

PLAN ANTICHUTE

Région Centre-Val de Loire

**État des lieux
à destination des professionnels**

Décembre 2025

Lise POCREAU, Chargée de mission plan antichute

Professeur Bertrand FOUGERE, Gériatre
Céline OUDRY, Cheffe d'unité
Docteur Natacha MICHEL, Gériatre

SOMMAIRE

INTRODUCTION	6
LE PLAN ANTICHUTE EN CHIFFRES CLÉS	7
CHAPITRE I. LES RESSOURCES NATIONALES	8
1. Agir sur les facteurs de chutes : favoriser le maintien des capacités.	8
2. Agir sur les facteurs de chutes : promouvoir l'adaptation du logement.	14
CHAPITRE II. SE FORMER	17
CHAPITRE III. ANIMER DES ATELIERS	20
CHAPITRE III. LES RESSOURCES RÉGIONALES	22
1. Bien vieillir en Centre-Val de Loire	22
CHAPITRE IV. LES INITIATIVES AU SEIN DES SIX DÉPARTEMENTS	25
Cher (18)	25
Eure-et-Loir (28)	28
Indre (36)	32
Indre-et-Loire (37)	35
Loir-et-Cher (41)	39
Loiret (45)	46
CHAPITRE V. LES PROJETS DU COPIL ACTIONS CENTRE-VAL DE LOIRE	51
1. Réalisations des sous-groupes de travail du plan régional antichute	51
2. Projets en cours et perspectives	62
CONCLUSION	64

LISTE DES ABREVIATIONS

ADIL	Agence Départementale d'Information sur le Logement
ADMR	Aide à Domicile en Milieu Rural
AGIRC	Association Générale des Institutions de Retraite des Cadres
ANAH	Agence Nationale de l'Habitat
ANAP	Agence Nationale d'Appui à la Performance des établissements de santé et médico-sociaux
APA	Allocation Personnalisée d'Autonomie / Activité Physique Adaptée
AP	Activité Physique
APAS	Activité Physique Adaptée Santé
APS	Activité Physique et Sportive
ARS	Agence Régionale de Santé
ARRCO	Association pour le Régime de Retraite Complémentaire des Salariés
CARSAT	Caisse d'Assurance Retraite et de la Santé au Travail
CCAS	Centre Communal d'Action Sociale
CDOS	Comité Départemental Olympique et Sportif
CHRU	Centre Hospitalier Régional Universitaire
CHU	Centre Hospitalier Universitaire
CICAT	Centre d'Information et de Conseil sur les Aides Techniques
CLIC	Centre Local d'Information et de Coordination
CNSA	Caisse Nationale de Solidarité pour l'Autonomie
COFIL	Comité de Pilotage
CROS	Comité Régional Olympique et Sportif
CPAM	Caisse Primaire d'Assurance Maladie
CPTS	Communauté Professionnelle Territoriale de Santé
CVdL	Centre-Val de Loire
DDVMA	Délégation Départementale Vieillesse et Maintien de l'Autonomie
DRAJES	Délégation Régionale Académique à la Jeunesse, à l'Engagement et aux Sports
DGCS	Direction Générale de la Cohésion Sociale
EAPA	Enseignant en Activité Physique Adaptée
ECLAT	Engagement Commun pour le Logement et l'Autonomie en Territoire

EHPAD	Établissement d'Hébergement pour Personnes Âgées Dépendantes
EPGV	Fédération Française d'Éducation Physique et de Gymnastique Volontaire
ERVMA	Équipe Régionale Vieillissement et Maintien de l'Autonomie
ES	Éducateur Sportif
ESSMS	Établissements et Services Sociaux et Médico-Sociaux
FFMKR	Fédération Française des Masseurs Kinésithérapeutes Rééducateurs
FRAPS	Fédération Régionale des Acteurs en Promotion de la Santé
GHT	Groupement Hospitalier de Territoire
GIR	Groupe Iso-Ressources
HAD	Hospitalisation à Domicile
HAS	Haute Autorité de Santé
HDJ	Hôpital de Jour
HLM	Habitation à Loyer Modéré
ICOPE	Integrated Care for Older People
INM	Intervention Non Médicamenteuse
IRCEM	Institut de Retraite Complémentaire des Employés de Maison
IPP	Inhibiteurs de la Pompe à Protons
JVMA	Journées Vieillissement et Maintien de l'Autonomie
LADAPT	L'Association pour l'insertion sociale et professionnelle des personnes handicapées
LNA	Le Noble Âge / LNA Santé
MARPA	Maison d'Accueil et de Résidence Pour l'Autonomie
MASFIP	Mutuelle d'Action Sociale des Finances Publiques
MKL	Masseurs Kinésithérapeutes Libéraux
MOOC	Massive Open Online Course
MPR	Médecine Physique et de Réadaptation
MSA	Mutualité Sociale Agricole
MSS	Maison Sport-Santé
NPIS	Non-Pharmacological Intervention Society
OLD'UP	Association « Plus si jeunes, mais pas si vieux »
OMÉDIT	Observatoire du Médicament, des Dispositifs Médicaux et de l'Innovation Thérapeutique

OMS	Organisation Mondiale de la Santé
OSCAR	Outil de Statistique et de Contrôle de l'Aide au Retour
OPAH	Opération Programmée d'Amélioration de l'Habitat
OPAC	Office Public de l'Aménagement et de la Construction
PAIPS	Parcours d'Accompagnement Individualisé Personnalisé et Sécurisé
PéChu'S	Programme de Prévention, Évaluation des Chutes des Séniors
CIAS	Centre Intercommunal d'Action Sociale
SCALIS	Société du Centre pour l'Aménagement, le Logement et l'Immobilier Social
SEPIA	Service d'Évaluation et de Prévention pour l'Indépendance et l'Autonomie
SPF	Santé Publique France
SMR	Soins Médicaux et de Réadaptation
SOLIHA	Solidarité pour l'Habitat
SSIAD	Service de Soins Infirmiers à Domicile
UFR	Unité de Formation et de Recherche
UFOLEP	Union Française des Œuvres Laïques d'Éducation Physique
URPS	Unions Régionales des Professionnels de Santé
Portail POPS	Portail des Offres de Prévention en Santé

INTRODUCTION

En France, en 2021, 145 718 hospitalisations de personnes de 65 ans et plus, causées par une chute ont été recensées. Dans la région Centre-Val de Loire, les chutes ont engendré 5 574 hospitalisations et 198 décès de personnes de 65 ans et plus.

Afin de coordonner la mise en œuvre du plan national antichute des personnes âgées, et *in fine* réduire la morbi-mortalité liée aux chutes, l'ARS a missionné l'ERVMA en septembre 2022 pour décliner le plan national en région. L'ARS et l'ERVMA pilotent les travaux et relaient, à l'échelle régionale, les initiatives relatives au plan antichute.

Le déploiement de ce plan régional est organisé en comités de pilotage « Actions » et « Stratégique ». De 2022 à 2024, le travail mené, en collaboration avec les professionnels de terrain, a été réparti en 5 sous-groupes :

- sous-groupe opérationnalité ;
- sous-groupe formation ;
- sous-groupe financement ;
- sous-groupe évaluation/étude ;
- sous-groupe communication.

La mise en œuvre du Plan antichute, initialement prévue jusqu'à fin 2024, a été prolongée jusqu'à la fin d'année 2026 et pour permettre une régionalisation sur Plan sur le territoire, il a été décidé lors du dernier COPIL Stratégique (octobre 2024) de réorganiser les sous-groupes de travail. Le but étant d'associer les compétences et l'expertise des professionnels de terrain en lien avec les différents axes du Plan :

- « savoir repérer les risques de chutes et alerter » ;
- « aménager son logement pour éviter les risques de chutes » ;
- « des aides techniques à la mobilité pour tous » ;
- « l'activité physique, meilleure arme antichute » ;
- « la téléassistance pour tous » ;
- « informer et sensibiliser, former et accompagner les acteurs de terrain ».

Le présent document, à destination des professionnels, et établi à ce jour tous les ans vise à répertorier les ressources disponibles pour prévenir les chutes chez les personnes âgées de 65 ans et plus, sur le plan national et en région Centre-Val de Loire. Il décrit en outre les réalisations des sous-groupes de travail du plan antichute régional, et a vocation à évoluer en fonction de celles-ci.

LE PLAN ANTICHUTE EN CHIFFRES CLÉS

Le plan [antichute](#) constitue une **priorité d'action de santé publique et de prévention de la perte d'autonomie**. La prévention de la chute des seniors est un **enjeu de société**.

1

Objectif général national, avec déclinaison régionale et départementale, à l'horizon 2026 des personnes âgées de 65 ans et plus

- **Réduire de 20% les chutes mortelles ou entraînant des hospitalisations**

5

Axes thématiques d'intervention :

- Savoir repérer les risques de chute et alerter
- Aménager son logement pour éviter les risques de chute
- Des aides techniques à la mobilité faites pour tous
- L'activité physique, meilleure arme antichute
- La téléassistance pour tous

1

Axe transversal :

- Informer et sensibiliser, former et accompagner les professionnels de terrain

CHAPITRE I. LES RESSOURCES NATIONALES

Dans ce chapitre sont recensées les ressources à l'échelle nationale, portant sur la prévention des chutes et le vieillissement en santé.

Il est à noter que les informations ci-après ne prétendent pas à l'exhaustivité et peuvent faire l'objet d'amendements.

1. AGIR SUR LES FACTEURS DE CHUTES : FAVORISER LE MAINTIEN DES CAPACITES.

DOCUMENTATION A TELECHARGER

- La **plaquette « Qu'est-ce qui fait chuter les personnes âgées ? »** du **Secrétariat général des ministères chargés des affaires sociales**, met en exergue de façon claire et synthétique des données clés au sujet des chutes, notamment les facteurs de risque de chute liés à la condition physique. Elle peut être à disposition dans les cabinets médicaux par exemple.



La plaquette peut être téléchargée directement *via* ce lien : [Qu'est-ce qui fait chuter les personnes âgées ?](#)



- Le **guide « Vie-eux et alors ? »** du **Ministère chargé des sports**, fournit des conseils pour préserver les capacités physiques.



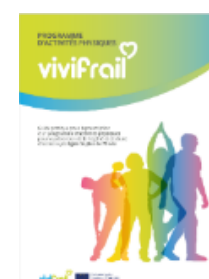
Le guide, téléchargeable sur le site du Ministère ou directement *via* ce lien : [Guide "Vie-eux et alors"](#), propose également des exercices de renforcement musculaire, d'équilibration et de souplesse.



- La documentation du **programme de promotion de l'activité physique « Vivifrail »** disponible sur [l'outil thème du site](#) vise à prévenir la fragilité et les chutes chez les personnes âgées à l'instar du **« Guide pratique pour la prescription d'un programme d'activités physiques »** destiné aux personnes de plus de 70 ans.



6 programmes d'exercices physiques différents sont téléchargeables, selon le niveau fonctionnel et le risque de chute des personnes. Une application permet également de suivre les programmes.



- Des **fiches de recommandations** réalisées par la **HAS**, disponibles sur leur site, informent des facteurs prédisposant à une chute, de la prescription d'AP et des traitements podologiques adaptés.



🔍 La fiche **« Personnes âgées à risque de chute »** détaille le repérage des personnes âgées à risque de chute ainsi que la prescription d'AP.

🔍 La fiche **« Maintien des capacités motrices des personnes âgées »** informe des différentes étapes du dépistage des capacités motrices en lien avec le programme ICOPE jusqu'à la prescription d'AP.

🔍 La fiche **« Pour le médecin de premier recours : le patient à risque de chute – évaluations et traitements podologiques »** dispense des conseils de chaussage pour garder une bonne stabilité et éviter les chutes.

- Le **projet Solid'Age** du **Gérontopôle d'Ile-de-France**, accessible sur le site Solidage-idf.org, comprend de la documentation ayant pour vocation à améliorer la santé et le mode de vie des personnes de 60 ans et plus.



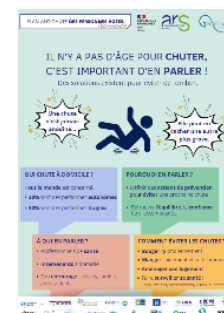
🔍 **9 brochures** peuvent être téléchargées sur le site, à l'instar du guide n°5 « Je stimule ma mémoire » qui répond de manière didactique aux préjugés sur le vieillissement cognitif.

- Le **Manuel pratique « Travail de l'équilibre chez les seniors et les personnes âgées »**, publié par le **Ministère de la Santé et de la Prévention**, propose des choix d'exercices pertinents selon différents objectifs pédagogiques.



🔍 Le manuel est **destiné aux ES et EAPA**, mais également aux soignants qui souhaitent accompagner les personnes âgées.

- Les **affiches** de la **campagne de prévention des chutes** du **Gérontopôle de Normandie**, mettent en exergue de façon claire les principales informations au sujet des facteurs de risque des chutes liés à l'aménagement du logement ou la nutrition, entre autres.



🔍 Les affiches sont disponibles sous un format générique ou un format personnalisable qui permet l'ajout d'un contact local.

- La **Coopérative Welcoop** a créé un [kit communication](#) « **Plan antichute Officines** ». Le kit à destination des pharmaciens, comprend : des documents de sensibilisation, des visuels pour les réseaux sociaux ainsi qu'une présentation de l'accompagnement Plan antichute.



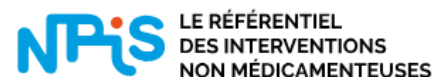
🔍 En téléchargeant le kit, les officines sont référencées sur une cartographie nationale et identifiées comme participantes au Plan antichute [Plan Antichute : Ne Laissons pas Tomber les Personnes Âgées](#).

- « [Mon carnet d'activité physique](#) » de l'association **Azur Sport Santé**, aide tout individu à **entretenir sa motivation** et à **pratiquer une activité physique de façon régulière et durable**, grâce à des apports théoriques et des conseils pratiques. Le carnet **rappel les objectifs fixés et les progrès réalisés**.



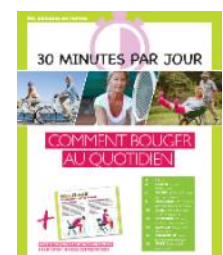
🔍 Le carnet est consultable et téléchargeable sur le site internet du Centre de ressources et d'expertise sport santé ou directement par l'intermédiaire de ce lien : [Mon carnet d'activité physique | Azur Sport Santé](#).

- Les **INM** intégrées dans ce **référentiel** sont explicables, efficaces, sûres et reproductibles sur la base des études publiées. Elles ont fait leurs preuves dans le domaine de la prévention, du soin et du maintien de l'autonomie.



🔍 Les INM sur la thématique du bien vieillir et la prévention des risques de chutes sont intégrées dans un catalogue centralisé, multilingue et partagé. Chaque INM est codifiée, applicable, traçable et finançable. Le catalogue est accessible par l'intermédiaire de ce lien : [NPIS - Référentiel des interventions non médicamenteuses](#).

- Le **Ministère des Sports et des Jeux Olympiques et Paralympiques**, en partenariat avec l'hebdomadaire **Notre Temps** partenaire de la **Grande Cause 2024**, propose un [livret](#) de conseils pratiques pour bouger 30 minutes chaque jour dans l'objectif de promouvoir l'APA et de lutter contre la sédentarité.



LES NOUVELLES RESSOURCES REFERENCEES

- Le **Centre de Ressources et de Preuves** de la **CNSA** a produit plusieurs documents sur le thème de l'activité physique dans le cadre de la prévention des risques de chute.



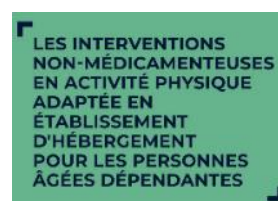
La synthèse et les bonnes pratiques : « [comment mener un programme pour prévenir le risque de chute ?](#) »



La synthèse et les bonnes pratiques : [8 conseils pour mener des actions d'éducation nutritionnelle à destination des personnes de 60 ans et plus.](#)



- Le **Gérontopole Bourgogne Franche Comté** a rédigé un **guide pratique** – référentiel et recommandation : « [les interventions non-médicamenteuses en activité physique adaptée en établissement d'hébergement pour les personnes âgées dépendantes](#) ».



- L'**ANAP** en lien avec le décret n°2023-621 du 17 juillet 2023 a créé le kit du « [Référént en activité physique et sportive au sein des ESSMS](#) ».



Cet outil vise à **structurer l'action** des référents APS et à **accompagner l'intégration** de l'APS au quotidien dans les établissements médico-sociaux.



RENSEIGNEMENTS EN LIGNE

Bénéficiaire de conseils liés à la prévention

- **Mon Bilan Prévention**, entièrement pris en charge par **l'Assurance Maladie**, est un dispositif proposant un **rendez-vous dédié à la prévention** permettant aux patients ainsi qu'aux professionnels de santé concernés d'échanger autour des habitudes de vie (alimentation, activité physique, consommation de tabac et d'alcool, etc.) et des actions de prévention (dépistage, campagnes de vaccination, etc.). Mon bilan de prévention est à destination de tous, et à des âges clés de la vie : 18-25 ans, 45-50 ans, **60-65 ans et 70-75 ans**.



