

693504/0041681



M10 6067 409 0140476 02189 A



MAIRIE ST VIT
M LE MAIRE
PLACE DE LA MAIRIE
25410 ST VIT

Objet : Nouveaux supports d'information « Prévention des chutes des personnes âgées »

Madame, Monsieur,

Le vieillissement de la population est un enjeu sociétal majeur avec comme défi de prévenir la perte de l'autonomie et de soutenir santé et qualité de vie à domicile le plus longtemps possible.

Aujourd'hui, j'ai le plaisir de vous présenter le **dispositif « Prévention des chutes »** conçu par Santé publique France en partenariat avec les caisses de retraite et destiné aux jeunes seniors, aux personnes plus âgées et aux professionnels en contact avec ces publics. Il est composé de différents supports, tous disponibles gratuitement sur le site pourbienvieillir.fr :

Pour le grand public :


- **Pourbienvieillir.fr - La nouvelle rubrique « Bien avec mon équilibre »** propose au grand public – jeunes seniors, personnes âgées et aidants - de nombreuses pages d'information et de conseils pratiques pour éviter les chutes. Elle renseigne sur l'activité physique, la prévention santé, la santé mentale, le rôle de l'aidant...
<https://www.pourbienvieillir.fr/lequilibre-cela-sentretient-tous-les-jours>

Pour les professionnels :

- **Les vidéos « C'est une question d'équilibre » pour une utilisation par les professionnels lors des animations à destination des « jeunes seniors »** : elles mettent en scène trois comportements favorables à la santé quand on avance en âge – bouger plus, être bien dans sa tête et aménager son logement. Durée : environ 1 minute.
<https://www.pourbienvieillir.fr/les-videos-du-bien-vieillir>

- La **brochure** « **Bouger en toute sérénité** » à remettre par les professionnels aux **personnes plus âgées et leurs aidants** : prévenir les chutes à un âge avancé passe par entretenir son équilibre, adapter son logement, comprendre la fragilité et savoir agir en cas de chute. Brochure de 20 pages, disponible en téléchargement et à la commande.
<https://www.pourbienvieillir.fr/bouger-en-toute-serenite>
- Un **espace dédié pour les professionnels** : la sous-rubrique « **Prévention des chutes** » sur le site pourbienvieillir.fr réunit données de surveillance, actions de prévention et référentiels pour agir efficacement contre le risque de chute.
<https://www.pourbienvieillir.fr/la-prevention-des-chutes>

En espérant que ce dispositif soit utile à votre pratique professionnelle, je vous prie d'agréer, Madame, Monsieur, l'expression de ma considération distinguée.



Martial Mettendorff
Directeur général par intérim

* **Pour commander la brochure « Bouger en toute sérénité » :**

Connectez-vous sur <http://moncoupon.santepubliquefrance.fr/>

Saisissez les identifiants suivants : KKW399422MZZ

Attention : vous pouvez commander une seule fois avec cet identifiant. Les commandes seront traitées dans la limite des stocks disponibles jusqu'au 30/04/2020 inclus. Pour d'autres commandes, veuillez consulter le site www.santepubliquefrance.fr



Prévention des chutes

Nouveautés

Les supports pour les jeunes seniors et les personnes âgées disponibles sur pourbienvieillir.fr

Santé publique France en partenariat avec les caisses de retraite en interrégime propose trois nouveaux supports – des vidéos pour les jeunes seniors, une brochure pour les plus âgés, la rubrique « Bien avec mon équilibre » sur pourbienvieillir.fr. Ces supports sont destinés à vos publics et sont des outils d'aide à votre pratique.



3 vidéos pour les jeunes seniors



BOUGER AU QUOTIDIEN



ÊTRE BIEN DANS SA TÊTE



AMÉNAGER SON LOGEMENT

Équilibre physique, équilibre psychique, aménagement du logement. Trois comportements favorables mis en scène pour les jeunes seniors.

Utilisez les vidéos dans le cadre de vos animations jeunes seniors en suivant le lien pourbienvieillir.fr/les-vidéos-du-bien-vieillir



Une brochure pour les plus âgés

Prévenir les chutes à un âge avancé passe par entretenir son équilibre, adapter son logement, comprendre la fragilité et savoir agir en cas de chute.

Pour en parler avec vos publics plus âgés, téléchargez la brochure : pourbienvieillir.fr/bouger-en-toute-serenite ou commandez-la.

La nouvelle rubrique « Bien avec mon équilibre »

BIEN DANS MA TÊTE | BIEN DANS MON CORPS | BIEN AVEC LES AUTRES | BIEN CHEZ SOI | **BIEN AVEC MON ÉQUILIBRE** | BIEN AVEC MA PENSEE DE RETRAITE

CONSULTEZ LES THÉMATIQUES...

À LA UNE

- L'équilibre, c'est tous les jours
- Préserver sa santé en bougeant
- Un esprit sain dans un corps sain
- Les aidants et leurs proches
- Comment prévenir les chutes
- Logement et risques de chute
- Plus fragile : quelle vigilance ?
- Que faire en cas de chute ?

Conseils au quotidien pour prévenir les chutes
> En savoir plus

Que faire en cas de chute ?
> En savoir plus

Recommandez les pages thématiques de la rubrique « Bien avec mon équilibre » qui s'adressent aussi bien aux seniors qu'aux personnes plus âgées.

Elles fournissent conseils et liens web pour aller plus loin et présentent des ateliers qui aident à adopter les comportements favorables en groupe.

Repères pour votre pratique

ANALYSES : RAPPORTS ET ÉTUDES | ACTIONS : CONCEPTION ET DÉPLOIEMENT | RESSOURCES : FORMATION PROFESSIONNELLE

🏠 Pour Bien vieillir Espace Professionnels > Analyses : rapports et études > La prévention des chutes

LA PRÉVENTION DES CHUTES

La chute peut être définie comme « une perte brutale et totalement accidentelle de l'équilibre postural lors de la marche ou de la réalisation de toute autre activité et faisant tomber la personne sur le sol ou tout autre surface plus basse que celle où elle se trouvait ». C'est un événement fréquent chez les personnes âgées, car le vieillissement

Données de surveillance, actions de prévention et référentiels pour agir efficacement contre le risque de chute sur pourbienvieillir.fr/la-prevention-des-chutes dans l'espace professionnel du site.