



Prévention des chutes et RV Âge'ilité®

Deux millions de personnes âgées de plus de 60 ans chutent chaque année en France entraînant 9000 décès et des pertes d'autonomie principalement liées à la peur de rechuter.

· Les causes sont multiples (habitats dangereux, troubles de l'équilibre, abus d'alcool et de médicaments, pathologies de l'appareil locomoteur, troubles auditifs ou visuels, états dépressifs) et les solutions aussi (rééducation, appareils visuels et auditifs, amélioration de l'habitat, aide à domicile, surveillance médicale...).

· La prévention reste le moyen le plus efficace pour lutter contre ce fléau, c'est pourquoi l'association Kiné Prévention Auvergne Rhône-Alpes a développé un programme régional de prévention des chutes chez les personnes âgées intitulé « les Rendez-Vous Âge'ilité® ».

- En fixant l'objectif de réduire le nombre de chutes mortelles ou entraînant des hospitalisations des personnes âgées de 20 % en 3 ans, nous poursuivons avec le ministre des Solidarités et de la Santé, un objectif majeur de santé publique à travers **le plan national antichute 2022** : KPAURA a été référencée **sur l'axe 4** pour ses programmes **Âge'ilité®** et ses programmes auprès des **Aidants** par le gérontopôle Auvergne Rhône-Alpes.

Ce programme est constitué d'une conférence et d'ateliers :

· La conférence d'information et de sensibilisation est destinée aux personnes âgées mais également à leur famille, aux professionnels médico sociaux...

· Le programme est réservé à des petits groupes de seniors volontaires et motivés: il est constitué de 8 ateliers hebdomadaires qui ont pour but d'améliorer l'équilibre, de dédramatiser les chutes, d'automatiser le relevé du sol et de conseiller les participants en matière d'activité physique, d'hygiène de vie et d'aménagement de l'habitat.

· L'évaluation réalisée auprès des bénéficiaires des « Rendez-Vous Âge'ilité® » a montré: une diminution de la fréquence et de la gravité des chutes, une amélioration des capacités d'équilibre et de relevés et la reprise d'activités physiques ou sociales.

· Ces ateliers sont organisés en partenariat avec les acteurs locaux (CLIC, CCAS, établissements et services d'accueil de personnes âgées, associations de retraités) et sont financés par la conférence des financeurs (ARS, CARSAT, RSI, MSA, CPAM, Agence nationale de l'habitat, mutualité française, AGIR ARRCO.....)

Les « Rendez-Vous Âge'ilité® » depuis 2017 ont été réalisés dans le Rhône, la métropole de Lyon, la Loire, l'Isère, la Drôme, l'Ain et le Puy de Dôme. Ces actions ont été animées par des kinésithérapeutes formés et membres de KPAURA.

Pour tout renseignement concernant « les Rendez-Vous Âge'ilité® », visitez de notre site Internet <http://formationprevention.fr>