Ce dispositif est accessible directement sur [Mon Espace Santé](#) : les personnes concernées remplissent un **auto-questionnaire** et ont ensuite la possibilité de prendre rendez-vous avec le professionnel de santé de leur choix (médecin, infirmier ou pharmacien, etc.).

- La retraite complémentaire Agirc-Arrco, sur son site [Bien vivre ma retraite - Agirc-Arrco](#) propose des informations pour réaliser **un bilan de prévention d'un point de vue médical, social et psychologique**. Ce bilan peut être réalisé au sein de lieux dédiés, notamment des centres Agirc-Arrco, ou à distance par téléphone ou visioconférence. Des conseils personnalisés sont ensuite dispensés et couplés à un parcours de prévention (ateliers sur l'alimentation, le sommeil, la mémoire, etc.).
 La **carte interactive « Je trouve mon centre »** permet de localiser les centres ainsi que les autres lieux dédiés, au plus proche de son domicile pour réaliser le bilan de prévention.

- Le site [Ircem.com](#), du **Groupe IRCEM** : « Institut de Prévoyance et Retraite Collective des Employés de Maison », propose au sein de la rubrique « Retraite » des **conseils de prévention** dédiés notamment au vieillissement en santé.
 Le **calendrier « Vos rendez-vous prévention »** répertorie les événements proposés pour différents publics dont les seniors, comme des webinaires sur la prévention des chutes, des ateliers sur l'alimentation ou encore la sophrologie.

- Le site [Ameli.fr](#) de **l'Assurance Maladie** propose des rubriques accessibles dédiées aux seniors et dispense notamment des **conseils antichute**.
 L'article **« Comment prévenir les chutes des personnes âgées ? »** indique par exemple comment surveiller son état de santé de manière adéquate.

- **Azur Sport Santé** recense les mutuelles et complémentaires santé prenant en charge, de manière entière ou partielle, la pratique d'une APA et ce, dans un objectif d'en faciliter l'accès.
 **Cette liste**, non-exhaustive, **des mutuelles** proposant des offres de soutien à la pratique d'APA est disponible via ce lien : [Aides au financement de la pratique sportive.](#)

- **L'association OLD'UP**, qui s'adresse prioritairement aux seniors, à créer avec la MASFIP le guide **« Quel cadre de vie pour nos vieux jours ? Quelques bonnes questions à se poser »**.
 Le guide est consultable et téléchargeable à partir de ce lien : [Quel cadre de vie pour nos vieux jours ? Quelques bonnes questions à se poser.](#)

ATELIERS ET CONFERENCES

- Le [site Pourbienvieillir.fr](http://Pourbienvieillir.fr) des **caisses de retraite** et de **SPF**, met à disposition de nombreuses informations pour bien vivre sa retraite. De nombreux conseils y sont délivrés, concernant l'adaptation du logement et le maintien de l'équilibre, entre autres.



La [carte interactive « Trouver mon activité »](#) permet de localiser les activités accessibles près de chez soi.

- Le [site Happyvisio.com](http://Happyvisio.com) soutenu par un grand nombre de **partenaires** (collectivités locales, caisses de retraite et de prévoyance, mutuelles, acteurs de la santé et de la prévention, etc.), propose des **conférences et ateliers en ligne**, mais aussi des accès à des consultations avec des professionnels comme des diététiciens ou des psychologues. Il est ainsi possible pour **les seniors d'avoir accès à plus de 800 activités portant sur des thèmes variés**.



Les webconférences et ateliers, sont accessibles gratuitement grâce à un code d'accès fourni par les partenaires ou après inscription sur le site. Le programme est disponible via le lien suivant : [Nos conférences](#).

- La [carte interactive du Plan National Antichute](#) proposée par le **Ministère des Solidarités et de la Santé** ainsi que le **Ministère délégué, chargé de l'autonomie**, recense les lieux offrant des **services** en lien avec la prévention des chutes comme des **ateliers d'APA**, des **espaces de conseils** sur les aides techniques ou sur l'aménagement du logement, etc.

- Mon **Bilan Prévention** est un dispositif du **Ministère de la Santé** permettant d'**améliorer l'accès aux informations** et structures existantes. L'objectif est que chaque usager puisse devenir acteur de sa propre santé.



De nombreux **ateliers d'APA** sont recensés dans l'annuaire de ressources en prévention et promotion de la santé, accessible via le lien suivant : [Mon Bilan Prévention - Activité physique | Santé.fr](#)



Par ailleurs, les structures référentes en **conseils nutrition** sont aussi recensées dans un annuaire, accessible via le lien suivant : [Mon Bilan Prévention - Alimentation | Santé.fr](#)

- **L'association Siel Bleu**, propose une **série de vidéos « Bon Pied Matin »** sur sa chaîne YouTube. Les exercices sont classés par catégories.



[La chaîne Youtube Siel Bleu](#) est accessible via le QR code ci-dessus.



- **L'été Indien** est une entreprise Solidaire d'Utilité Sociale **spécialisée en APAS pour les seniors âgés de 60 ans et plus**. L'été Indien propose un accompagnement individualisé, continu et mesurable pour favoriser la pratique sportive sur le long terme.
 - 🔍 Sur son site internet, l'Eté Indien **une cartographie nationale** des EAPA proche de votre domicile (pratique individuelle ou collective).
 - 🔍 L'entreprise propose également **des articles et des vidéos sur la pratique d'activités physiques pour les seniors**. Sur inscription, il est possible d'avoir accès à une **vidéothèque de séances** d'APA. Les ressources sont disponibles avec ce lien : [Eté Indien : Activités Physiques Adaptées Pour Les Seniors](#)
- Le site [Garder-lequilibre.fr](#) réalisé par l'**ARS Ile-de-France** et le **Gérontopôle d'Ile-de-France**, met en évidence un **programme ludique pour éviter les risques de chutes**.
 - 🔍 Des jeux et outils sont mis à disposition, comme une application proposant un jeu de randonnée virtuelle. Ils permettent le renforcement musculaire et sollicitent l'équilibre.

2. AGIR SUR LES FACTEURS DE CHUTES : PROMOUVOIR L'ADAPTATION DU LOGEMENT.

DOCUMENTATION A TELECHARGER

- La **brochure « Mon logement pour demain »**, proposée par la **Mutualité Française Occitanie**, informe des solutions et dispositifs en matière d'aménagement du logement.

🔍 La brochure dispense aussi des conseils pour aménager les différentes pièces du logement afin d'être à l'aise et en sécurité. Elle peut être téléchargée via le lien suivant : [Brochure : « Mon logement pour demain », un maintien à domicile durable.](#)



- Le **projet Solid'Age**, du **Gérontopôle d'Ile-de-France**, accessible sur le site [Solidage-idf.org](#), comprend de la documentation ayant vocation à améliorer la santé et le mode de vie des personnes de 60 ans et plus.

🔍 **9 brochures** peuvent être téléchargées sur le site, à l'instar du guide n°2 « J'adapte mon lieu de vie » qui permet de tester ses connaissances sur l'aménagement du logement.



- La **plaquette « Qu'est-ce qui fait chuter les personnes âgées »**, du **Secrétariat général des ministères chargés des affaires sociales**, met en exergue de façon claire et synthétique des données clés au sujet des chutes, notamment les aménagements possibles du logement.



La plaquette peut être téléchargée directement via ce lien : [Qu'est-ce qui fait chuter les personnes âgées ?](#)



- La **MSA**, sur son site [MSA Lantichute](#) présente **un service en ligne gratuit nommé « Lantichute »**, destiné au personnel des EHPAD et des résidences autonomie, dans l'objectif de prévenir les chutes en établissement.



La plaquette de présentation du service Lantichute est disponible directement via ce lien : [Plaquette LANTICHUTE.](#)



- La **brochure « Accidents de la vie courante : comment aménager sa maison pour éviter les chutes ? »**, proposée par **l'Assurance Maladie**, **l'Assurance Retraite** et **SPF**, informe des possibilités d'aménagement du logement afin de réduire les risques de chutes.



La brochure permet de répondre à certaines questions de manière claire et pratique : « J'ai du parquet dans mon appartement. Comment faire pour éviter de glisser ? »



- Le **guide « Chez soi en toute sécurité »** de **l'Agence de Santé Publique du Canada** aborde la sécurité du domicile dans son intégralité : extérieur, intérieur, escaliers, chambre, salle de bain, etc.



Le guide propose des listes de vérification pour chaque espace de l'habitation.



- Les **affiches** de la **campagne de prévention des chutes du Gérotopôle de Normandie**, mettent en exergue de façon claire les principales informations au sujet des facteurs de risque des chutes liés à l'aménagement du logement ou la nutrition, entre autres. Elles peuvent être affichées dans les cabinets ou dans les officines par exemple.



Les affiches sont disponibles sous un format générique ou un format personnalisable qui permet l'ajout d'un contact local. Elles sont téléchargeables via le lien suivant : [Fichiers - Échange ARS Normandie.](#)



Sécuriser le domicile.

- La **retraite complémentaire Agirc-Arrco**, sur son site [Vivre dans un lieu de vie adapté - Agirc-Arrco](#), propose un **diagnostic** intégralement pris en charge par Agirc-Arrco, nommé « **Bien chez moi** ». Ce diagnostic permet, dès 75 ans, de bénéficier de l'aide d'un ergothérapeute pour repérer d'éventuels facteurs de risques d'accidents domestiques au sein du logement.



Le site présente également l'**espace « Idées bien chez moi » : un appartement témoin** à Paris qui permet de trouver des idées et conseils pour aménager son logement afin de le rendre plus sûr et confortable. Une visite virtuelle de cet espace est possible en ligne.

- Le **portail national d'information** pour les personnes âgées et leurs proches [Pour-les-personnes-agees.gouv.fr](#), édité et animé par la **CNSA**, propose notamment des **articles dédiés à l'aménagement du logement et l'équipement**.



Par exemple, le site dispense dans une vidéo, des conseils pour prévenir les risques de chutes. Cette vidéo est accessible via ce lien : [Comment prévenir les chutes chez les personnes âgées ?](#)

- Le **site** [Bien-chez-soi.lassuranceretraite.fr](#), développé par **l'Assurance retraite** dans le cadre de sa politique d'action sociale, **recense les équipements** permettant de faciliter le quotidien et de préserver l'autonomie des personnes âgées à domicile. Le recensement est accessible par ce lien : [Accueil - Bien chez soi de l'assurance retraite](#).



Le site répertorie notamment les produits permettant d'assurer confort et sécurité au sein du logement, à l'instar des bandes phosphorescentes qui permettent de mieux repérer la nuit d'éventuels obstacles et ainsi diminuer le risque de chute.

- Le **site** [Jesécurisemonlogement.fr](#), réalisé par les **caisses de retraite**, propose des **outils pédagogiques** pour prévenir les accidents domestiques. Une rubrique est notamment dédiée aux risques de chute, avec l'analyse d'un cas pratique.



Le **jeu « Je domestique les risques »** vise à reconnaître les risques du quotidien liés au logement. Il est par exemple possible de sélectionner une pièce du logement et de découvrir les risques afférents.

Aides financières spécifiques.

- L'**Assurance retraite** propose le **plan d'aides OSCAR**, destiné à prévenir la perte d'autonomie et à favoriser le maintien à domicile. Ce dispositif concerne les retraités fragilisés GIR 5 et 6 du régime général non éligibles à l'APA, et consiste en un **plan d'accompagnement personnalisé** : un professionnel vient évaluer les besoins à domicile, et apporte les conseils et solutions adaptées.



Toutes les informations sur OSCAR sont disponibles sur la page dédiée : [Plan d'aides OSCAR](#).

- Le **Service Public France Rénov'**, piloté par l'**ANAH**, propose l'**aide** : « [MaPrimeAdapt'](#) » pour le financement des travaux d'adaptation du logement des personnes âgées sur conditions de revenus.



Une plaquette d'information sur le déroulement du parcours peut être téléchargée via le lien suivant : [Parcours MaPrimeAdapt'](#).

CHAPITRE II. SE FORMER

- L'**ARS d'Ile de France** a créé une **formation « Eviter les chutes graves chez les personnes âgées »**, celle-ci est composée de deux parties : « **comprendre, prévenir et réagir** face aux chutes graves de la personne âgée » ; « et **comment les éviter** ».



Ce MOOC dispose de 25 modules, qui comportent des vidéos, des liens utiles, des documents et des outils. Chaque module peut être le support d'une formation indépendante. Le contenu de la formation est disponible par l'intermédiaire de ce lien : [MOOC chute : éviter les chutes graves chez les personnes âgées | Agence régionale de santé Ile-de-France](#).

- La **Coopérative Welcoop** propose une **formation à destination des pharmaciens dans le cadre de la prévention des chutes de leurs patients**. En tant que professionnels de santé, les pharmaciens sont des interlocuteurs clés dans la détection des patients à risques de chutes.



Le contenu de l'accompagnement est disponible via ce lien : [Prévention Chute Personne Âgée - Plan antichute](#).



🔍 La cartographie des officines « Ambassadrices » Plan antichute est accessible, ici : [Cartographie officines ambassadrices.](#)

- **EPGV CVdL** forme les Educateurs Sportifs de la région à la prise en charge et à l'encadrement des séances de sport santé à destination des séniors. Le calendrier et le contenu des formations est accessible avec ce lien : [Nos formations | Comité Régional EPGV Centre-Val de Loire| Sport Santé.](#)

🔍 La formation « **Bien Vieillir** » permet de renforcer les connaissances et les compétences des encadrants dans le cadre de l'animation de séances et des ateliers « Bien Vieillir ».

🔍 La formation « **Bien Vieillir - Équilibre** » permet de renforcer les connaissances et d'acquérir une expertise dans l'encadrement et l'animation des séances prévention des chutes et d'équilibre au sein des clubs EPGV.



- Le **CROS CVdL** propose une formation « **AP et seniors : maintien de l'autonomie et prévention des chutes** » à destination des ES ou autres professionnels.

🔍 Le contenu de la formation est accessible avec ce lien : [FORMATION "Activités physiques & seniors : maintien de l'autonomie et prévention des chutes".](#)



- La **FRAPS CVdL** propose un catalogue de formations sur la thématique du bien vieillir et de la prévention de la perte d'autonomie.

🔍 La formation « **Maintien à domicile des personnes âgées et des personnes en situation de handicap** » sensibilise à la notion des aidants et aux besoins existants ainsi qu'aux aides financières, matérielles et humaines ([Maintien à domicile des personnes âgées et des personnes en situation de handicap - FRAPS Centre-Val de Loire](#)).

🔍 La formation « **Les outils d'intervention autour du bien-vieillir** » apporte les notions principales en promotion de la santé ainsi qu'à l'utilisation, la présentation et l'évaluation des ressources et des outils en lien avec la thématique ([Les outils d'intervention autour du bien-vieillir - FRAPS Centre-Val de Loire](#)).

🔍 La formation « **Nutrition des séniors : pour vieillir en bonne santé, apprenons à bien manger !** » apporte des notions sur les besoins nutritifs des séniors ([Nutrition des séniors : Pour vieillir en bonne santé, apprenons à bien manger ! - FRAPS Centre-Val de Loire](#)).



🔍 La formation « **Outillons-nous pour mieux intégrer et préserver la santé dans son logement** » permet à chacun de s'approprier son logement pour tendre vers l'autonomie et améliorer sa santé ([Outillons-nous pour mieux intégrer et préserver la santé dans son logement - FRAPS Centre-Val de Loire](#)).

- **Siel Bleu CVdL** est une association à but non-lucratif **spécialisée dans les APA**. Cette structure propose plusieurs formations à destination des professionnels.

🔍 La formation « **Prévention des chutes** » permet aux professionnels de limiter les risques liés aux chutes des seniors. Les professionnels apprennent à détecter les profils à risques de chute et à sécuriser les bénéficiaires dans le cadre de leurs propres activités. Les informations complémentaires sont accessibles avec ce lien : [Siel bleu au travail prévention de chutes](#).



🔍 La formation « **Référent Activités Physiques et Sportives en ESSMS** » permet d'acquérir les fondamentaux pour occuper cette fonction suite à la parution du décret de 2023. Les informations complémentaires sont accessibles avec ce lien : [Siel bleu au travail référent APS en ESSMS](#).

- L'**ERVMA**, la **FRAPS** et l'**URPS MKL CVdL** se sont associés pour régionaliser la « [Maison de Maurice / la Chambre des Erreurs](#) », il s'agit d'un outil pédagogique qui aborde la prévention des chutes avec sérieux en favorisant l'échange et la réflexion collective pour favoriser le maintien à domicile en toute sécurité. Cet outil, gratuit, est mis à la disposition des professionnels de la région après avoir suivi une formation obligatoire en [e-learning](#).



- L'**OMéDIT** CVdL met à disposition plusieurs outils en libre accès, participant à **lutter contre l'iatrogénie médicamenteuse chez le sujet âgé et la prévention du risque de chute**.

🔍 Une formation en [e-learning](#) « **Chutes chez le sujet âgé : savoir repérer les risques liés aux médicaments et alerter** » a été créée à destination des professionnels. La formation est composée de 7 vidéos de sensibilisation selon différentes situations cliniques accompagnées d'exercices d'évaluation et d'une riche boîte à outils.



Savoir repérer les risques de chute et alerter !

