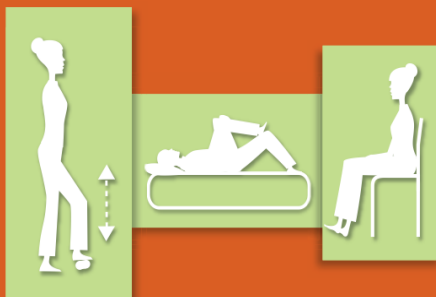


# DISPOSITIF DE PREVENTION DES CHUTES EN FAVEUR DES PERSONNES AGEES DU VAL-DE-MARNE

*L'activité physique au service  
de la santé des seniors*



Entretenir sa forme  
et garder l'équilibre

Direction des services aux personnes âgées  
et aux personnes handicapées  
Service accueil-information

VAL de  
MARNE  
Conseil général

# PARTENARIAT

**L'Université Paris Est Créteil**

**CG94**

**Le PRIF (CNAV – MSA- RSI)**

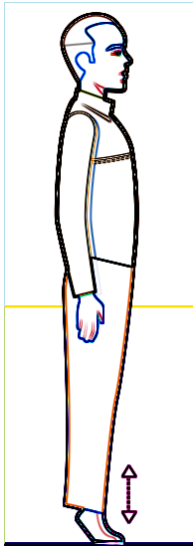
**CODEP-EPGV 94 ADAL SIEL BLEU**

**CLIC Centres locaux d'information et de coordination**

**GTS MONDIAL ASSISTANCE**

# CONTEXTE

3



## *Le plan national « bien vieillir »*

visé à inciter les personnes de 60 ans et plus à adopter des attitudes positives pour favoriser un vieillissement en bonne santé

## *Le schéma départemental*

pour une politique en faveur des personnes âgées 2006-2010

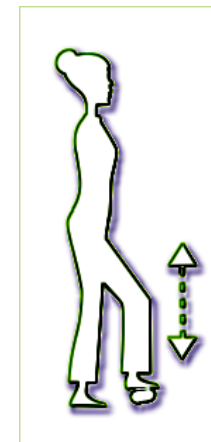
## *Dans le Val-de-Marne :*

Rapport d'activité **2010** de *Val'Ecoute*

**7 967** abonnés

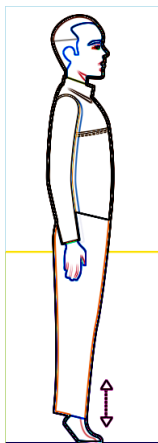
**3 133 chutes** dont 409 ont nécessité une hospitalisation

**1 409 chuteurs** (moyenne d'âge 83 ans)



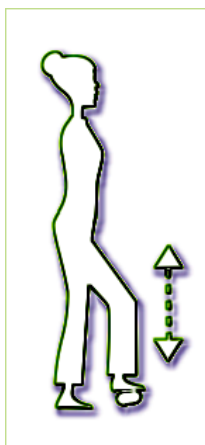
# LES PRINCIPAUX AXES DU PROJET

4



***Informers les professionnels*** du secteur de l'aide à domicile

***Proposer une action aux communes*** avec l'appui de professionnels qualifiés et reconnus comme acteurs experts,



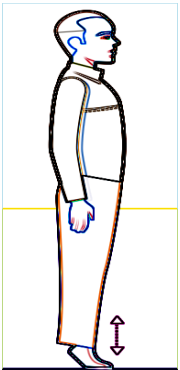
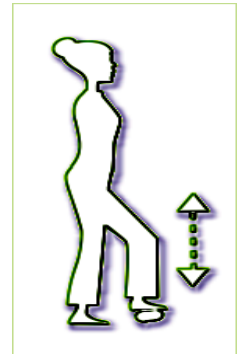
***contribuer financièrement*** à l'aide à la création et au développement des ateliers

***Concevoir un outil*** de communication accompagné d'un support technique

# PUBLIC CIBLE

**Personnes de plus de 60 ans, fragiles**, repérées à risque de perte d'équilibre, en difficulté au quotidien ou dans des situations stressantes,

**Personnes très âgées ou plus jeunes** mais repérées avec des antécédents de chutes,



**Personnes ayant besoin de maintenir les acquis de l'équilibre** soit en entretien soit en continuité des ateliers et nécessitant d'être soutenues dans un groupe pour lutter contre la sédentarité et l'isolement

# CRITERES D'ELIGIBILITE

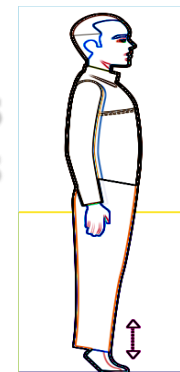
6

## L'engagement des villes :

- \* Volonté de pérenniser des actions,
- \* Volonté de mettre en place des initiatives innovantes de lutte contre la sédentarité
- \* Volonté de mettre à disposition des salles adaptées et de faciliter la logistique d'organisation,
- \* Volonté de faciliter l'accès des pratiquants aux ateliers et cours



