

1. Les Objectifs

Diminuer, chez les participants aux ateliers, la fréquence, la gravité et les conséquences médico sociales et psychologiques des chutes. Dépister des facteurs de risque de chutes chez les participants aux ateliers.

2. Public ciblé

Les personnes en perte d'autonomie et personnes autonomes de plus de 60 ans
Les ateliers Âge'ilité sont destinés aux personnes âgées de plus de 60 ans, GIR 4 à 6, vivant à leur domicile ou en institution, présentant des facteurs de risque de chutes, orientées par les professionnels de santé et vue en consultation par leur médecin traitant ou par un médecin gériatre.

3. Intervenants

Des kinésithérapeutes du réseau Kiné France Prévention.
Formés au dépistage et à la prévention des chutes.
Collaborant avec d'autres professionnels du champ médico social.

4. Actions ÂGE'ILITÉ

La conférence Âge'ilité

Elle permet de sensibiliser et d'informer les participants sur le thème de la prévention des chutes et autonomie chez les personnes âgées.

Les ateliers collectifs Âge'ilité

- Bilans et tests.
- Échauffements progressifs, routine.
- Renforcement de la coordination.
- Exercices de stimulation des différentes entrées de l'équilibration (vestibulaire, oculaire, podale).
- Automatisation du relever à partir du sol.
- Réponses aux questions sur l'environnement au domicile (équipements de sécurité, aménagement ...).
- Conseil et Orientation vers les structures locales existantes : sportives, culturelles, sociales...



5. Évaluations

Réalisées par notre propre réseau et par des organismes extérieurs.
Elles ont montré chez les bénéficiaires du programme une réduction des chutes, une amélioration de l'équilibre, une meilleure confiance en soi et la reprise d'activités sociales.

6. Partenaires

Partenaires acteurs

Des kinésithérapeutes du réseau Kiné France Prévention.
Un kinésithérapeute coordinateur

Partenaires ressources

CCAS, Conseil départemental, communautés communes, centres sociaux culturels, associations de personnes âgées, associations de malade, plateforme de répit, services d'aide aux soins.

Partenaires informés

Les organismes, associations susceptibles d'apporter leur concours à l'action (Club, établissements, CAP,...), les représentants de la presse locale.