- Le **CDOS** d'Indre-et-Loire forme les Educateurs Sportifs **à la prise en charge et à l'encadrement des séances sport-santé pour seniors** au sein des associations sportives.



🔍 Deux formations sont mises en place : une **formation sport santé global** et une **formation AP seniors et prévention des chutes** à destination des ES.

🔍 Le contenu des formations est accessible par l'intermédiaire de ce lien : [CDOS d'Indre et Loire - Les formations Sport Santé.](#)

- **Merci Julie** soutient les seniors en proposant des services pour leur permettre de vieillir sereinement à domicile et en toute sécurité.



🔍 La **formation « prévention des chutes en établissement »** permet d'acquérir les connaissances permettant : d'identifier les facteurs de risque de chute, de sécuriser l'environnement, de mettre en place une procédure de prévention individualisée et de prévenir les risques de chutes pendant les soins.

CHAPITRE III. ANIMER DES ATELIERS

- **Agoralude** et le **CHU d'Angers**, ont créé **« Prévent'Chute : le jeu antichute »**. Cet outil a pour objectif de **dédramatiser la problématique des chutes** avec les personnes âgées en leur présentant : des solutions concrètes, les conduites à tenir ainsi que les aides humaines et techniques qui leur permettent de réduire ce risque.



🔍 Prévent'Chute est **conçu pour être joué en atelier de prévention à domicile ou en structure**. Les informations complémentaires sur ce dispositif sont accessibles par ce lien : [Prévent'Chutes règle du jeu & Conseils d'utilisation.](#)

- L'**OMéDIT** CVdL met à disposition plusieurs outils en libre accès, participant à **lutter contre l'iatrogénie médicamenteuse chez le sujet âgé et la prévention du risque de chute**.



🔍 L'URPS Pharmaciens et l'OMéDIT CVdL, ont également réalisé un [Webinaire « Comment animer un atelier chute chez le sujet âgé : savoir repérer les risques liés aux](#)

Savoir repérer les risques de chute et alerter !

médicaments ? ». Cet outil permet aux professionnels de s'approprier le sujet ainsi que les techniques d'animation.

LES NOUVELLES RESSOURCES REFERENCEES

- La **Fondation Arc-en-Ciel** a créé le **jeu de plateau « Chutopolis : jouer pour ne plus chuter »**. Cet outil pédagogique permet d'animer des ateliers de prévention auprès de différents publics. La réflexion collective est favorisée par l'analyse des situations contextualisées.



🔍 Cet outil permet de sensibiliser aussi bien les étudiants que les professionnels ou toute personne concernée par la problématique de la chute. [Le jeu est disponible à l'emprunt au sein des antennes territoriales de la FRAPS CVdL.](#)

- « **Perkichute** » est un **jeu de plateau pédagogique et ludique de prévention contre les risques de chute**. Le jeu divers sujets tel que : l'alimentaire, l'ostéoporose, l'AP, les médicaments, l'aménagement du logement, etc.



🔍 Cet outil est destiné aux soignants et/ou animateurs exerçant en établissement de santé et d'hébergement pour personnes âgées. Le jeu est disponible au sein des [antennes territoriales de la FRAPS CVDL](#).

- L'**ERVMA**, la **FRAPS** et l'**URPS MKL** mettent à disposition « [La maison de Maurice / la Chambre des Erreurs](#) » qui est un dispositif formatif de simulation en santé dédié aux professionnels et au grand public.



🔍 Cet outil pédagogique mobile permet en groupe de **prévenir et de sensibiliser à la dimension multifactorielle de la chute chez le sujet âgé** de manière active et ce, par l'animation d'ateliers. Un kit de la Maison de Maurice est mis à disposition des personnels au sein des antennes territoriales de la FRAPS CVdL.

- L'**ERVMA CVdL** a créé une présentation : « [prévention des risques de chute de la personne âgée](#) » pour permettre aux professionnels de s'approprier cette thématique. Celle-ci peut être utilisée pour réaliser des ateliers de sensibilisation et de prévention à destination d'une équipe de professionnels, de seniors et d'aidants.



🔍 **Une présentation** : « [vieillir en santé](#) » a été créée pour que les professionnels puissent mener des actions de prévention et de promotion de la santé auprès de la population.

🔍 Un [guide régional – repérage des risques de chute des personnes âgées](#), a aussi été élaboré pour accompagner le repérage précoce des personnes âgées de 65 ans et plus, à risque de chute ou ayant déjà chuté, que ce soit à domicile ou en structure. Le document vise à : harmoniser les pratiques de repérage sur le territoire ; proposer des outils validés, simples et partagés ; renforcer la coordination interprofessionnelle ; impliquer les aidants dans la prévention.

🔍 Un **téléstaff** a destination des professionnels a également été organisé : « [chutes : repérer et évaluer, comment mener des actions de sensibilisation ?](#) ». Ce webinaire présente deux projets qui sont menés au sein d'un SSIAD et d'un EHPAD de la région.

CHAPITRE III. LES RESSOURCES RÉGIONALES

Dans ce chapitre sont recensées les **ressources portant sur la prévention des chutes et sur le vieillissement en santé à l'échelle de toute la région Centre-Val de Loire**, ainsi que les **initiatives** menées dans chacun des départements de la région.

Il est à noter que les informations ci-après ne prétendent pas à l'exhaustivité et feront l'objet de possibles amendements.

1. BIEN VIEILLIR EN CENTRE-VAL DE LOIRE

- La **DRAJES** CVdL et **l'ARS** CVdL proposent sur leur site internet **une carte interactive régionale Sport Santé et Sport Bien-être**. Il est ainsi possible de trouver une structure sportive au plus proche du domicile.

🔍 La carte interactive est accessible via le lien suivant : [Carte interactive Sport Santé Centre Val de Loire](#).

- **Le réseau des MSS** poursuit son développement en région CVdL. Ces structures accompagnent et conseillent les personnes qui souhaitent pratiquer une activité physique et sportive à des fins de santé et de bien-être, quel que soit leur âge.

🔍 Le **listing des 18 MSS** labellisées est disponible par l'intermédiaire ce lien : [Le réseau des Maisons Sport-Santé en Centre-Val de Loire](#).

- La **CPAM**, la **DRAJES** et l'**ARS** CVdL **expérimentent le financement de l'APA sur prescription médicale** dans les départements de l'Indre et du Loiret. Il est possible de bénéficier d'un remboursement sur les territoires de la Brenne, du Montargois, du Pithiverais et du Giennois.
 - 🔍 Les interlocuteurs privilégiés de cette expérimentation sont la [MSS UFOLEP 45](#) et la [MSS de la Brenne](#).

- **EPGV** CVdL propose **des séances de gymnastique seniors** dans une démarche de prévention et de bien vieillir et ce, dans différentes villes de la région.
 - 🔍 Il est possible de rechercher **un club près de chez soi** grâce à une carte interactive disponible via le lien suivant : [Trouver Un Club](#).

- L'**ASEPT** CVdL met en exergue sur son site « [ASEPT Centre-Val-de-Loire](#) » de **nombreuses actions dédiées à la prévention du vieillissement et à la préservation de l'autonomie des personnes âgées : conférences, ateliers sur diverses thématiques** (nutrition, équilibre et prévention des chutes, etc.) ainsi qu'un **calendrier** pour sélectionner les ateliers de son choix.
 - 🔍 Le calendrier est disponible via le lien suivant : [Évènements - ASEPT Centre-Val-de-Loire](#)

- **Siel Bleu** propose des **séances d'APA individuelles** (à domicile) ou **collectives**. Les séances sont encadrées par des EAPA.
 - 🔍 De nombreux ateliers sont proposés : gym santé, équilibre, gymnastique active, etc. Il est possible de rechercher un cours collectif près de chez soi via [une carte interactive](#).

- La caisse de retraite l'**AG2R La Mondiale** finance dès 65 ans et pour ses bénéficiaires, un **bilan d'ergothérapie à domicile**.

- **SOLIHA** accompagne les personnes âgées dans l'adaptation de leur logement en faveur du maintien de l'autonomie. Plusieurs actions sont menées au sein des villes de la région.
 - 🔍 Un **diagnostic « adaptation »** peut être réalisé afin d'identifier l'état actuel du domicile, les adaptations possibles et préconisées. Un rapport de synthèse est délivré à la fin du diagnostic et les financements possibles sont étudiés.
 - 🔍 Des **ateliers collectifs « Bien chez soi »** sont proposés. Ils permettent de découvrir les bons gestes et postures au quotidien ainsi que les aménagements possibles.

 Un **outil pédagogique « Mon logement et MOI »** est également proposé pour l'animation d'ateliers collectifs sur l'appropriation du logement. Ce dernier est constitué d'une maquette de maison en relief, de divers accessoires, de magnets, d'un plateau de jeu et d'une série de cartes questions/réponses. Cet outil permet d'échanger autour de thématiques en lien avec le logement et son adaptation.

 Le **véhicule aménagé** de l'association **SOLIHA**, nommé « **truck SOLIHA** », se déplace dans la région Centre-Val de Loire afin de mettre en avant **les solutions possibles d'aménagement ainsi que les aides techniques**. Une présentation de cet outil agile et mobile est accessible directement via ce lien [Le Truck SOLIHA](#).

- La **Carsat CVdL** propose sur son site : « [Des conseils pour bien vieillir – L'Assurance retraite](#) » de **nombreuses ressources pour accompagner le quotidien des personnes retraitées**.

 L'annuaire disponible sur le site internet ci-dessus, permet de trouver une structure sportive ou une maison sport santé.

- La **Mutualité française CVdL** propose **différents événements à destination des seniors** et les répertorie sur son site « [Bienvenue sur le site de la Mutualité Française Centre-Val de Loire](#) ».

 Il est possible de faire une recherche par format, thématique et département, afin d'avoir accès à ce qui est proposé.

- Les **Opticiens Mobiles** sont un **réseau national d'opticiens spécialisés** pour intervenir auprès de chacun : **à domicile** ou **en résidences** seniors, entre autres.

 Les opticiens mobiles accompagnent les personnes âgées tout au long du parcours : du premier rendez-vous à la livraison des lunettes au domicile. Il est possible d'obtenir plus de renseignements en suivant le lien suivant : [Opticien à domicile : comment ça marche ? | Les Opticiens Mobiles](#).

- L'**URPS Pédicures-Podologues CVdL** a créé plusieurs supports qui abordent le rôle du pédicure-podologue dans la prévention des risques de chutes des seniors et l'importance de prodiguer aux pieds, des soins adaptés.

 Un **diaporama** de prévention a été créé sur « **le rôle du pédicure-podologue dans la prévention de la chute de la personne âgée** », destiné à sensibiliser sur l'importance de soins adaptés des pieds au niveau cutané et unguéal dans la prévention des chutes.

 Les **affiches** : « **Gare aux chutes le pédicure-podologue est là** » et « **Chaussure adaptée pour la personne âgée** », sont téléchargeables avec ce lien : [Nos publications - URPS Pédicures Podologues - Centre-Val de Loire](#)

LES NOUVELLES RESSOURCES REFERENCEES

- Le **Pôle régional d'ETP** est porté par la FRAPS CVdL en lien avec le Département de Santé Publique de l'UFR de Médecine de l'Université de Tours. Il apporte en région son **expertise**, ses **ressources** et **compétences** en ETP.



Le Pôle régional a pour enjeux : contribuer à **améliorer la qualité de vie** des patients malades chroniques ; **réduire** les **inégalités sociales** et **territoriales** de santé ; **augmenter** le nombre de **bénéficiaires** ; **former** les professionnels.

- Les **Centres de Ressources** des **antennes territoriales** de la **FRAPS** CVdL sont installés dans chaque département de la région CVdL. Les Centres accompagnent tout public pour venir à bien des projets en prévention et promotion de la santé.



Le **portail POPS** permet de consulter les ressources et actualités en ligne. La documentation peut également être empruntée.

CHAPITRE IV. LES INITIATIVES AU SEIN DES SIX DÉPARTEMENTS

CHER (18)

- La **Maison Sport-Santé Ortho Centre Berry** est le **coordinateur départemental de l'offre « Sport-Santé »** sur le territoire.



Sur prescription médicale, la MSS accompagne toute personne à besoins spécifiques dans la pratique d'une activité physique adaptée. Elle est également en mesure d'orienter les seniors vers les structures Sport-Santé proches du domicile. Le site internet de la Maison Sport Santé est accessible avec ce lien : [Orthocentre Berry](#)

Pour tout complément d'information : 02 18 81 01 11.

- L'**association Victorine** propose des **ateliers de prévention primaire** pour le maintien de l'autonomie à domicile, destinés aux personnes âgées de plus de 65 ans : diététique, équilibre, usages e-santé, prévention des chutes au domicile ou dans le jardin, recommandations, respect des prescriptions médicales, informations sur le calendrier vaccinal et examens de prévention.



Ce programme est co-écrit par des professionnels de santé et des seniors. Il est destiné à être diffusé dans l'environnement du bénéficiaire et reproduit sur le territoire des structures accueillantes (Clubs, CCAS, MARPA, Résidences

Autonomie, etc...). **L'agenda des différents ateliers** est consultable avec ce lien : [VICTORINE – Programme pour le maintien de l'autonomie](#).
Pour tout complément d'information : 06 20 08 60 75.

- L'**EPGV** du **Cher** propose plusieurs programmes d'APA au sein des villes du département.



Par l'intermédiaire de ce lien : [Trouver Un Club](#), il est possible de chercher un club au plus proche du domicile. Les clubs proposent des ateliers : « équilibre et prévention des risques liés aux chutes » ; « corps et mémoire » ; « marche nordique » ; « gym oxygène ».

Pour tout complément d'information : 02 48 50 48 81.

- L'**ASEPT** du **Cher** propose dans le département, des parcours de prise en charge « prévention santé » en lien avec le bien-vieillir et la prévention des risques de chute des seniors. Les ateliers proposés portent sur l'ETP, les APA, la mémoire, la nutrition, etc.



Chaque programme mis en œuvre comprend des ateliers de plusieurs séances hebdomadaires. L'agenda des ateliers est consultable via ce lien : [Évènements - ASEPT Centre-Val-de-Loire](#).

Pour tout complément d'information : 02 47 31 61 92.

- **Siel Bleu** du département du **Cher** propose des **séances collectives d'APA**. De nombreux ateliers sont proposés : gym santé, équilibre, gymnastique active, etc.



Il est possible de remplir un formulaire afin d'exprimer les besoins, les envies, les attentes et les singularités des seniors. A l'issue, un EAPA prendra contact. Le formulaire est accessible par l'intermédiaire de ce lien : [Siel Bleu - Près de chez VOUS](#).

Pour tout complément d'information : 06 69 54 16 56.

- Le **Groupe Hospitalier de Territoire du Cher** est labellisé « Maison Sport Santé » et **propose des programmes d'APA**. Le sport santé est intégré au parcours de soins des patients. Les prescriptions d'APA sont réalisées par les praticiens du GHT.



Les EAPA réalisent les programmes qui sont adaptés aux besoins, aux envies et aux attentes des patients. La **Maison Sport Santé facilite l'orientation des patients vers les différents lieux de pratique lors du retour à domicile**.

Pour tout complément d'information : 02 48 24 31 22.

- À Bourges, **le projet « Agenda 21 de la longévité »** vise à accompagner l'avancée en âge de la population berruyère, en lien avec plusieurs thématiques dont l'aménagement du logement. **Une démarche participative « Comment faire de Bourges une ville du bien vieillir ? »** a été menée en 2022, en vue de l'élaboration

d'un plan d'action dédié au vieillissement. Les résultats de cette démarche sont accessibles sur le site [Bourges - Agenda 21 de la longévité](#).



La ville met également à disposition **un guide sénior**, directement téléchargeable via ce lien [Guide senior Ville de Bourges](#).



À noter que la **Maison de l'habitat et du cœur de ville** constitue un **point d'information concernant les aides à l'amélioration de l'habitat**. Il est possible de faire une demande d'aide financière relative à l'adaptation du logement liée à la perte d'autonomie.

Pour tout complément d'information : 02 48 57 80 00.

- **Habitat et Humanisme** du Cher a créé de nouveaux modèles d'habitat et d'accompagnement. Diverses solutions sont proposées : **résidence intergénérationnelle, plateforme de services d'accompagnement et de soins, activités de prévention de perte d'autonomie, services d'aide**.

Pour tout complément d'information : cher-et-indre@habitat-humanisme.org

- Le **CCAS d'Aubigny-sur-Nère** organise en partenariat avec **Merci Julie** des **ateliers habitat « Avant'âge »**. Ces derniers abordent différentes questions en lien avec l'aménagement du logement : envies et besoins, conseils et astuces pour un habitat pratique, les travaux possibles, les aides financières, etc.

Pour tout complément d'information : 02 48 58 44 02.

- L'**Agence Présence Verte de Bourges** œuvre à rendre accessible pour tous, la téléassistance comme outil de prévention des chutes graves. Pour les personnes âgées, deux offres sont proposées : une offre pour **être sécurisé à domicile (Activ'zen)** et une autre pour **être sécurisé à domicile ainsi que lors des déplacements (Activ'mobil)**.



