

Des ateliers pour prévenir les chutes des plus de 65 ans - Guer

lundi 25 avril 2011



Chaque année en France, plus de 2,5 millions de personnes de plus de 65 ans font des chutes entraînant dans de nombreux cas une perte d'autonomie. Face à cette situation, les assurances maladie subventionnent la mise en place d'ateliers d'équilibre sur l'ensemble du territoire.

C'est dans ce contexte que l'association SIEL bleu, en partenariat avec le relais gérontologique de la communauté de communes et le comité cantonal d'entraide, propose une réunion d'information le mardi 26 avril à 14 h 30, au centre Ressources.

« Au cours de cette réunion, les causes et les conséquences des chutes chez les personnes de plus de 65 ans et les moyens de les éviter seront évoqués », explique Marie-Aude Bernard, du relais gérontologique.

Les personnes intéressées pourront s'inscrire aux ateliers « équilibre et prévention des chutes » qui comprennent quinze séances d'une heure par semaine. Après une évaluation individuelle, un travail est fait selon les cas sur l'équilibre, la stimulation sensorielle et les techniques pour se relever.

« Les séances auront lieu le vendredi de 16 h à 17 h 30. Les exercices sont adaptés à chacun et l'ambiance est conviviale, précise Marie Aude Bernard. On s'organisera si nécessaire pour les transports. »

La réunion d'information est gratuite et ouverte à tous. Les ateliers sont accessibles aux plus de 65 ans et une participation de 15 € est demandée à chacun pour l'ensemble des séances

Mardi 26 avril, à 14 h 30, au centre Ressources. Réunion gratuite et ouverte à tous. Une participation de 15 € est demandée à chacun pour l'ensemble des séances.

Contact : Marie-Aude Bernard (02 97 22 59 59) ou Marie-Paule Laroche, au comité cantonal d'entraide (02 97 22 19 84).