Infirmière,
- psychologue,
- médecin,
- pharmacienne,
- ergothérapeute,
- diététicienne,
- kinésithérapeute,
- enseignante en activité physique adaptée.

### Liens avec le cercle de soin (médecin traitant...)

Transmissions écrites dans le dossier patient informatisé

### Bilan éducatif partagé initial

Une rencontre individuelle avec le patient pour lui présenter le programme

Un diagnostic éducatif afin de définir les besoins du patient

Un bilan kiné

Un bilan médical avec un médecin rééducateur

### Thèmes / organisation des ateliers éducatifs

8 séances collectives :

- Peur de la chute
- Bouger pour votre santé 1
- Mon chez moi et ses dangers
- Bouger pour votre santé 2
- Moi et les médicaments
- Bouger pour votre santé 3
- Mieux manger pour moins tomber
- Bilan

### Bilan de suivi/fin de parcours et modalités de suivi

Courrier de bilan au médecin gériatre de l'hôpital et au médecin traitant du patient.  
Orientation vers la Maison Sport Santé en lien avec l'enseignante APA du programme.