Ces offres bénéficient d'un crédit ou d'une réduction d'impôt à hauteur de 50%. Des prises en charge sont également possibles par les caisses de retraite, le conseil départemental dans le cadre de l'APA ainsi que les partenaires conventionnés.

Pour tout complément d'information : 02 48 23 06 82.

Les nouvelles initiatives recensées

- L'**association Caramel** est le **coordinateur départemental de l'offre d'ETP du Cher**. Cette structure œuvre pour rendre visible et accessible les programmes d'ETP sur son territoire. Les missions de l'association sont : d'orienter les professionnels de santé vers les programmes existants, d'accompagner les porteurs de programmes, de favoriser l'harmonie des programmes.



Cette structure est à contacter dans le cadre de la création d'un programme ETP chute à destination des séniors. Les programmes d'ETP

déployés dans le Cher sont consultables avec ce lien : <https://prevaloir.fr/coordinations-departementales-prevaloir/cher-18/>
Pour tout complément d'information : 02 48 48 57 67.

- **Merci Julie** a développé une [ergothèque](#) dans le Cher. Ce dispositif permet à la suite d'un bilan d'ergothérapie réalisé à domicile de faciliter l'accès aux aides techniques prescrites.



L'ergothèque fonctionne selon un modèle de recyclerie, en partenariat avec les prestataires de matériel médical, permettant ainsi **la réutilisation de matériel adapté en bon état et sécurisé.**

Pour tout complément d'information : 06 19 18 09 71.

EURE-ET-LOIR (28)

- La **Maison Sport-Santé 28** est **le coordinateur départemental de l'offre « Sport-Santé » sur le territoire. Sur prescription médicale**, la MSS 28 accompagne tout individu, quel que soit son âge dans la pratique d'une APA. Elle est aussi en mesure **d'orienter vers les structures Sport-Santé proches du domicile.**



Dans le département, plusieurs **ateliers « équilibre et prévention des chutes »** sont mis en place (Luray, Auneau, Tréon) et d'autres ateliers sont en cours de développement. Le site internet de la Maison Sport Santé est accessible avec ce lien : <https://www.sport28.fr/index.php/sport-sante/>

Pour tout complément d'information : 09 73 89 00 72.

- **Profession Sport et Loisirs 28** est une équipe d'éducateurs sportifs diplômés luttant contre la perte d'autonomie des personnes âgées.



Des **ateliers d'APA** sont proposés comme la gym sur chaise, la gym équilibre, le cécifoot et le torball par exemple. Les activités proposées sont consultables à partir de ce lien : [Qui sommes nous - Profession Sport & Loisirs Eure et Loir.](#)

Pour tout complément d'information : 02 37 90 75 53.

- La **CPTS du Perche** propose, sur prescription médicale, un [parcours Sport-Santé de prévention des chutes](#) à destination des personnes âgées.



Les professionnels de la CPTS accompagnent les seniors et toutes autres personnes dans la recherche et le choix d'activité physique.

Pour tout complément d'information : contact@cptspercheemeraude.fr

- La **CPTS Sud 28** par l'intermédiaire de son service « [APASUD 28](#) » propose sur prescription médicale, **en individuel ou en collectif, des programmes d'APA** pour favoriser le bien vieillir et réduire les risques de chute.
 - 🔍 Tout senior désireux être accompagné dans la pratique d'une activité physique, a la possibilité de **prendre contact avec son médecin traitant, son infirmière, kinésithérapeute ou pharmacien pour être mis en relation avec un EAPA.**
Pour tout complément d'information : contact@cptssud28.fr

- **ADMR 28** propose **les ateliers LISA**. Ces derniers ont pour objectif de proposer des temps conviviaux sur diverses thématiques (AP, ateliers jardinage, etc.). Ces ateliers s'appuient sur une méthode positive. Ils visent à entretenir et améliorer les capacités physiques, sociales et psychiques.
 - 🔍 Les ateliers sont recensés sur cette **carte interactive** : [Animations Archive - Lisa-ADMR](#)
Pour tout complément d'information : 02 37 35 17 14.

- Le **CCAS de Chartres** propose une diversité d'activités, d'actions et de services à destination des séniors pour prévaloir le bien-vieillir de sa population.
 - 🔍 En partenariat avec Chartres Métropole, le CCAS de Chartres met en place des **séances de gym douce** à destination des séniors. [Loisirs seniors - Chartres.](#)
 - 🔍 En collaboration avec le Pôle Gériatrie, le CCAS propose un **service de téléassistance** pour rassurer les usagers et leurs proches dans le cadre du maintien à domicile des séniors. Il est possible d'obtenir plus de renseignements sur ce service via le lien suivant : [Téléassistance - Chartres.](#)
Pour tout complément d'information : 02 37 18 47 00.

- **EPGV d'Eure-et-Loir** propose plusieurs programmes d'APA au sein des villes du département.
 - 🔍 Par l'intermédiaire de ce lien : [Trouver Un Club](#), il est possible de trouver un club au plus proche du domicile. Les clubs proposent des ateliers : « équilibre et prévention des risques liés aux chutes » ; « corps et mémoire » ; « marche nordique » ; « gym oxygène ».
Pour tout complément d'information : 02 37 33 09 74.

- **ASEPT d'Eure-et-Loir** propose dans le département, des parcours de prise en charge « prévention santé » en lien avec le bien-vieillir et la prévention des risques de chute des séniors. Les ateliers proposés portent sur l'ETP, les APA, la mémoire, la nutrition, etc.).

🔍 Chaque programme mis en œuvre comprend des ateliers de plusieurs séances hebdomadaires. L'agenda des ateliers est consultable avec ce lien : [Évènements - ASEPT Centre-Val-de-Loire](#).

Pour tout complément d'information : 02 47 31 61 92.

- **Siel Bleu** du département de l'**Eure-et-Loir** propose des **séances collectives d'APA**. De nombreux ateliers sont proposés : gym santé, équilibre, gymnastique active, etc.

🔍 Il est possible de remplir un formulaire afin d'exprimer les besoins, les envies, les attentes et les singularités des seniors. A l'issue, un EAPA prendra contact. Le formulaire est accessible par ce lien : [Siel Bleu - Près de chez vous](#).

Pour tout complément d'information : 06 21 49 24 74.

- **Chartres Métropole**, engagée dans le maintien à domicile des personnes âgées, développe depuis 2018 une démarche contractualisée avec la **CARSAT** nommée **ECLAT**. Ce programme s'est généralisé sur l'ensemble de l'agglomération de Chartres. L'objectif est de favoriser la prévention de la perte d'autonomie et d'apporter des solutions concrètes. Le programme ECLAT organise différentes actions en lien avec l'aménagement du logement, etc.

🔍 **Un salon « Bien vivre chez soi »** est organisé chaque année. L'objectif est de sensibiliser et d'informer les usagers des diverses actions menées dans le domaine de l'immobilier, de l'habitat sain et des aides techniques.

🔍 **Des ateliers « Bien chez soi »** sont régulièrement organisés par Chartres métropole en association avec **SOLIHA**, au profit de toutes les personnes âgées. Ces ateliers permettent d'aborder divers sujets comme les bons gestes et postures, les accessoires innovants et les aides financières, entre autres.

🔍 **Chartres Renov'Habitat** propose des **visites conseils et un diagnostic** du logement. Le programme ECLAT accompagne également les ménages hors plafond de ressources ANAH dans leurs travaux par une **subvention propre de Chartres métropole**. Un objectif annuel de 85 adaptations est programmé.

🔍 Le programme ECLAT vise une **meilleure communication auprès des personnes âgées sur l'aménagement du logement**. L'objectif est de délivrer une information complète sur les aides à l'adaptation du logement auprès de tous les publics : locataires du parc HLM, parc privé, etc. Cette action se concrétise notamment par l'utilisation d'un outil mobile d'information et de sensibilisation des habitants le « **Truck SOLIHA** » et une **sensibilisation** en partenariat avec **LaPoste**.

🔍 Le programme ECLAT vise également le développement du lien social par le biais **d'activités sportives** favorisant les échanges. Ainsi, des **ateliers de gym douce** sont organisés au sein de l'Espace famille du CCAS et de service loisirs seniors. D'autres activités sont proposées comme de la **boxe et du karaté adaptés**.

 Des **actions de prévention** à destination des personnes âgées sont organisées tout au long de l'année. Ces sensibilisations sont en lien avec diverses thématiques telles que l'alimentation (dénutrition, déséquilibre alimentaire, etc.) et les prises de médicaments (risque d'iatrogénie), entre autres.

Pour tout complément d'information : 02 37 23 40 00.

- Le **Centre Hospitalier de Châteaudun** a ouvert en septembre 2023 un **HDJ SMR « Prévention des chutes »**. Sur prescription médicale, cette structure accueille les seniors de 65 ans et plus qui présentent des troubles de la marche et/ou de l'équilibre ou qui ont été sujets à des chutes à répétition.

 L'équipe pluridisciplinaire définit un **parcours de soins personnalisé par l'intermédiaire d'une évaluation des capacités du patient et le dépistage de ses fragilités liées à l'âge** (ICOPE-OMS) ainsi que les problématiques sociales rencontrées. Le programme est d'une **durée d'un mois par demies-journées**.

Pour tout complément d'information : 02 37 44 40 38.

- L'**Agence Présence Verte de Chartres** œuvre pour rendre accessible à tous, la téléassistance comme outil de prévention des chutes graves. Pour les personnes âgées, deux offres sont proposées : une offre pour **être sécurisé à domicile (Activ'zen)** et une autre pour **être sécurisé à domicile ainsi que lors des déplacements (Activ'mobil)**.

 Ces offres bénéficient d'un crédit ou d'une réduction d'impôt à hauteur de 50%. Des prises en charge sont également possibles par les caisses de retraite, le conseil départemental dans le cadre de l'APA ainsi que les partenaires conventionnés.

Pour tout complément d'information : 02 37 30 45 45.

La nouvelle initiative recensée

- Le **Centre Hospitalier de Chartres** est le **coordinateur départemental de l'offre d'ETP dans l'Eure-et-Loir**. Cette structure œuvre pour rendre visible et accessible les programmes d'ETP sur son territoire. Les missions de l'association sont : d'orienter les professionnels de santé vers les programmes existants, d'accompagner les porteurs de programmes, de favoriser l'harmonie des programmes.

 Cette structure est à contacter dans le cadre de la création d'un **programme ETP chute à destination des seniors**. Les programmes d'ETP déployés dans l'Eure-et-Loir sont consultables avec ce lien : [Eure-et-Loir 28 - Éducation Thérapeutique du Patient en Centre Val de Loire](#).

Pour tout complément d'information : coordination.etp28@gmail.com

- **Senior36** est un **portail du Conseil départemental à destination des personnes âgées de 60 ans et plus**, ayant pour objectif de répondre aux besoins d'informations sur toutes les thématiques et aux demandes des personnes en proposant un large choix de contenu. Les ateliers cités ci-dessous, sont répertoriés sur la plateforme « indre.fr ».

🔍 **Des ateliers de prévention de la perte d'autonomie** existent sur l'ensemble du département de l'Indre notamment sur la prévention des chutes, l'équilibration et l'AP. Ces ateliers sont animés par des professionnels afin **d'apporter conseils, bonnes pratiques et exercices aux personnes âgées**. Y participer est aussi une opportunité pour **créer ou maintenir des liens sociaux afin de lutter contre l'isolement et le repli sur soi**.

🔍 Il est ainsi possible de participer à **des ateliers mémoire** pour maintenir l'activité cérébrale et les fonctions cognitives, et également à des **ateliers équilibre** pour maintenir l'activité physique. Des **ateliers nutrition et prévention routière** sont aussi organisés.

Pour tout complément d'information : 02 54 08 37 20.

- Au sein de la **CPTS Pays des Milles Etangs**, un psychomotricien et un kinésithérapeute proposent des **ateliers** à la destination des personnes âgées.

🔍 Le programme intitulé « **1 2 3 marchez** » est d'une durée de trois mois à raison de deux séances par semaine. Il permet de retrouver du souffle, de l'endurance, de l'équilibre et de prévenir des chutes par la réhabilitation à marcher. Cela se fait par des exercices de prise de conscience corporelle, de renforcement musculaire, d'assouplissement, de coordination, d'endurance et des exercices cardio-respiratoire.

🔍 Le projet « **Bouge tes neurones** » permet une prise en charge groupale en prévention des chutes. Il permet de travailler et stimuler la coordination, l'équilibre, la mémoire, la proprioception, la concentration, l'interaction sociale et la respiration. Ce projet se déroule sur 24 séances de rééducation et réadaptation à hauteur de deux séances par semaine. Les séances sont d'une durée de 45 à 60 minutes.

Pour tout complément d'information : ludivine.bregeon@urpsml-centre.org

- La **Maison Sport Santé** de la **Brenne** est le **coordinateur départemental de l'offre « Sport-Santé »** sur le territoire. La Maison Sport-Santé de la Brenne est **un réseau de professionnels de santé, du sport, du bien-être et d'associations sportives**, engagés dans la promotion du Sport Santé sur le territoire du Parc Naturel Régional de la Brenne (51 communes).

 La Maison Sport Santé est en mesure **d'orienter vers les structures Sport-Santé** proches du domicile, environ 60 acteurs font partie du réseau.
Pour tout complément d'information : 07 87 71 61 90.

- **EPGV** de l'Indre, propose plusieurs programmes d'activités physiques adaptées au sein des villes du département.

 Par l'intermédiaire de ce lien : [Trouver Un Club](#), il est possible de chercher un club au plus proche du domicile. Les clubs proposent des ateliers : « équilibre et prévention des risques liés aux chutes » ; « corps et mémoire » ; « marche nordique » ; « gym oxygène ».

Pour tout complément d'information : 02 47 40 25 06.

- L'**ASEPT** de l'Indre propose des parcours de prise en charge « prévention santé » en lien avec le bien-vieillir et la prévention des risques de chute des seniors. Les ateliers proposés portent sur l'ETP, les APA, la mémoire, la nutrition, etc.).

 Chaque programme mis en œuvre comprend des ateliers de plusieurs séances hebdomadaires. L'agenda des ateliers est consultable via ce lien : [Évènements - ASEPT Centre-Val-de-Loire](#).

Pour tout complément d'information : 02 47 31 61 92.

- **Siel Bleu** du département de l'Indre propose des **séances collectives d'APA**. De nombreux ateliers sont proposés : gym santé, équilibre, gymnastique active, etc.

 Il est possible de remplir un formulaire afin d'exprimer les besoins, les envies, les attentes et les singularités des seniors. A l'issue, un EAPA prendra contact. Le formulaire est accessible par l'intermédiaire de ce lien : [Siel Bleu - Près de chez VOUS](#).

Pour tout complément d'information : 06 21 95 15 59.

- Créée à l'initiative du Département de l'Indre, **l'Adil 36** est une association qui propose gratuitement un programme d'aide afin **d'accompagner techniquement et financièrement** les personnes âgées dans l'adaptation de leur lieu de vie. **Pour l'adaptation des logements** à l'âge et au handicap l'Adil 36 accompagne les habitants sous condition de ressources. Il est ainsi possible de réaliser : un diagnostic des besoins, un projet de travaux et un dossier de financement.

 Pour davantage d'information, le site internet est consultable par le biais de ce lien : [Adil 36](#)

Pour tout complément d'information : 02 54 27 37 37.

- **Habitat et humanisme Cher et Indre** développe des approches différentielles et innovantes du logement et **accompagne** les personnes âgées afin de répondre au vieillissement global de la population et la perte d'autonomie.

 Diverses solutions sont ainsi proposées : résidence intergénérationnelle, plateforme de services d'accompagnement et de soins, activités de prévention de perte d'autonomie, services d'aide. Les informations complémentaires sont accessibles par ce lien : [Habitat et Humanisme à Bourges : association en faveur du logement en Cher-et-Indre.](#)

Pour tout complément d'information : cher-et-indre@habitat-humanisme.org

- Les **Habitats Regroupés pour Personnes Agées** sont portés par le CLIC 36, SCALIS et OPAC 36. En Indre, cette politique d'habitat regroupé permet de proposer plus de 400 logements locatifs, adaptés et à loyers modérés.

 Ces logements **autonomes ou inclusifs** sont conçus pour les personnes âgées, **avec le support de commerces, d'aides à domicile et de services de proximité, favorisant le lien social.**

Pour tout complément d'information : 02 54 08 37 20.

- **L'Agence Présence Verte de Châteauroux** œuvre pour rendre accessible à tous, la téléassistance comme outil de prévention des chutes graves. Pour les personnes âgées, deux offres sont proposées : une offre pour **être sécurisé à domicile (Activ'zen)** et seconde **être sécurisé à domicile ainsi que lors des déplacements (Activ'mobil).**

 Ces offres bénéficient d'un crédit ou d'une réduction d'impôt à hauteur de 50%. Des prises en charge sont également possibles par les caisses de retraite, le conseil départemental dans le cadre de l'APA ainsi que les partenaires conventionnés.

Pour tout complément d'information : 02 48 23 06 82.

Les nouvelles initiatives recensées

- **Diapason 36 du Centre Hospitalier de Châteauroux est le coordinateur départemental de l'offre d'ETP de l'Indre.** Cette structure œuvre pour rendre visible et accessible les programmes d'ETP sur son territoire. Les missions de l'association sont : d'orienter les professionnels de santé vers les programmes existants, d'accompagner les porteurs de programmes, de favoriser l'harmonie des programmes.

