

Cantons de Saint-André-de-l'Eure et Nonancourt

Atelier prévention des chutes : 12 nouvelles séances organisées

Après avoir coordonné les actions « bien vieillir à Saint-André-de-l'Eure » pendant trois années, le Conseil général de l'Eure prend l'initiative, pour cet automne, de développer à nouveaux des ateliers de prévention des chutes en collaboration avec les maisons de retraite du Bois la Rose à Saint-André et du Brémien Notre Dame à Illiers-l'Evêque.

« Après le succès rencontré par les actions "Bien vieillir" où plus de 700 personnes ont bénéficié d'une action du Conseil général sur le canton de Saint-André, il paraissait important de continuer à proposer des activités favorisant le lien social et permettant à nos aînés la poursuite d'un vieillissement harmonieux, » explique Jean Louis Destans, Président du Département.

Prévenir les chutes est l'une des grandes priorités dans le cadre de la prévention de la dépendance. 30 % des personnes de 60 à 80 ans font une chute chaque année. Ce taux passe à 50 % après 80 ans sachant que, chez les personnes âgées, ces chutes sont l'une des premières causes d'hospitalisation.

« Le constat effectué par les équipes médico sociales du Département chargées des personnes âgées, est qu'une chute entraîne chez les seniors une grande anxiété et la peur de retomber. Cette anxiété les conduit souvent à ralentir leurs activités physiques et sociales et c'est ce que nous voulons éviter », poursuit Jean Louis Destans qui a demandé que cette opération soit étendue au canton de Nonancourt.

Réunions le 9 septembre

Les ateliers proposés et animés par Claudine Roch, Kinésithérapeute au CEPS (centre d'éducation et de promotion de la santé) permettent de recouvrer cette confiance en soi, de travailler son équilibre, d'apprendre à se relever sans se faire mal et de bénéficier de nombreux conseils concrets pour diminuer les risques de chutes.

12 séances sont proposées, gratuitement. Pour s'inscrire, il convient de se rendre aux réunions d'information qui se dérouleront le 9 septembre à 10h30 à la maison de retraite du Bois la Rose, à Saint André de l'Eure et à 14h30 à la maison de retraite du Brémien Notre Dame, à Illiers-l'Evêque.

Les personnes intéressées rencontrant des problèmes de transport pour se rendre à cette réunion peuvent appeler le CLIC du Conseil général au 02 32 31 97 00, qui les aidera à trouver une solution.