

## Les chutes prévenons-les ensemble!

### Mots clés

- Prévention.
- Compréhension de la chute.

### Déroulement:

- 4 demi-journées de formation.

### ou

- 2 journées.
- MAX 16 participants.

### Public cible:

- prestataires de soins médicaux, paramédicaux et psychosociaux.
- prestataires de l'aide, aides familiales, gardes à domicile.
- aidants proches.

### Tarifs

#### Pour les entreprises:

- **1600€ + frais de km.**
- - 10% à partir de 5 formations Acda commandées.

#### Pour les particuliers):

- **240€.**
- - 10% pour les membres UPE et/ou Ergo2.0.
- - 20% pour les aidants proches.
- lieu à définir.

### Contact:

Véronique Manguette  
0495 59 08 50  
info@acda.be

Chaque année, les chutes sont une cause majeure de blessures et de pertes d'autonomie chez les personnes âgées. Dans notre formation de deux jours sur la prévention des chutes, nous mettons l'accent sur la réadaptation et le rétablissement, en valorisant l'autonomie et la qualité de vie au quotidien. Nous explorons les facteurs environnementaux, personnels et comportementaux qui influent sur ce risque, en offrant des stratégies pratiques pour une vie quotidienne plus sûre et plus autonome. De la motricité aux techniques d'assistance après une chute, nous encourageons une approche active favorisant un mode de vie équilibré et autonome.

### Partie 1: La Chute et ses Conséquences

- Introduction à la problématique des chutes et à leurs conséquences.
- Facteurs personnels liés à la santé et aux troubles fonctionnels.
- Facteurs comportementaux liés aux habitudes : exercices pratiques pour prendre conscience des risques.

### Partie 2: Motricité et Sécurité

- Comment se déplacer avec une personne sujette aux chutes.
- Sécurisation des déplacements et réglage des aides à la mobilité.
- Techniques pour se relever après une chute.

### Partie 3: Environnement à Risque

- Identification des risques environnementaux de chute.
- Propositions pour adapter l'environnement et éviter les chutes.

### Partie 4: Cas Pratiques

- Analyse de situations rencontrées dans la vie quotidienne.
- Discussions et solutions pour prévenir les chutes et assurer la sécurité des personnes vulnérables.