 **Cette structure est à contacter dans le cadre de la création d'un programme ETP chute à destination des seniors.** Les programmes d'ETP déployés dans l'Indre sont consultables avec ce lien : <https://prevaloir.fr/coordinations-departementales-prevaloir/coordination-departementale-indre-36/>

Pour tout complément d'information : 02 54 53 03 32.

- La **Maison Sport Santé de la Brenne** et un **cabinet d'ergothérapeutes** proposent des **séances d'APA à domicile** (prévention des risques de chute, prévention des troubles musculosquelettiques, etc.) en y associant une approche ergothérapeutique.

🔍 Le programme comprend : un **bilan sport santé initial** qui permet d'évaluer les besoins, les envies et les capacités des seniors ainsi que les objectifs. Sur une **période de 3 mois, 10 séances** sont réparties. Un **bilan sport santé final** est réalisé pour mesurer l'évolution des capacités et pour fixer de nouveaux objectifs.
Pour tout complément d'information : 06 42 77 15 53.

INDRE-ET-LOIRE (37)

- La **Maison Départementale Sport Santé 37** est **le coordinateur départemental de l'offre « Sport-Santé » sur le territoire.**

🔍 Sur prescription médicale, la MSS propose **d'accompagner la personne âgée à la pratique d'une APA**. La MSS met en lien l'usager avec les clubs sportifs du département. L'établissement de ce lien est facilité par le recensement, fait en amont, de l'offre proposée de sport santé.

🔍 La Maison Départementale Sport Santé 37 porte également le **dispositif PAIPS : « Parcours d'Accompagnement Individualisé vers la pratique Sportive »**. Le dispositif se déroule en trois étapes : un accompagnement physique pendant les premières séances, un suivi de six mois et enfin, un bilan final. Davantage d'information sont accessibles par ce lien : [CDOS d'Indre et Loire - Le dispositif PAIPS](#).

Pour tout complément d'information : 02 47 40 25 15.

- **L'association Action Sport-Santé et Nutrition** est une MSS qui propose divers **ateliers** en lien avec **l'APA et le bien-être** à Chinon et dans ses alentours.

🔍 Il est ainsi possible de participer à divers cours d'activité physique adaptée (zumba, marche nordique, yoga, danse, etc.) et à différents ateliers bien-être (nutrition, cuisine, etc.). Le détail des programmes mis en place est accessible par ce lien : [Action Sport Santé Nutrition - ASSN Chinon](#)

Pour tout complément d'information : contact@sportsantenutrition.fr

- **Centre Cardiovasculaire Bois Gibert** dispose d'une **MSS VYV « RE »** qui s'adresse à des personnes ayant besoin de pratiquer une APA, sécurité et encadrée par des professionnels formés.

🔍 **Un programme de prise en charge spécifique est proposé aux personnes**

âgées de 75 ans et plus. Pour davantage d'information sur le programme, il est possible de consulter le lien suivant : [Maison Sport Santé | VYV 3 Centre-Val de Loire](#)

Pour tout complément d'information : sportsante.bg.cvl@vyv3.fr

- Le **CCAS** de **Sainte-Maure-de-Touraine** met en place des **ateliers d'APA** à destination des seniors âgés de 60 ans et plus.

🔍 Parmi les activités proposées, il est possible de pratiquer de la gym douce et de travailler l'équilibre. Les informations complémentaires sont accessibles par l'intermédiaire de ce lien : [Sainte-Maure de Touraine - Activités Physiques et Sportives](#).

Pour tout complément d'information : 02 47 65 63 16.

- **L'Association Agir Sport-Santé** propose environ 6 séances par semaine sur des thématiques en lien avec **l'APA et la nutrition**. Il est ainsi possible de participer à des ateliers de renforcement musculaire, de step-santé, de gym douce, de marche ainsi que de participer à un programme d'alimentation, etc.

🔍 Plusieurs communes sont concernées : Cinq-Mars-la-Pile, Joué-lès-Tours, Langeais, Savigné sur Lathan et Mazières en Touraine. Le planning des ateliers est disponible via le lien suivant : [Info communes – Agir Sport-santé](#)

Pour tout complément d'information : 07 83 26 62 79.

- La **ville de Tours**, en partenariat avec le **CCAS** propose un **parcours « Forme & Bien-être »**. Ce dernier est un programme **d'AP à destination des personnes de 60 et plus**. Les séances sont animées et encadrées par des éducateurs sportifs formés.

🔍 Plusieurs activités sont proposées : maintien en forme, gym douce, yoga sur chaise, tai chi chuan, qi gong, etc.

🔍 Le CCAS porte également **le programme d'AP à domicile : « 30' pour rester en forme »**, qui a été conçu pour encourager les seniors à **intégrer l'exercice physique dans leur quotidien**. Le programme est composé de 4 fiches techniques et de 4 vidéos, qui sont accessible par l'intermédiaire de ce lien : [Réveil Musculaire – CCAS de Tours](#). Ce programme a reçu en 2024, le prix « coup de cœur » du concours « Réseau Francophone Villes Amies des Aînés ».

Pour tout complément d'information : 02 18 96 12 01.

- **PéChu'S : « Prévention et Evaluation des chutes des seniors »**, est un **programme de prévention et de sensibilisation aux risques de chute**, destiné à tous les habitants d'Indre-et-Loire âgés de 70 ans et plus. **Il est coordonné par un ergothérapeute** et comprend : **un bilan individuel, un suivi approfondi de 6 mois, un suivi mensuel et un bilan final**.

 Le programme est financé entièrement par les partenaires du PéChu'S. Le bilan est individuel et d'une durée de 30 minutes. Pour réaliser un bilan, il est possible de prendre rendez-vous sur la plateforme en consultant les dates et lieux d'interventions : [Lieux et dates des bilans Péchus](#).

Pour tout complément d'information : 07 52 05 42 59.

- **EPGV** de l'Indre-et-Loire, propose plusieurs programmes d'APA au sein des villes du département.

 Par l'intermédiaire de ce lien : [Trouver Un Club](#), il est possible de chercher un club au plus proche du domicile. Les clubs proposent des ateliers : « équilibre et prévention des risques liés aux chutes » ; « corps et mémoire » ; « marche nordique » ; « gym oxygène ».

Pour tout complément d'information : 02 47 40 25 06.

- L'**ASEPT** de l'Indre-et-Loire, propose dans le département, des parcours de prise en charge « prévention santé » en lien avec le bien-vieillir et la prévention des risques de chute des seniors. Les ateliers proposés portent sur l'ETP, les APA, la mémoire, la nutrition, etc.).

 Chaque programme mis en œuvre comprend des ateliers de plusieurs séances hebdomadaires. L'agenda des ateliers est consultable avec ce lien : [Évènements - ASEPT Centre-Val-de-Loire](#).

Pour tout complément d'information : 02 47 31 61 92.

- **Siel Bleu** du département de l'Indre-et-Loire, propose des **séances collectives d'APA**. De nombreux ateliers sont proposés : gym santé, équilibre, gymnastique active, etc.

 Il est possible de remplir un formulaire afin d'exprimer les besoins, les envies, les attentes et les singularités des seniors. A l'issue, un EAPA prendra contact. Le formulaire est accessible par l'intermédiaire de ce lien : [Siel Bleu - Près de chez VOUS](#).

Pour tout complément d'information : 06 69 76 73 26.

- Le site internet du **Conseil département** : «[Touraine Reper'Âge Seniors](#) », met en exergue les mesures adaptées aux seniors et notamment les différentes aides pour être accompagné dans son quotidien en fonction de son lieu d'habitation.

 Le site répertorie par exemple **les aides financières possibles** ainsi que les contacts pour bénéficier **d'aides techniques au domicile**.

Pour tout complément d'information : 02 47 31 47 31.

- Le **CIAS** de la **Communauté de Communes Chinon Vienne et Loire** et **Merci Julie**, organisent tout au long de l'année des **ateliers « Avant'âge »**. Ces derniers permettent de faire de la prévention autour de l'aménagement du logement.
Pour tout complément d'information : 02 47 93 92 86.

- La **Communauté de Communes Loches Sud Touraine** propose un **service OPAH d'assistance gratuite, administrative et technique** pour la **réalisation de travaux d'adaptation du logement** pour mieux vivre chez soi, sous conditions de ressources.
Pour tout complément d'information : 02 47 91 93 28.

- L'**Agence Présence Verte de Tours** œuvre pour rendre accessible à tous, la téléassistance comme outil de prévention des chutes graves. Pour les personnes âgées, deux offres sont proposées : une offre pour **être sécurisé à domicile** (Activ'zen) et une seconde pour **être sécurisé à domicile ainsi que lors des déplacements** (Activ'mobil).
 Ces offres bénéficient d'un crédit ou d'une réduction d'impôt à hauteur de 50%. Des prises en charge sont également possibles par les caisses de retraite, le conseil départemental dans le cadre de l'APA ainsi que les partenaires conventionnés.
Pour tout complément d'information : 02 47 31 61 96.

- **DOM@DOM Téléassistance** apporte une réponse efficace au maintien à domicile **7/7 et 24h/24**. En plus de répondre à l'urgence, DOM@DOM Téléassistance réalise des **appels de convivialité pour maintenir le lien social** et prendre des nouvelles de ses bénéficiaires.
 DOM@DOM Téléassistance propose un service de téléassistance de proximité conjuguant écoute à toute heure et efficacité, grâce à des dispositifs simples et accessibles à tous et à une équipe parfaitement formée à ses missions et à l'accompagnement des seniors.
Pour tout complément d'information : 05 55 77 36 72.

Les nouvelles initiatives recensées

- L'**Espace du Souffle** du **CHRU de Tours** est le **coordinateur départemental de l'offre d'ETP en Indre-et-Loire**. Cette structure œuvre pour rendre visible et accessible les programmes d'ETP sur son territoire. Les missions de l'association sont : d'orienter les professionnels de santé vers les programmes existants, d'accompagner les porteurs de programmes, de favoriser l'harmonie des programmes.
 **Cette structure est à contacter dans le cadre de la création d'un programme ETP chute à destination des seniors.** Les programmes d'ETP

déployés dans l'Indre-et-Loire sont consultables avec ce lien : <https://prevaloir.fr/coordinations-departementales-prevaloir/indre-et-loire-37/>
Pour tout complément d'information : 02 47 47 77 41.

- La **Clinique Velpeau de Tours** a créé un [HDJ Prévention des chutes](#). Sur prescription médicale, la structure accueille les seniors qui vivent à domicile, présentant des troubles de la marche et/ou de l'équilibre ou ayant réalisé des chutes à répétition.

🔍 L'équipe pluridisciplinaire définit un **parcours de soins personnalisé** par l'intermédiaire d'une **évaluation des capacités** du patient et le **dépistage des fragilités** liées à l'âge ainsi que les **problématiques sociales** rencontrées.

🔍 Le programme est d'une durée de **trois à quatre semaines** par demi-journées. Il est recommandé d'être domicilié à moins de 30 minutes de la Clinique.

Pour tout complément d'information : 02 47 40 41 42.

- L'**association CO'CLIQUE'CO** propose à **Neuvy-le-Roi** des ateliers « faire bouger son corps et ses méninges ».

🔍 Les ateliers sont composés d'exercices de **renforcement musculaire**, de **parcours d'équilibre** et de jeux stimulant la **mémoire**.

Pour tout complément d'information : 07 84 91 31 51.

- **Merci Julie** dispose d'une **Equipe Spécialisée Mobilité** à Tours qui accompagne les personnes âgées de 65 ans et plus pour qu'elles reprennent confiance dans leurs déplacements.

🔍 L'équipe est composée d'un ergothérapeute et d'un conseiller mobilité. Pour être [accompagné](#), il faut : habiter dans l'agglomération de Tours, rencontrer des difficultés dans les déplacements.

Pour tout complément d'information : 07 82 46 20 96.

LOIR-ET-CHER (41)

- Le **Conseil départemental du Loir-et-Cher** a publié le **Schéma départemental de l'autonomie 2021-2025** relatant les différents axes du maintien de l'autonomie de la population. Le contenu du document est disponible via le lien : [Schéma départemental 2024-2028](#).

 Le Conseil Départemental s'engage en faveur du maintien de l'autonomie par divers objectifs, comme : communiquer et transmettre l'information, anticiper la perte d'autonomie, proposer des solutions alternatives ou complémentaires, etc.
Pour tout complément d'information : 02 54 58 41 41.

- La **Maison Sport Santé EsCALE 41** est le **coordinateur départemental de l'offre « Sport-Santé » sur le territoire.**

 La Maison Sport Santé propose un **annuaire**, mis à jour tous les ans, des **clubs associatifs** formés et/ou accueillant des personnes en AP à des fins de santé. Sur prescription médicale, elle oriente les usagers vers des clubs sportifs adaptés.

 La **Maison Sport Santé EsCALE 41** propose la réalisation d'un **bilan médico-sportif sur prescription médicale et la mise en place d'un programme de sport-santé** personnalisé avec un EAPA.

 Par ailleurs, la Maison Sport-Santé développe également le **programme PARACHUTE**, un **programme d'accompagnement et de réadaptation après chute**. Ce programme s'organise autour de 12 séances d'activités physiques adaptées, à la piscine et au dojo de Vendôme. Les objectifs sont d'améliorer l'équilibre des personnes âgées en faisant du renforcement musculaire des membres inférieurs, d'apprendre à bien tomber et à se protéger en cas de chute. Après leur participation au programme, les seniors sont invités et réorientés vers les clubs de sport, associations et programmes de Sport-Santé, au plus proche du domicile.

Pour tout complément d'information : 02 54 45 11 28.

- La **CPTS La Salamandre** favorise la pratique d'une **AP** pour ses habitants.

 La **CPTS La Salamandre** encourage la pratique d'une activité physique adaptée pour ses habitants. Elle promeut les bienfaits de l'activité physique au travers de son action **« Sport Santé »**, en orientant notamment ses habitants vers les ateliers des Maisons Sport Santé.

 Par ailleurs, des **ateliers « Equilibre et Prévention des chutes »** sont animés par des ergothérapeutes en établissement type résidence autonomie ou autre lieu mis à disposition par des partenaires locaux, afin d'informer les personnes âgées sur le risque de chute.

 **6 vidéos d'information et de sensibilisation du grand public et des professionnels** sur le risque de chute, reprenant les différents axes du Plan national antichute, sont également disponibles et consultables via ce lien : [Vidéos de sensibilisation et de prévention](#)

 Enfin, la CPTS La Salamandre prend part à l'expérimentation de l'outil ICOPE et, dans ce cadre, participe au repérage des fragilités et des personnes à risque de chute.

Pour tout complément d'information : 02 54 70 71 72.

- **France Parkinson 41** propose des **ateliers de Sport Santé Bien-être adaptés** (gym, marche nordique, aquagym, danse). Les informations complémentaires sur le contenu des activités est accessible par l'intermédiaire de ce lien : [Comité 41 France Parkinson.](#)

Pour tout complément d'information : 06 58 30 15 14.

- **SEPIA 41** propose des **ateliers individuels et/ou collectifs « RED ! »** sur la mobilité avec un binôme d'EAPA.

 Ces binômes interviennent dans trois à quatre établissements quotidiennement et apportent conseils et assistance aux équipes soignantes.

 **Dispositif PARCOURS** : des **ateliers de sensibilisation** sur des sujets liés à l'avancée en âge sont proposés (prévention des chutes, comment sécuriser son domicile) ainsi que l'établissement d'un plan d'accompagnement personnalisé. Le dispositif est disponible via ce lien : [Dispositif parcours | Sepia 41 - Le groupement des EHPAD publics du Loir-et-Cher.](#)

Pour tout complément d'information : contact@sepia41.fr

- La **Maison de Santé pluriprofessionnelle de Saint-Georges-sur-Cher** propose des **ateliers Prévention des chutes et Réentraînement à l'effort**. Ces ateliers s'organisent autour de 10 séances collectives animés par un masseur-kinésithérapeute et un ergothérapeute, et sont à destination des seniors vivant à domicile. Divers thèmes sont abordés durant les séances : l'identification des causes de chutes, les solutions possibles, les exercices de renforcement musculaire...

 L'inscription est gratuite et possible par l'apport d'un **certificat médical attestant de l'aptitude à participer aux ateliers**.

Pour tout complément d'information : 02 54 32 18 17.

- La **CPTS Sologne Vallée-du-Cher** propose une action de prévention des chutes avec des kinésithérapeutes. Ces derniers réalisent des **dépistages** au sein de leur patientèle âgée de 70 ans et plus, via un « Timed up and go » et « one leg balance ». Les antécédents de chutes sont également recensés. Les patients ayant chuté pour motif extrinsèque reçoivent par la suite la visite d'un ergothérapeute libérale à leur domicile afin de réaliser un bilan. Les patients à risque modéré reçoivent la visite d'un kinésithérapeute tous les six mois pour réaliser un contrôle

en plus de la délivrance d'exercices. Les patients à risque élevé reçoivent la visite du kinésithérapeute chaque mois pour un accompagnement renforcé.