## Les données démographiques communales de personnes âgées



**Les données chiffrées de 2009 concernant le nombre de chutes et de chuteurs abonnés à Val'Ecoute.**

# Situation en 2010 des villes abonnées de GTS

7

Villes	Abonnés GTS	Chutes	Chuteurs	Hospitalisations
Ablon	38	16	9	0
Bonneuil-sur-Marne	83	29	20	9
Bry-sur-Marne	121	24	16	6
Cachan	123	52	20	3
Chennevières	136	59	31	8
Chevilly-Larue	94	48	15	6
Créteil	446	157	86	30
Gentilly	70	25	13	5
L' Hay-les-Roses	164	160	37	16
Limeil Brevannes	75	20	8	3
Mandre les Roses	25	4	3	2
Noiseau	29	5	4	2
Ormesson	69	43	15	4
Perigny sur Yerres	10	2	2	1
Le Perreux	232	80	41	12
La Queue en Brie	16	10	4	1

Sucy en Brie	190	88	33	7
Saint-Maur des Fossés	392	144	69	20
Thiais	142	50	21	4
Valenton	71	15	8	3
Villejuif	239	134	44	12
Villecresnes	62	38	15	5
Villiers sur Marne	122	46	29	8
Vincennes	332	160	60	19
Vitry-sur-Seine	521	134	62	17
	<b>3 235</b>	<b>1 328</b>	<b>608</b>	<b>173</b>

Direction des services aux personnes âgées  
et aux personnes handicapées  
Service accueil-information





# 2

## METHODOLOGIE PROPOSEE

**PHASE 1 :**  
**Mise en place des sessions d'information et de sensibilisation à destination des professionnels de l'aide à domicile**

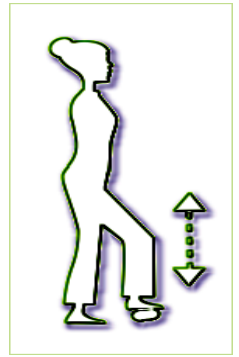
**L'activité physique au service de la santé des seniors**



Entretenir sa forme et garder l'équilibre

## PHASE 2 :

### Information + Mise en place des ateliers et cours en direction des personnes âgées



#### Atelier de prévention des chutes

Approche éducative pour une appréhension au quotidien d'évènements à risque

Stimulation des réponses adaptées aux situations

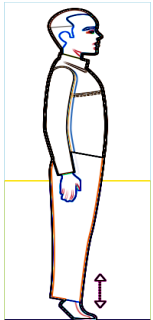


#### ■ Cours de gym'autonomie

- Renforcement des automatismes appris durant l'atelier prévention des chutes et optimisation de la qualité de l'équilibre
- Lutte contre la sédentarité et incitation à la socialisation

#### Fascicule + rouleau sensoriel à picots

- ↓ Deux sessions constituées de 14 séances d'une heure chacune
- ↓ Fréquence hebdomadaire
- ↓ Groupe de 10 personnes minimum et 15 personnes maximum

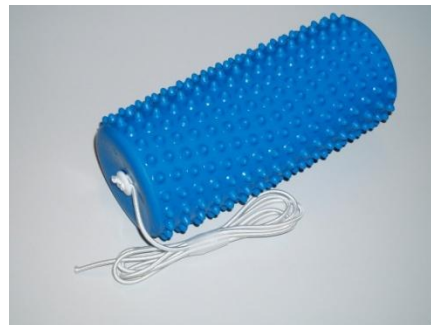


# Prévention des chutes et entretien musculaire

**Supports :** fascicule et rouleau sensoriel à picots

Un fascicule réalisé et édité par le Département, en partenariat avec l'Université Paris XII Val-de-Marne, la MSA, le CODEP-EPGV 94 et l'Adal

Des rouleaux sensoriels à picots mis à disposition par le Département



*L'activité physique au service de la santé des seniors*



Entretenir sa forme et garder l'équilibre



# Prise en charge financière des ateliers et des cours

13

## Atelier de prévention des chutes

Coût global : 1200 €

### Dont participation :

- Département : 700 €
- MSA-Commune : 275 €

**Prise en charge conjointe fixée par convention entre les deux partenaires** avec condition de plafonnement de l'adhésion des participants à 15 €

- Participants : 225 €

sur la base de 15 personnes

## Cours de Gym'autonomie

Coût global : 1200 €

### Dont participation :

- Département : 700 €
- FFEPGV-Commune : 275 €

**Prise en charge conjointe fixée par convention entre les deux partenaires** avec condition de plafonnement de l'adhésion des participants à 15 €

- Participants : 225 €

sur la base de 15 personnes

# QUEL BILAN?