

## ATELIER PRÉVENTION DES CHUTES

### UN PROGRAMME DE PRÉVENTION SENIORS

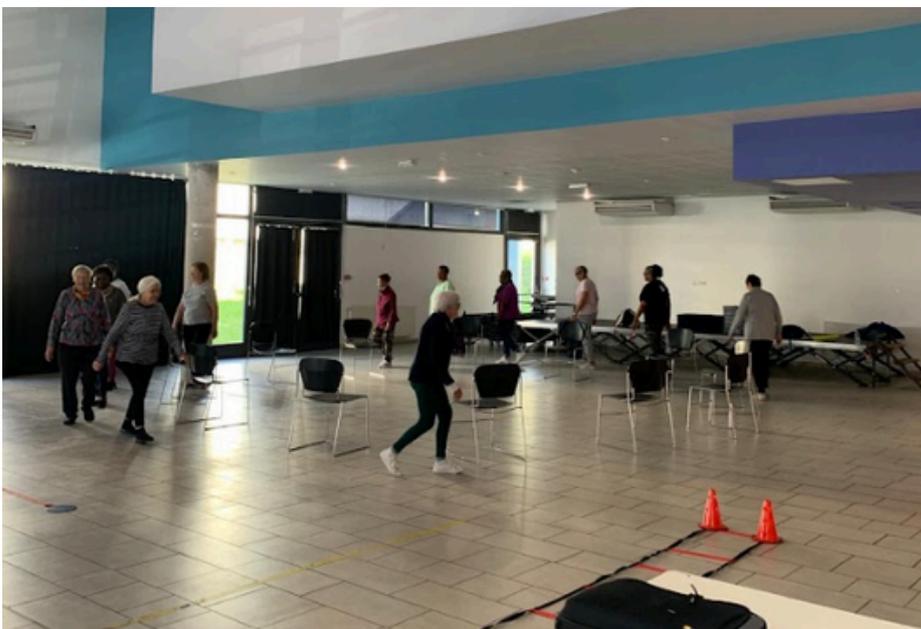
Le CCAS a été sollicité par le PRIF (Prévention Retraite Île de France), afin de mettre en œuvre des ateliers de prévention pour les seniors. À la suite de cette mise en place, les seniors ont demandé la continuité de ces ateliers. Le CCAS a donc répondu à la demande en finançant la totalité de ces ateliers, qui ont des thématiques variées, comme la mémoire, l'utilisation d'internet, la nutrition, le bien-être, mais aussi la prévention des chutes. Ce dernier a été mis en place par le CCAS et organisé par le Pôle Autonomie et Santé. Le but de cet atelier est de favoriser le lien social, rompre l'isolement, prévenir les chute, et anticiper des solutions en cas de chute.

### UN ATELIER ACCESSIBLE AU PLUS GRAND NOMBRE

L'atelier de prévention des chutes a été inscrit sur le bulletin des seniors, afin de prévenir de son existence. Une conférence a eu lieu afin d'expliquer le déroulement de cet atelier. Ensuite, le contact a été pris pour la mise en place des séances.

Les ateliers ont lieu une fois par semaine, pendant deux heures au sein des clubs des anciens, et des maisons de quartiers, afin d'aider un maximum de seniors. Quinze personnes sont accueillies par atelier. L'animation est assurée par des professionnels sollicités par le CCAS.

Pour suivre l'impact du projet, le Pôle Autonomie et Santé adresse une enquête de satisfaction aux seniors afin d'avoir leur ressenti et savoir si les ateliers se renouvellent ou pas. Un bilan est réalisé chaque année.



#### Ville de Sarcelles

Ville Amie des Aînés depuis 2022  
Sarcelles (95)

#### OBJECTIFS :

- Rompre l'isolement
- Favoriser le lien social
- Apporter du bien-être aux seniors (physique et moral)
- Créer de la cohésion et des amitiés

#### PRATIQUE :

- Présentation du projet
- Prise de contact avec les prestataires
- Atelier sur divers lieux, 1 fois par semaine, 15 personnes