Tous les patients reçoivent un **livret de prévention des chutes** créé par le Centre Hospitalier de Créteil, et sont encouragés à participer aux **ateliers Sport-Santé de la CPTS**.

Pour tout complément d'information : 06 33 92 69 75

- Le **HAD Rééducation** de **LNA Santé**, assure une prise en charge globale et coordonnée de la personne âgée pour lui offrir une meilleure qualité de vie dans son environnement. L'HAD Rééducation est composé d'un médecin MPR et de professionnels spécialisés dans la rééducation, la réadaptation et l'éducation thérapeutique.



Un parcours de prise en charge est spécifiquement mis en place dans le cadre de la prévention et de la prise en charge des patients à risque de chute (kinésithérapeute, EAPA, Ergothérapeute, Psychomotricien, Neuropsychologue, Orthophoniste). Les professionnels interviennent **au domicile**. Une **assistance sociale peut accompagner les patients dans les démarches**.



Pour tous les seniors qui ont peur de chuter, l'HAD propose également un **programme d'ETP « Chut'Alors ! »**. Le programme se déroule dans le cadre d'un **entretien individuel** pour établir un diagnostic éducatif personnalisé. Le programme a pour but de conseiller la personne âgée pour lui permettre de comprendre et prévenir le risque de chute ; entretenir sa forme et son équilibre ; vivre dans un environnement bienveillant ; maintenir son autonomie et une bonne qualité de vie.

- **EPGV** du Loir-et-Cher, propose plusieurs programmes d'APA au sein des villes du département.



Par l'intermédiaire de ce lien : [Trouver Un Club](#), il est possible de chercher un club au plus proche du domicile. Les clubs proposent des ateliers : « équilibre et prévention des risques liés aux chutes » ; « corps et mémoire » ; « marche nordique » ; « gym oxygène ».

Pour tout complément d'information : 06 17 79 94 72.

- L'**ASEPT** du Loir-et-Cher, propose dans le département, des parcours de prise en charge « prévention santé » en lien avec le bien-vieillir et la prévention des risques de chute des seniors. Les ateliers proposés portent sur l'ETP, les APA, la mémoire, la nutrition, etc.).



Chaque programme mis en œuvre comprend des ateliers de plusieurs séances hebdomadaires. L'agenda des ateliers est consultable avec ce lien : [Évènements - ASEPT Centre-Val-de-Loire](#).

Pour tout complément d'information : 02 47 31 61 92.

- **Siel Bleu** du département du Loir-et-Cher, propose des **séances collectives d'APA**. De nombreux ateliers sont proposés : gym santé, équilibre, gymnastique active, etc.



Il est possible de remplir un formulaire afin d'exprimer les besoins, les envies, les attentes et les singularités des seniors. A l'issue, un EAPA prendra contact. Le formulaire est accessible par l'intermédiaire de ce lien : [Siel Bleu - Près de chez VOUS.](#)

Pour tout complément d'information : 07 62 77 11 67.

- La **Maison Bleue 41** propose des **visites guidées d'un logement témoin** présentant un **panel de solutions d'équipement** pour le maintien à domicile en prévention, en aide technique à la personne et à l'aidant. Au cours de la visite, il est possible de découvrir de nombreux produits, solutions d'équipement et d'aménagement facilement transposables pour les divers espaces d'une habitation (salon, salle de bain, cuisine, chambre, accès extérieurs et jardin).



Des plaquettes « profiter de son habitation » sont disponibles afin de permettre à l'usager d'avoir un exemple concret d'aménagement du logement. Elles sont téléchargeables via les liens suivants.

- Entrée/extérieur : [Dépliant Extérieur](#)
- Chambre : [Dépliant Chambre](#)
- Cuisine : [Dépliant Cuisine](#)
- Salle de bain : [Dépliant Salle de Bain](#)
- Séjour : [Dépliant Séjour](#)

Pour tout complément d'information : 02 45 50 55 25.

- Le **CICAT** du **Loir-et-Cher** organise des **conférences et ateliers sur les aides techniques**.



Le personnel des CICAT relaient gratuitement **des informations** sur les aides techniques, les aménagements du logement et du véhicule.

Pour tout complément d'information : 02 54 33 53 04.

- **Le DDVMA 41** propose une évaluation gériatrique standardisée et un plan d'accompagnement personnalisé répondant aux difficultés du maintien de l'autonomie. Une équipe assure la cohérence et l'efficacité du projet mis en place.



Il est possible de réaliser une **évaluation gériatrique standardisée** par un médecin, un infirmier et un ergothérapeute par les Equipes Mobiles Vieillesse et Maintien de l'Autonomie. Les informations concernant cette demande sont disponibles via le lien suivant : [Equipe Mobile Vieillesse et Maintien de l'Autonomie - Centre Hospitalier de Vendôme - Montoire.](#)

Pour tout complément d'information : 02 54 45 11 28

- La **Maison de l'Habitat Grand Chambord Beauce Val de Loire**, « **J'adapte mon logement** », met en œuvre avec ses partenaires un accompagnement

permettant d'obtenir des **conseils techniques et des aides financières** afin d'adapter le logement.



L'objectif est d'anticiper les besoins en repensant l'environnement de vie afin de le rendre confortable.

Pour tout complément d'information : 02 54 78 10 12.

- L'établissement **Vivre Autonome 41** est **un guichet d'accueil, d'informations et de coordination** pour les retraités, les personnes âgées, leur entourage ainsi que pour les professionnels de santé.



De nombreuses thématiques sont traitées comme la téléassistance avec un accompagnement pour étudier sa prise en charge et aides financières.

Pour tout complément d'information : 02 54 58 43 79.

- La **CPTS du Vendômois** a mis en place le **programme AntiChute** dans le cadre de la prévention des chutes de la personne âgée à son domicile. Le programme s'adresse **aux personnes âgées de 65 ans et plus présentant un risque élevé de chute.**



Le programme AntiChute consiste à réaliser des **visites à domicile pour évaluer et adapter le logement en fonction des habitudes de vie.** Sans démarche commerciale, les visites à domicile sont gratuites et réalisées par des professionnels de santé (ergothérapeutes).



Des **conférences** à destination des seniors et de leurs aidants sont réalisées sur le territoire.



A l'issue des conférences et des visites à domicile, les seniors peuvent intégrer des **ateliers collectifs de prévention contre les chutes.**

Pour tout complément d'information : 06 07 35 46 10.

- **HandiMobile 41** est **une équipe mobile de soins de suite et de réadaptation, d'expertise et de coordination** du **Centre Hospitalier de Blois**. L'équipe intervient auprès du public ayant un handicap locomoteur. Les interventions ne sont pas à la charge du bénéficiaire. Les individus accompagnés par ce dispositif doivent avoir moins de 75 ans.



HandiMobile propose un **plan personnalité de coordination de santé**, un dépistage des complications liées au handicap, une **évaluation du logement**, une **orientation vers les acteurs de proximité** et un **accompagnement dans les démarches administratives** et de soutien aux aidants.

Pour tout complément d'information : 02 54 55 62 06.

- **L'Agence Présence Verte de Blois** œuvre à rendre accessible à tous, la téléassistance comme outil de prévention des chutes graves. Pour les personnes

âgées, deux offres sont proposées pour **être sécurisé à domicile (Activ'zen)** et **être sécurisé à domicile et lors des déplacements (Activ'mobil)**.



Ces offres bénéficient d'un crédit ou d'une réduction d'impôt à hauteur de 50%. Des prises en charge sont également possibles par les caisses de retraite, le conseil départemental dans le cadre de l'APA ainsi que les partenaires conventionnés.

Pour tout complément d'information : 02 54 44 87 26.

- **DOM@DOM Téléassistance** apporte une réponse efficace au maintien à domicile **7/7 et 24h/24**. En plus de répondre à l'urgence, DOM@DOM Téléassistance réalise des **appels de convivialité pour maintenir le lien social** et prendre des nouvelles de ses bénéficiaires.



DOM@DOM Téléassistance propose un service de téléassistance de proximité conjuguant écoute à toute heure et efficacité, grâce à des dispositifs simples et accessibles à tous et à une équipe parfaitement formée à ses missions et à l'accompagnement des seniors.

Pour tout complément d'information : 02 54 42 54 24.

Les nouvelles initiatives recensées

- **Santé EsCALE 41** est le coordinateur départemental de l'offre d'ETP dans le Loir-et-Cher. Cette structure œuvre pour rendre visible et accessible les programmes d'ETP sur son territoire. Les missions de l'association sont : d'orienter les professionnels de santé vers les programmes existants, d'accompagner les porteurs de programmes, de favoriser l'harmonie des programmes.



Cette structure est à contacter dans le cadre de la création d'un programme ETP chute à destination des seniors. Les programmes d'ETP déployés dans le Loir-et-Cher sont consultables avec ce lien : <https://prevaloir.fr/coordinations-departementales-prevaloir/loir-et-cher-41/>

Pour tout complément d'information : 02 54 45 11 28.

- **Merci Julie** dispose d'une **Equipe Spécialisée Mobilité** à Blois, qui accompagne les personnes âgées de 65 ans et plus pour qu'elles reprennent confiance dans leurs déplacements.



L'équipe est composée d'un ergothérapeute et d'un conseiller mobilité. Pour être **accompagné**, il faut : habiter dans l'agglomération de Blois, rencontrer des difficultés dans les déplacements.

Pour tout complément d'information : 06 19 18 09 71.

- La **Maison Sport Santé Barillet** propose un **accompagnement** et des **programmes personnalisés en APA** à toute personne à besoin spécifique dont les **seniors**. La **MSS** oriente également vers les structures sportives locales adaptées.

 Dans le cadre de sa prise en charge, la MSS réalise un bilan individuel initial puis final. Un programme d'APA d'une durée de 3 mois pourra être réalisé avec un EAPA.

Pour tout complément d'information : 06 35 52 50 30.

- La **Maison Sport Santé Lamotte Beuvron**, propose un **accompagnement** et des **programmes personnalisés en APA** à toute personne à besoin spécifique dont les **séniors**.

 La MSS dispose d'un large choix d'AP : sophrologie, aquagym, renforcement musculaire, pilates, yoga, boxe, etc... Le programme d'APA est réalisé à l'issu du bilan individuel.

Pour tout complément d'information : 02 54 98 58 61.

- La **Maison Sport Santé de Montrichard** propose différents parcours de prise en charge et d'accompagnement spécialisé pour toute personne qui présente des besoins spécifiques.

 La **MSS** propose des **séances d'APA** au sein de la salle de sport du cabinet ainsi que des séances de **balnéothérapie**.

Pour tout complément d'information : 07 70 37 68 59 / 07 87 08 21 93.

- L'**HEPAD Simon Hême** propose des **ateliers d'AP** par l'intermédiaire du **dispositif « La Passerelle »**. Le dispositif permet de créer du lien, de trouver un espace d'écoute et de soutien. Les activités permettent de rompre l'isolement au domicile.

 Plusieurs activités peuvent vous intéresser dont **l'atelier de gymnastique douce** et **l'atelier "parcours de santé par l'équipe de kinésithérapie"**.

Pour tout complément d'information : 02 54 81 03 54.

LOIRET (45)

- La **Maison Sport-Santé UFOLEP 45** est **le coordinateur départemental de l'offre « Sport-Santé » sur le territoire**.

 **Sur prescription médicale**, la Maison Sport-Santé UFOLEP 45 accompagne dans la pratique d'une activité physique adaptée. Elle est aussi en mesure d'**orienter vers les structures Sport-Santé proches du domicile**. La Maison Sport Santé propose également **deux parcours d'activités physiques adaptées à destination des séniors** (**[UFO3S - Loiret](#)**).

Pour tout complément d'information : 07 55 66 68 98.

- La **CPTS** du **Gâtinais-Montargois** organisent des demi-journées de prévention « Comment allez-vous ? ». Ces journées ont lieu trois fois par an dans les communes du territoire Gâtinais-Montargois. L'objectif est d'effectuer des bilans pour **dépister une fragilité sur quatre fonctions essentielles : la motricité, la nutrition, la mémoire et la podologie**.



Les personnes âgées pourront y rencontrer des professionnels de santé afin d'obtenir des conseils et participer à des ateliers (exercices à reproduire chez soi). Ils pourront également s'inscrire par la suite à des séances motricité et/ou mémoire. L'évènement est gratuit.

Pour tout complément d'information : 07 69 60 01 36.

- **EPGV** du Loiret, propose plusieurs programmes d'APA au sein des villes du département.



Par l'intermédiaire de ce lien : [Trouver Un Club](#), il est possible de chercher un club au plus proche du domicile. Les clubs proposent des ateliers : « équilibre et prévention des risques liés aux chutes » ; « corps et mémoire » ; « marche nordique » ; « gym oxygène ».

Pour tout complément d'information : 06 33 36 13 57.

- L'**ASEPT** du Loiret, propose dans le département, des parcours de prise en charge « prévention santé » en lien avec le bien-vieillir et la prévention des risques de chute des séniors. Les ateliers proposés portent sur l'ETP, les APA, la mémoire, la nutrition, etc.).



Chaque programme mis en œuvre comprend des ateliers de plusieurs séances hebdomadaires. L'agenda des ateliers est consultable via ce lien : [Évènements - ASEPT Centre-Val-de-Loire](#).

Pour tout complément d'information : 02 47 31 61 92.

- **Siel Bleu** du département du Loiret, propose des **séances collectives d'activité physique adaptée**. De nombreux ateliers sont proposés : gym santé, équilibre, gymnastique active, etc.



Il est possible de remplir un formulaire afin d'exprimer les besoins, les envies, les attentes et les singularités des séniors. A l'issue, un EAPA prendra contact. Le formulaire est accessible par l'intermédiaire de ce lien : [Siel Bleu - Près de chez vous](#).

Pour tout complément d'information : 06 69 77 20 86.

- **Orléans Métropole** informe ses habitants sur son [site internet](#) des bienfaits de **l'activité physique** et du panel d'activités proposées sur leur territoire. **Un recensement des activités spécifiques à la prévention des chutes** est également en ligne.

 Quelques informations concernant les chutes et les activités spécifiques à leur prévention sont dispensées dans l'article : « [La prévention des chutes, et si on en parlait ? | Orléans métropole](#) ».

Pour tout complément d'information : 02 38 68 46 36.

- La **CPTS Beauce-Gâtinais** et le **Centre Hospitalier de Pithiviers** a créé **une équipe mobile d'ergothérapie**. Les objectifs de ses interventions sont d'éviter les risques de chutes à domicile, préserver la capacité d'autonomie et améliorer les conditions de vie de la personne.

Pour tout complément d'information : equipe.mobile.ergotherapie@ch-pithiviers.fr

- La **Maison de Santé Les Citeaux à Tavers** organise une action « **Prévention des chutes de la vie quotidienne** ». Son objectif est de permettre aux personnes âgées d'optimiser leur équilibre avec un chaussage adapté (présentation de divers types de chaussages), de sécuriser leur environnement en vérifiant l'ergonomie de leur maison (conseils, échanges), de diminuer les risques de dénutrition (astuces pour enrichir l'alimentation au quotidien) et enfin d'éviter les risques de chutes liés à une mauvaise observance et/ou l'effet secondaire d'un traitement. Pour ce faire, la Maison de Santé souhaite accueillir des groupes de six à quatorze personnes âgées par cycle d'atelier une fois par an au minimum.

 Cette action de prévention est proposée par les professionnels de santé de la Maison de Santé au cours des consultations et ce, tout au long de l'année.

Pour tout complément d'information : 02 38 24 09 70.

- Le **CCAS de Orléans** propose un [service de téléassistance 24h/24h et 7/7](#) pour rassurer les seniors ainsi que leur entourage dans le cadre du maintien au domicile.

Pour tout complément d'information : 02 38 68 46 64.

- **L'Agence Présence Verte de Blois** œuvre pour rendre accessible à tous, la téléassistance comme outil de prévention des chutes graves. Pour les personnes âgées, deux offres sont proposées : une offre pour **être sécurisé à domicile (Activ'zen)** et une seconde offre pour **être sécurisé à domicile ainsi que lors des déplacements (Activ'mobil)**.

 Ces offres bénéficient d'un crédit ou d'une réduction d'impôt à hauteur de 50%. Des prises en charge sont également possibles par les caisses de retraite, le conseil départemental dans le cadre de l'APA ainsi que les partenaires conventionnés.

Pour tout complément d'information : 02 54 44 87 26.

Les nouvelles initiatives recensées

- Le **CLIC Nord Loiret** et le **Groupe Hospitalier Pithiviers Neuville-Aux-Bois** disposent d'un **Centre Local d'Informations et de Coordination Gériatrique**. Il s'agit d'un service de proximité, d'accueil et d'écoute à destination des personnes âgées de 60 ans et plus, des familles, des aidants et des professionnels.



Ce service assure : une évaluation des besoins de la personne (administratif, juridique, maintien à domicile ou sortie d'hospitalisation) ; une information sur le dispositifs existants (domicile / établissement) ; une orientation vers les services existants (téléassistance, soins, transports, etc.).

Pour tout complément d'information : 02 38 32 33 56.

- Le **CLIC Orléans** et le **CCAS d'Orléans** bénéficient d'un **Centre Local d'Informations et de Coordination Gériatrique**. Cet espace d'accueil est au service des aînés et de leur entourage.



