

QUELS AMÉNAGEMENTS POUR MON LOGEMENT ?

MAINS COURANTES
POUR LES COULOIRS, LES ESCALIERS

BARRES D'APPUI
POUR LE LIT, LE FAUTEUIL, LE CANAPÉ,
POUR FACILITER LES TRANSFERTS

CHEMINS LUMINEUX
POUR SÉCURISER LES ESPACES
SOMBRES

**BANDES
ANTIDÉRAPANTES**
POUR LA SALLE DE BAIN,
LES ESCALIERS

PLANCHE DE BAIN
POUR CONTINUER À UTILISER
SA BAIGNOIRE EN SÉCURITÉ



Mettre en place ces aménagements simples, si besoin aidé par un professionnel, c'est réduire et prévenir le risque de chute.

PLAN ANTICHUTE DES PERSONNES ÂGÉES

QU'EST-CE QUI FAIT CHUTER LES PERSONNES ÂGÉES ?

1 - L'INACTIVITÉ PHYSIQUE

2 - LA PEUR DE LA CHUTE

3 - LA DÉNUTRITION

4 - LA BAISSÉ DE LA VUE ET DE L'AUDITION

5 - LES RISQUES DU LOGEMENT



Chacun de ces 5 signes augmente le risque de chute chez les personnes âgées. Les connaître c'est déjà pouvoir agir pour les prévenir.

PLAN ANTICHUTE **DES PERSONNES ÂGÉES**

Mission plan antichute des personnes âgées
Secrétariat général des ministères chargés des affaires sociales
chuteseniors@sg.social.gouv.fr



GOVERNEMENT

Liberté
Égalité
Fraternité

QUI CHUTE À DOMICILE ?

2 profils-types de chuteurs représentent 80 % des chutes

30 %

**DES CHUTEURS SONT
DES PERSONNES
NON FRAGILES,
AUTONOMES ET
QUI CHUTENT SANS
PRENDRE DE RISQUE
PARTICULIER**

50 %

**DES CHUTEURS SONT
DES PERSONNES
FRAGILES,
NÉCESSITANT DE
L'AIDE ET CHUTANT
À LA MAISON LORS
D'UNE ACTION À
FAIBLE INTENSITÉ**



Les chutes de personnes âgées évoquent régulièrement ces deux situations.
Les repérer, c'est déjà pouvoir agir pour les prévenir.

PLAN ANTICHUTE **DES PERSONNES ÂGÉES**

Mission plan antichute des personnes âgées
Secrétariat général des ministères chargés des affaires sociales
chuteseniors@sg.social.gouv.fr



GOVERNEMENT

Liberté
Égalité
Fraternité

QUELLES AIDES POUR MA MOBILITÉ ?

DÉAMBULATEUR, ROLLATOR
POUR BOUGER DEDANS, DEHORS, ET
CONTINUER À VIVRE SON QUOTIDIEN

**CHAUSSURES
THÉRAPEUTIQUES**
POUR ÊTRE STABLE, POUR CONTINUER
À MARCHER

CANNE
POUR SE DÉPLACER, SORTIR ET
ACCOMPAGNER SES DÉPLACEMENTS



Ces aides à la mobilité doivent être adaptées
à chaque situation individuelle et prescrites par un professionnel.
Elles permettent de retrouver une mobilité mieux assurée
et participent ainsi à réduire le risque de chute.

PLAN ANTICHUTE **DES PERSONNES ÂGÉES**

Mission plan antichute des personnes âgées
Secrétariat général des ministères chargés des affaires sociales
chuteseniors@sg.social.gouv.fr