Ce service permet de **conseiller** (prestations, maintien à domicile, aménagement de l'habitat, etc.), d'**informer** (droits, aides financières et techniques), **favorise** le lien social, **accompagne** les proches.

Pour tout complément d'information : 02 38 68 46 36.

- **Appui Santé Loiret** est le **coordinateur départemental de l'offre d'ETP dans le Loiret**. Cette structure œuvre pour rendre visible et accessible les programmes d'ETP sur son territoire. Les missions de l'association sont : d'orienter les professionnels de santé vers les programmes existants, d'accompagner les porteurs de programmes, de favoriser l'harmonie des programmes.



Cette structure est à contacter dans le cadre de la création d'un programme ETP chute à destination des seniors. Les programmes d'ETP déployés dans le Loiret sont consultables avec ce lien : <https://prevaloir.fr/coordinations-departementales-prevaloir/loiret-45/>

Pour tout complément d'information : 02 46 91 50 78.

- La **Maison Sport Santé LADAPT 45** informe et accompagne vers une pratique **d'APA personnalisée et adaptée** à l'état de santé de chacun.



Les seniors peuvent pratiquer au sein de la structure ou bien être orienté vers les structures Sport Santé partenaire de la [MSS](#). La pratique est réalisée individuellement ou collectivement.

Pour tout complément d'information : 07 86 92 73 57.

- La **Maison Sport Santé Professions Sport et Loisirs 45** accompagne toute personne à besoin spécifique dans la **pratique d'une APA**.

 Plusieurs services sont proposés : des permanences pour apporter des conseils et des informations, des « rendez-vous sport », plus de 10 programmes adaptés.

Pour tout complément d'information : 07 64 38 60 91.

- La **Maison Sport Santé de l'agglomération Montargoise** dispose d'un **dispositif « sport sur ordonnance »**. La [MSS sur prescription médicale propose des programmes d'APA](#) pour toute personne à besoins spécifiques.

 La prescription médicale permet d'être accompagné et suivi par EAPA, de bénéficier d'un programme sur-mesure et d'avoir une prise en charge financière des 12 séances.

Pour tout complément d'information : 02 38 95 02 27.

- **L'association La Vie Devant Soi** propose des séances de **gymnastique douce**.

 Cette activité est mise en place dans le cadre de la **prévention des risques de chute**. D'autres activités peuvent également être pratiquées.

Pour tout complément d'information : 02 38 73 56 72.

- La **Ville de Orléans** propose un **dispositif « sport santé sur ordonnance médicale »**. Ce dispositif vient compléter l'offre « sport santé » qui est mis en place au sein des clubs sportifs locaux.

 Toutes les APA sont à retrouver sur le site internet de la collectivité : <https://www.orleans.fr/demarches-et-services/sport-sante-orleans>.

Pour tout complément d'information : 02 38 79 29 91.

CHAPITRE V. LES PROJETS DU COPIL ACTIONS CENTRE-VAL DE LOIRE

1. REALISATIONS DES SOUS-GROUPES DE TRAVAIL DU PLAN REGIONAL ANTICHUTE

RAPPEL DU ROLE DES PEDICURES-PODOLOGUES DANS LA PREVENTION DES CHUTES : SUPPORT D'INFORMATION

■ Contexte

Depuis le démarrage du Plan Antichute, l'URPS Pédicures-Podologues s'est fortement investi dans les groupes de travail. Suite à divers échanges, il est apparu nécessaire de préciser le **rôle du pédicure-podologue dans la prévention des chutes**.

Les pédicures-podologues travaillent autour de thématiques intimement liées aux risques de chute comme les troubles de la marche et du pied, l'autosurveillance, etc. Au-delà de la prévention des chutes, le pédicure-podologue intervient dans l'éducation thérapeutique du patient et donne des conseils de chaussage. A domicile, il peut interpellier le patient sur les risques favorisant une éventuelle chute.

■ Action

L'URPS des pédicures-podologues Centre-Val de Loire propose un **diaporama de prévention sur « Le rôle du pédicure-podologue dans la prévention de la chute de la personne âgée »**, destiné à sensibiliser sur l'importance de soins adaptés des pieds au niveau cutané et unguéal dans la prévention des chutes. Une affiche reprend les points de surveillance clés et une seconde rappelle l'importance de bénéficier d'un chaussage adapté.



rôle

Cette action s'inscrit dans l'axe 1 du plan antichute :

- **Axe 1 : savoir repérer les risques de chute et alerter**

- Action 1 : informer les bénéficiaires et professionnels ;
- Action 2 : faire connaître les outils et bilan de prévention auprès des personnes à risque.

LUTTE CONTRE LA IATROGÉNIE MÉDICAMENTEUSE ET LE RISQUE DE CHUTE CHEZ LA PERSONNE ÂGÉE

▪ Contexte

Les chutes sont la principale cause de décès par blessure non intentionnelle chez les personnes âgées (plus de 10 000 décès/an). De nombreuses chutes sont évitables. Les professionnels de santé de ville (libéraux ou salariés) sont les premiers à pouvoir repérer les patients à risque de chute chez les sujets âgés, les conseiller et leur éviter un incident potentiellement grave. La chute est la conséquence de plusieurs mécanismes et facteurs de risques.



La polypathologie et la polymédication sont des facteurs intrinsèques de risque de chute. En 2023, les sujets âgés de plus de 65 ans représentent 21% de la population. En considérant d'une part que 30 % des événements indésirables graves sont liés à des problèmes d'iatrogénie médicamenteuse et d'autre part qu'une personne sur trois de plus de 65 ans chutera dans l'année (1 sur 2 après 85 ans), l'acculturation à la maîtrise des risques liés aux médicaments est primordiale. Elle doit être commune et partagée.

L'OMÉDIT CVdL pilote l'objectif opérationnel N°31 du Programme Régional de Santé (PRS3 : 2023-2028) sur la promotion de la pertinence de l'utilisation des produits de santé et la réduction de l'iatrogénie médicamenteuse chez le sujet fragile.

▪ Action

L'OMÉDIT CVdL propose [plusieurs outils](#) en libre accès participant à lutter contre l'iatrogénie médicamenteuse chez le sujet âgé et la prévention du risque de chute :

- Une fiche de bon usage « [iatrogénie et chutes chez le sujet âgé](#) ».
- Deux grilles d'évaluation des pratiques professionnelles adaptées aux secteurs sanitaire et médico-social,
- Des outils patients sur des médicaments pourvoyeurs de chute (Benzodiazépines : « Il est peut-être temps d'arrêter ma benzodiazépine » ([Affiche](#)), Inhibiteurs de la Pompe à Protons (IPP) : [Kit IPP](#)...) ;
- Une vidéo de sensibilisation à destination du grand public : [Chute chez le sujet âgé : Savoir repérer le risque lié aux médicaments](#) ;
- Un [e-learning](#) à destination des professionnels de la région « Chutes chez le sujet âgé : savoir repérer les risques liés aux médicaments et alerter » et une [vidéo pour s'approprier les techniques d'animation d'un atelier](#).

Cette formation se décline en 3 supports clés : un e-learning d'informations générales sur le plan antichute et le risque iatrogène chez la personne âgée, un kit de 7 vidéos de sensibilisation selon différentes situations cliniques accompagnées d'exercices d'évaluation et d'une riche boîte à outils.

Cette action s'inscrit dans l'axe 1 du plan antichute :

- **Axe 1 : Savoir repérer les risques de chute et alerter**
 - o Action 3 : Informer les CPTS et les acteurs du domicile

REALISATION D'UNE TABLE RONDE « PLAN NATIONAL ANTICHUTE DES PERSONNES AGEES » AU CONGRES NATIONAL DES JVMA 2023 DE TOURS

▪ Contexte

Le **congrès nation des JVMA** organisé chaque année à Tours permet à tous les acteurs impliqués et concernés par la question du vieillissement de se rencontrer et **d'échanger** (médicaux, paramédicaux, directeurs, élus, étudiants en santé...). Les JVMA représentent une réelle opportunité de communication pour organiser une action de sensibilisation sur la prévention des chutes.

▪ Action

L'organisation et la modération de cette table ronde a permis de mettre en valeur les bénéfices de l'AP, de l'adaptation du logement ainsi que les travaux réalisés avec les acteurs locaux. Divers acteurs étaient représentés : l'Association Siel Bleu, le Gérotopôle des Pays-de-la-Loire, France Silver Eco, le Copil Stratégique du plan antichute CVdL, la DGCS-Ministère de la santé et l'ERVMA.



Cette action s'inscrit dans l'axe transversal du plan antichute :

- Axe transversal : Informer et Sensibiliser

- Action 3 : Piloter une campagne nationale et locale de communication

SENSIBILISATION ET FORMATION DES PUBLICS SUR LES RISQUES DE CHUTE A DOMICILE ET SUR LES DISPOSITIONS A PRENDRE POUR BIEN VIEILLIR, PAR UN LIEU SIMULE MOBILE : LA MAISON DE MAURICE

▪ Contexte

En France, chaque année, deux millions de chutes de personnes âgées de plus de 65 ans entraînent 130 000 hospitalisations et plus de 10 000 décès par an. De nombreuses chutes sont évitables. Le **logement** d'une personne âgée peut présenter des risques pour son habitant s'il n'est pas aménagé correctement. Chaque personne âgée doit pouvoir être en mesure d'identifier les risques de chute à domicile et connaître les aménagements à privilégier.

Renforcer les compétences de chacun, personne âgée ou aidant, est crucial. Dans cette logique, l'URPS Masseuse-Kinésithérapeutes a développé un dispositif pédagogique favorisant les interactions des possibles risques de chute à domicile et s'intéressant à la dimension multifactorielle de la chute et de sa prévention.

▪ Action

L'URPS MKL CVdL met à disposition « **La maison de Maurice** » : un dispositif formatif de simulation en santé dédié aux professionnels et au grand public. Des roll-ups de 2

mètres de hauteur présentent différentes pièces d'un logement (chambre, salon, salle de bain) dans lequel il s'agit d'identifier des objets et situations à risque de chute.

▪ Régionalisation de l'action

En raison du succès grandissant de cet outil, il a été décidé en octobre 2024, lors du COPIL Stratégique du Plan antichute CVdL de régionaliser le recours à l'outil. **Un partenariat est en cours de contractualisation entre la FRAPS, l'URPS MKL et l'ERVMA.**

Plusieurs éléments sont en cours de réalisation :

1. Dans le cadre de la duplication de l'outil, l'ERVMA et l'URPS MKL supervisent avec un prestataire **l'impression de 7 kits mobiles** de « La maison de Maurice ». **Les kits mobiles seront hébergés au sein des [antennes territoriales de la FRAPS](#).** Les outils seront mis à la **disposition gracieuse des professionnels de la région CVdL** ;
2. Un [e-learning](#) est également **créé** pour permettre aux professionnels de maîtriser l'outil et ses techniques d'animation. La réalisation de cette formation sera obligatoire pour bénéficier de l'utilisation gracieuse de l'outil.

Le projet de régionalisation est financé par l'ERVMA dans le cadre du budget annuel alloué à la mise en œuvre du Plan antichute CVdL sur le territoire.



Cette action s'inscrit dans trois axes du plan antichute :

- **Axe 2 : Aménager son logement pour éviter les risques de chute**
- **Axe 3 : Des aides techniques à la mobilité faites pour tous**
- **Axe transversal : Informer et sensibiliser**

CREATION DES SUPPORTS DE COMMUNICATION PLAN ANTICHUTE CENTRE-VAL DE LOIRE

▪ Contexte

Le sous-groupe « Communication » du plan antichute et l'ARS CVdL ont construit des supports de communication promouvant le plan antichute CVdL et les actions développées dans ce cadre. Ces supports permettront notamment de faciliter l'accès à l'information en lien avec le plan antichute pour les professionnels du vieillissement, les personnes âgées et leurs aidants.

▪ Actions

Ce travail a permis la création de trois supports de communication : un kakémono, un [flyer à destination des usagers](#) et un [flyer à destination des professionnels](#).

Cette action s'inscrit dans l'axe transversal du plan antichute :

- Axe transversal : Informer et Sensibiliser

- Action 1 : Faciliter l'accès à l'information et à l'instruction des demandes et à l'offre de services

CREATION DES SUPPORTS DE COMMUNICATION PLAN ANTICHUTE CENTRE-VAL DE LOIRE

▪ Contexte

Le sous-groupe « Communication » du plan antichute et l'ARS CVdL ont construit des supports de communication promouvant le plan antichute CVdL et les actions développées dans ce cadre. Ces supports permettront notamment de faciliter l'accès à l'information en lien avec le plan antichute pour les professionnels du vieillissement, les personnes âgées et leurs aidants.

▪ Actions

Ce travail a permis la création de trois supports de communication :

- un kakémono,
- un [flyer à destination des usagers](#),
- un [flyer à destination des professionnels](#).

Cette action s'inscrit dans l'axe transversal du plan antichute :

- Axe transversal : Informer et Sensibiliser

- Action 1 : Faciliter l'accès à l'information et à l'instruction des demandes et à l'offre de services

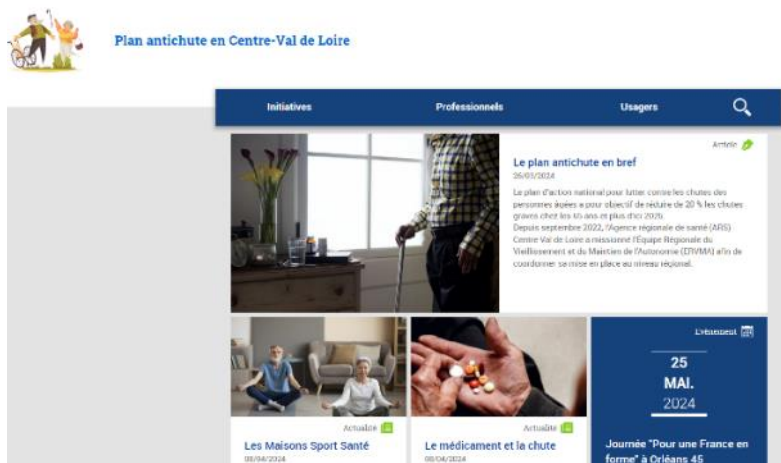
CREATION D'UN SITE INTERNET DEDIE AU PLAN ANTICHUTE CENTRE-VAL DE LOIRE

▪ Contexte

Les personnes âgées, aidants et professionnels du vieillissement, ont parfois un accès difficile aux informations de leur région ou département. Il est ainsi paru pertinent de développer un site internet dédié au plan antichute en région CVdL, permettant la **centralisation des informations**.

▪ Action

La création de cet outil numérique a été le fruit d'un travail de collaboration entre l'ERVMA, l'ARS CVdL et le sous-groupe « communication » du plan antichute. Sa construction s'est déclinée en différentes étapes. La première phase du projet a consisté à identifier les besoins d'information des professionnels du vieillissement, des personnes âgées et des aidants. Il a ensuite été nécessaire de centraliser les informations et les documentations.



Le [site internet](#) a été officiellement mis en ligne le **19 avril 2024**. Il centralise ainsi les nombreuses informations liées aux thématiques des chutes : documentations, liens utiles, état des lieux des initiatives en région, formations, évènements... Il permet également de recenser les initiatives locales pour éviter les chutes dans les domaines de l'aménagement du logement, de la nutrition, de l'activité physique, de l'aide technique et de la téléassistance.

Ces ressources, réparties en trois entrées « Professionnels », « Usagers » et « Initiatives », permettent à tout professionnel, aidant et usager de trouver des informations utiles ainsi que des conseils. La mise à jour de cet outil est réalisée tous les mois. Il est possible de transmettre toute information complémentaire via le [formulaire "Partagez votre initiative"](#) situé dans la rubrique "Initiatives".

Cette action s'inscrit dans l'axe transversal du plan antichute :

- Axe transversal : Informer et sensibiliser

- Action 1 : Faciliter l'accès à l'information et à l'instruction des demandes d'aides
- Action 2 : Mobiliser les vecteurs de communication du Ministère et des partenaires

CREATION D'UNE PRÉSENTATION KIT SLIDES : « PRÉVENTION DES CHUTES » A DESTINATION DES PROFESSIONNELLS

▪ Contexte

L'ERVMA a créé à destination des professionnels et des acteurs de la Région CVdL, une **présentation de 15 slides sur le thème de la prévention des chutes de la personne âgée**.

▪ Action

Ce support est téléchargeable pour toute personne qui souhaite se familiariser avec le sujet et réaliser des ateliers de sensibilisation et de prévention auprès du public concerné ou bien de collaborateurs. Ce support :

- Définit la chute ;
- Explique comment prévenir les chutes : pourquoi ? pour qui ?
- Apporte des notions sur le « bien vieillir »
- Propose pour aller plus loin, le partage de ressources complémentaires.



Le document est téléchargeable par l'intermédiaire de ce lien : [Kit slides prévention des chutes de la personne âgée](#)

Cette action s'inscrit dans l'axe transversal du plan antichute :

- Axe transversal : Informer et sensibiliser

- Action 1 : Faciliter l'accès à l'information et à l'instruction des demandes et à l'offre de services
- Action 5 : Concevoir et mettre en œuvre des formations interdisciplinaires

REDACTION D'ARTICLES DANS LES NEWSLETTERS DE L'ERVMA

▪ Contexte

L'ERVMA est une équipe pluridisciplinaire de coordination et d'appui auprès des professionnels du vieillissement en région CVdL. L'ERVMA a pour objectif de renforcer les synergies entre les acteurs du territoire et proposer des dispositifs et pratiques adaptés aux territoires de la région.



Newsletter
ERVMA
Décembre 2024



Quoi d neuf dans l'actu ?

Chaque semestre depuis 2022, l'ERVMA rédige une Newsletter « Quoi d neuf dans l'actu ». En région CVdL, 1800 professionnels sont destinataires de la Newsletter. Le dernier article évoquant le Plan antichute CVdL date d'août 2022. Pour être destinataire de la Newsletter, il est possible de s'inscrire par l'intermédiaire de ce lien : [CHRU de Tours. Présentation du Pôle Vieillessement.](#)

▪ Action

En décembre 2024, un article sur le Plan antichute a été intégré à la Newsletter ERVMA.

Cette action s'inscrit dans l'axe transversal du plan antichute :

- **Axe transversal : Informer et sensibiliser**
 - Action 1 : Faciliter l'accès à l'information et à l'instruction des demandes d'aides

REALISATION D'UNE TABLE RONDE « LA CHUTE CHEZ LES PERSONNES AGEES : UN ENJEU MAJEUR DE SANTE PUBLIQUE » AU CONGRES NATIONAL DES JVMA 2025 DE TOURS

▪ Contexte

Le Plan national antichute a été lancé en 2022 pour une période de deux ans. En 2023, une première table ronde a permis de présenter le « Plan national antichute des personnes âgées » aux professionnels présents lors du Congrès National des JVMA. Deux ans plus tard et dans le cadre du prolongement du Plan national antichute jusqu'à fin 2026, cette thématique sera une nouvelle fois abordée : « la chute chez le sujet âgé : un enjeu majeur de santé publique ».

Par ailleurs, pendant deux jours l'ERVMA a tenu un stand au sein des JVMA. Les professionnels de la région CVdL et autres, ont pu bénéficier de renseignements sur la mise en œuvre du Plan au sein de la région.

▪ Action

Cette table ronde d'une durée d'une heure, modérée et animée le jeudi 27 mars 2025, traitera de plusieurs thèmes :

15:00 - 16:00

AUDITORIUM RONSARD

La chute chez les personnes âgées : Un enjeu majeur de santé publique

Modérateurs : A. TCHALLA (Géiatre, Limoges), G. RALL (Président du Syndicat National des Masseurs-Kinésithérapeutes Rééducateurs (SNMKR), Mareau aux Prés)

- Où en sommes-nous du Plan Antichute des personnes âgées ?
E. SEGUY-GARD (Ajdointe au Sous-directeur de l'autonomie des personnes âgées et des personnes handicapées, DGCS, Paris)
- Comment évaluer le risque de chutes ?
F. PUISIEUX (Géiatre, Lille)
- Activité physique : prescrire pour mieux vieillir
M. AUBERTIN-LEHEUDRE (Professeur au Département de kinanthropologie, Université du Québec, Montréal)

Cette action s'inscrit dans l'axe transversal du plan antichute :

- **Axe transversal : Informer et Sensibiliser**
 - Action 3 : Piloter une campagne nationale et locale de communication

REALISATION D'UN TELESTAFF PLAN ANTICHUTE

▪ Contexte

Les missions de l'ERVMA se répartissent en trois axes stratégiques dont l'axe 3 : « changer les regards et valoriser la formation et la recherche ».

Depuis 2020, le **Téléstaff** a été créé pour permettre le développement des connaissances entre les professionnels de santé du domicile et des EHPAD, grâce à l'intervention d'un expert pour échanger autour d'une thématique gériatrique ou gérontologique. Le Téléstaff est mensuel et compte en moyenne 70 à 80 connexions de professionnels. Tous les replays sont consultables sur la chaîne Youtube du CHRU de Tours.

▪ Action

Dans le cadre de la promotion du Plan antichute en région, un [Téléstaff](#) : « Chutes : repérer et évaluer. Comment mener des actions des préventions ? », a été réalisé lors du dernier trimestre 2025. Le SSIAS de Châteaudun et l'EHPAD de la Mothe sont intervenus pour présenter leurs actions et projets d'établissements.



Cette action s'inscrit dans l'axe transversal du plan antichute :

- Axe transversal : Informer et sensibiliser

- Action 1 : Faciliter l'accès à l'information et à l'instruction des demandes et à l'offre de services
- Action 3 : Piloter une campagne nationale et locale de communication
- Action 5 : Concevoir et mettre en œuvre des formations interdisciplinaires

REALISATION DES JOURNÉES DÉPARTEMENTALES PLAN ANTICHUTE CENTRE-VAL DE LOIRE SUR LES PERIODES DE 2024 ET 2025

▪ Contexte

Afin de promouvoir le plan antichute et fédérer davantage les acteurs du vieillissement, l'ERVMA appuie l'organisation par les Délégations Départementales de l'ARS et les Conseils Départementaux de **journées départementales dédiées Plan Antichute**. Ces événements ont pour objectif de **renforcer un écosystème territorial du vieillissement au sein de chaque département, en fédérant davantage les acteurs déjà engagés dans la prévention des chutes ainsi que de nouveaux professionnels**. Cette action de prévention et de sensibilisation, permettra d'ouvrir les réflexions autour des différents axes du plan antichute et de révéler de nouvelles possibilités d'action.

▪ Action

La soirée départementale Plan antichute de l'Eure-et-Loir. L'évènement a été réalisé le jeudi 07 novembre 2024 de 17h00 à 21h00 au sein du Campus Eure-et-Loir, Rue Loigny La Bataille 28000 CHARTRES. Cette soirée a permis de rassembler 91 professionnels du département.

La journée départementale Plan antichute de l'Indre. L'évènement a été réalisé le mardi 26 novembre 2024 de 13h30 à 18h00 au sein de la salle AGORA, rue Victor Hugo 36120 Ardentes. Cet après-midi a permis de rassembler 75 professionnels du département et une trentaine de seniors.

La journée départementale Plan antichute du Loir-et-Cher. L'évènement a été réalisé le jeudi 28 novembre 2024 de 09h00 à 18h00 au sein de la salle Minotaure, 8 rue César de Vendôme, 41100 Vendôme. Cette journée consacrée au Bien-Vieillir et au Plan antichute CVdL, a permis de rassembler 500 personnes dont 250 professionnels du département sur l'ensemble de la journée.

La soirée départementale Plan antichute de l'Indre-et-Loire. L'évènement a été réalisé le mardi 29 avril 2025 de 17h00 à 21h00 à la Maison des Sports de Touraine, rue de l'aviation 37210 Parçay-Meslay. Cette soirée a permis de rassembler 53 professionnels.

La soirée départementale plan antichute du cher. L'évènement a été réalisé le mardi 10 juin 2025 de 17h00 à 21h00 au sein du site des Pyramides du Conseil Départemental situé 6 route de Guerry 18000 Bourges. 89 professionnels ont participé à l'évènement.

La journée départementale plan antichute du Loiret reste à programmer. Elle sera réalisée en 2026.

▪ Conclusion

Les 5 journées départementales dédiées au Plan national antichute en région Centre Val de Loire a permis de mobiliser :

- **508 professionnels ;**
- **275 seniors / aidants ;**
- **110 partenaires locaux.**

Un article est disponible sur le site internet du Plan antichute CVdL: [Bilan provisoire des journées départementales du Plan antichute Centre-Val de Loire | Plan antichute centre Val de Loire](#)

Cette action s'inscrit dans l'axe transversal du plan antichute :

- **Axe transversal : Informer et sensibiliser**
 - Action 2 : Mobiliser les vecteurs de communication du ministère et des partenaires
 - Action 3 : Piloter une campagne nationale et locale de communication

REDACTION D'UN GUIDE REGIONAL DE REPERAGE DU CHUTEUR COMMUN A L'ENSEMBLE DES PROFESSIONNELS DE SANTE EN REGION CENTRE-VAL DE LOIRE

▪ Contexte

Dans le cadre des Journées départementales dédiées au Plan antichute des personnes âgées, les professionnels de terrain ont exprimé leurs difficultés à repérer et évaluer les seniors à risque de chute ou ayant chuté. Afin de réfléchir et d'apporter une solution à cette problématique identifiée, un appel au positionnement des professionnels a été réalisé et un sous-groupe de travail a été constitué.

▪ Action

Pour coordonner ce sous-groupe de travail, une [lettre de mission](#) a été rédigée pour définir : les objectifs, la finalité, l'échéance, la calendrier prévisionnel des réunions, les liens des réunions teams, les membres.

Le sous-groupe de travail avait pour finalité de **proposer un guide de repérage du chuteur commun à l'ensemble des professionnels de santé en Région CVdL par la formalisation d'une fiche récapitulative ou d'un cahier des charges des moyens de repérage des risques de chute.**

Les membres ont travaillé sur différentes actions :

1. Action 1 : S'appuyer sur la corrélation multifactorielle pour prévenir la chute des seniors : quels sont les outils, les expérimentations et les dépistages mis en œuvre pour repérer les risques de chutes des seniors ;
2. Action 2 : Identifier les parcours dédiés au repérage et à la prévention des risques de chutes ; s'inspirer des modèles existants pour soutenir leur duplication dans les départements de la région CVdL ;
3. Action 3 : Comment peut-on faciliter le repérage des risques de chutes des seniors pour les professionnels et les aidants ? Par quel moyen serait-il possible de généraliser les outils, les actions et faciliter leur utilisation ?

▪ Conclusion

De mai à septembre 2025, 38 professionnels de la région se sont mobilisés à travers 5 sessions de travail pour coconstruire un guide régional de repérage des risques de chute des personnes âgées. L'objectif de ce document est de repérer précocement les personnes de 65 ans et plus à risque de chute, à domicile comme en structure. Ce guide vise à :

- Harmoniser les pratiques de repérage sur le territoire ;
- Proposer des outils validés, simples et partagés ;
- Renforcer la coordination interprofessionnelle ;
- Impliquer les aidants dans la prévention.

Le document rassemble :

- Le contexte régional et la méthodologie du travail collectif,
- Une boîte à outils de repérage validés,
- Une procédure commune de repérage et d'orientation,

- Des indicateurs de suivi pour évaluer les actions menées.

Ce guide a été diffusé en novembre 2025 sur le territoire régional et tend à accompagner les professionnels du secteur sanitaire, social et médico-social dans leurs missions quotidiennes auprès des aînés.

Cette action s'inscrit dans l'axe 1 du plan antichute :

- **Axe 1 : Savoir repérer les risques de chute et alerter**
 - o Action 2 : faire connaître les outils et développer les actions de prévention auprès des personnes à risques.

2. PROJETS EN COURS ET PERSPECTIVES

Dans le cadre de la coordination régionale du Plan national antichute des personnes âgées, l'ERVMA poursuit le pilotage d'une dynamique collaborative impliquant de nombreux partenaires territoriaux. Plusieurs sous-groupes thématiques ont été restructurés en 2025 afin de renforcer l'efficacité de la démarche et d'assurer une mise en œuvre cohérente des orientations nationales. Pour l'année 2026, les travaux en cours ou programmés porteront sur les axes suivants :

- **Élaboration d'un état des lieux régional concernant l'opportunité de créer une recyclerie de matériel adapté.** Ce travail visera à identifier les besoins des professionnels, des usagers et des collectivités, à analyser les dispositifs existants et à envisager un modèle organisationnel reproductible en région. Les conclusions devront permettre de proposer des pistes opérationnelles et des perspectives de déploiement. Ce travail sera mené en lien avec le Gérotopôle CVdL.
- **Conception d'un guide pratique intitulé "Les bonnes questions à me poser lorsque je choisis mon service de téléassistance".** Ce support aura vocation à accompagner les personnes âgées et leurs proches dans leurs choix, en valorisant des critères homogènes de qualité, de sécurité et de pertinence du service ainsi que les moyens d'accompagnement.
- **Organisation d'un webinaire de sensibilisation à destination des élus de la région Centre-Val de Loire.** Il s'agira de promouvoir l'intégration systématique des enjeux antichute dans les projets gérontologiques locaux, les contrats territoriaux et les politiques d'aménagement. Par ailleurs, le sous-groupe produira un **kit de communication "Plan Antichute"** et un **guide des "indispensables" à mettre en place au sein des collectivités**, afin de soutenir l'appropriation des enjeux par les acteurs locaux. Ce travail sera mené en lien avec le Gérotopôle CVdL.
- **Formalisation d'un parcours départementalisé d'accompagnement et d'orientation "Sport Santé Antichute".** Ce travail permettra de clarifier l'offre existante, d'améliorer les orientations entre acteurs du territoire et de rendre plus lisible l'accès aux programmes d'activités physiques adaptées pour les seniors à risque.

- **Élaboration de préconisations sur les politiques publiques d'aide à l'aménagement.** L'objectif est de proposer des repères communs pour l'adaptation du logement, de l'espace public et des équipements, afin de réduire les risques de chute tout en favorisant le maintien de l'autonomie.

En parallèle de ces travaux structurants, d'autres actions opérationnelles seront conduites en 2026, en lien étroit avec les acteurs institutionnels et les dynamiques locales :

- **Création d'un flyer départemental "Parcours Chute".** Portée par les Conseils départementaux du Cher et d'Indre-et-Loire en partenariat avec l'ERVMA, cette action vise à produire un outil d'information clair et accessible pour orienter les personnes âgées chuteurs ou à risque vers les professionnels appropriés. L'ambition est de dupliquer cet outil dans l'ensemble des départements.
- **Organisation d'une soirée de sensibilisation destinée aux officines,** centrée sur le rôle des pharmaciens dans le repérage du risque de chute et l'orientation vers les ressources pertinentes du territoire.
- **Intégration du Plan Antichute dans les plans d'actions des établissements de santé.** L'objectif est d'harmoniser les pratiques internes, d'encourager la mise en œuvre de protocoles de prévention et de proposer un mode opératoire régional pouvant être décliné dans l'ensemble des structures.
- **Formalisation des dispositifs de "relevage" par département.** Cette action vise à analyser l'organisation existante, souvent variable selon les territoires, et à proposer une structuration permettant aux professionnels et aux services d'urgence de disposer de repères communs.
- **Poursuite de la promotion de la régionalisation de la "Maison de Maurice".** Ce dispositif, reconnu pour sa contribution à la prévention des chutes au domicile, continuera d'être valorisé et soutenu dans son expansion régionale.
- **Organisation de la dernière Journée départementale du Plan Antichute dans le Loiret.**
- **Préparation et tenue d'une Journée régionale du Plan Antichute.** Cette journée sera un temps fort, permettant de : dresser le bilan de la mise en œuvre du Plan Antichute CVdL entre 2022 et 2026 ; de valoriser les données issues du territoire et les collaborations menées ; d'annoncer les perspectives du futur "Plan Antichute 2", selon les orientations nationales. Cet événement sera organisé en lien avec l'ARS CVdL et le Gérontopôle CVdL.

CONCLUSION

Le Plan Antichute CVdL, déployé sous le pilotage de l'ERVMA comme déclinaison régionale du Plan national, constitue un levier majeur dans la lutte contre la morbi-mortalité liée aux chutes chez les personnes de 65 ans et plus. Grâce à la mobilisation continue des acteurs institutionnels, associatifs, sanitaires, médico-sociaux et des collectivités, des avancées significatives ont été accomplies entre 2022 et 2024.

La diversité des actions menées dans les six départements a permis d'améliorer la prévention, de renforcer la sensibilisation des professionnels et de structurer des parcours plus lisibles pour les usagers. La prolongation du plan jusqu'en 2026, combinée à la relance des sous-groupes de travail et à la montée en compétence collective, offre une nouvelle opportunité de consolider ces acquis et d'en amplifier la portée territoriale.

Les actions programmées pour 2025-2026 témoignent d'une volonté forte d'adapter en continu les dispositifs, en s'appuyant sur les retours d'expérience des professionnels, des institutions et des usagers. Elles visent également à favoriser une plus grande harmonisation régionale et à encourager l'innovation dans les pratiques de prévention et d'accompagnement.

La prévention des chutes demeure une priorité incontournable pour garantir la sécurité, la qualité de vie et le maintien de l'autonomie des personnes âgées. Elle contribue également à optimiser les organisations territoriales et à renforcer les synergies entre les secteurs sanitaire, médico-social, social et territorial.

Mis à jour annuellement et accessible sur le site du Plan Antichute CVdL, l'état des lieux constitue un outil de suivi essentiel. Il permet non seulement de rendre compte de l'avancement des actions mais aussi d'ajuster les orientations en fonction des besoins émergents et des évolutions démographiques et territoriales.

ERVMA

Équipe Régionale Vieillessement
& Maintien de l'Autonomie • Centre-Val de Loire

CHRU DE TOURS
Pôle Vieillessement
HOPITAL ERMITAGE
2 allée Gaston Pages
37 100 Tours

 **02.47.47.74.30**

 **planchute@chu-**
tours.fr

