

# Journée territoriale de la prévention de la chute

Filière gériatrique du territoire Valenciennois-Quercitain

Vendredi 14 novembre 2025

Palais des séniors - Saint Amand-les-Eaux



# Programme de la journée

- ▶ Ouverture de la journée par Mme le Dr Dreumont, médecin gériatre et coordonnateur médical de la filière gériatrique
- ▶ Conférence par Mr le Professeur François Puisieux, Professeur en gériatrie au CHU de Lille et Président du Gérontopôle Hauts-de-France
- ▶ 2 tables rondes:
  - ▶ « Un bon environnement, c'est déjà un pas de gagné contre les chutes » - modérateur Dr Eléonore Cantegrit, médecin gériatre au CH Valenciennes
  - ▶ « prévention des chutes: Qui fait Quoi sur le territoire? » - modérateur Dr Rachèle Ciupa, médecin gériatre au CH Le Quesnoy
- ▶ Forum des partenaires et repas temps libre jusqu'à 14h
- ▶ 7 ateliers libres de participation (20 participants/atelier)
- ▶ Restitution et clôture de la journée

# Forum des partenaires:

1. ESPRAD du CH de Le Quesnoy (Equipe Spécialisée en Prévention et Réadaptation au Domicile)
2. EGED du DAC Grand Hainaut (Equipe Gériatrique d'Evaluation au Domicile)
3. ESPrevE du CH de Le Quesnoy (Equipe Spécialisée de Prévention en EHPAD)
4. PFR du CH de Le Quesnoy (Plateforme de Répit)
5. MSS de Landrecies (Maison Sport Santé)
6. DAC Grand Hainaut-ergothérapeute (Dispositif d'Appui à la Coordination)
7. tempoforme\* du CHU de lille
8. Référent Parcours Personne Agée du territoire
9. CRT Les Hirondelles Valenciennes-Le Quesnoy (Centre de Ressources territorial)
10. CLIC Porte du Hainaut (Centre Local d'Informations et de Coordination -Relais autonomie)
11. Les Opticiens Mobiles
12. Accueils de jour du Comité des Ages
13. Défi Autonomie Sénior

Ouverture de la journée par  
Mme le Dr Dreumont, médecin gériatre et  
coordonnateur médical de la filière  
gériatrique



# Conférence par Mr le Professeur François Puisieux, Professeur en gériatrie au CHU de Lille et Président du Gérotopôle Hauts-de- France

« Un bon environnement, c'est déjà un pas  
de gagné contre les chutes »  
modérateur Dr Eléonore Cantegrit, médecin  
gériatre au CH Valenciennes















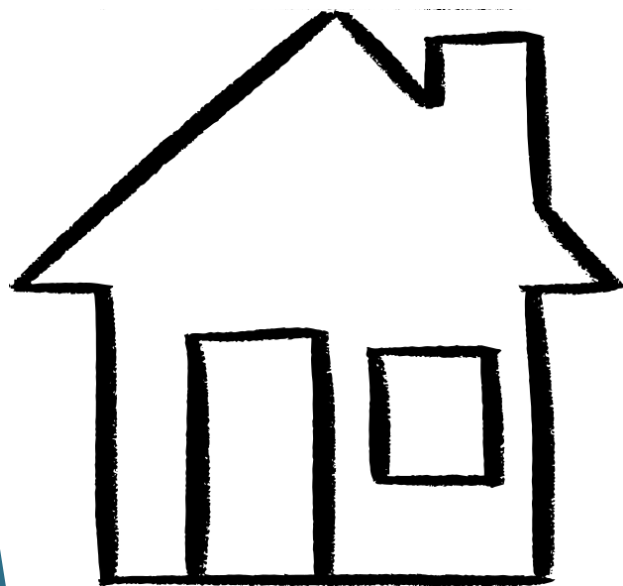








# Dans la maison











# Dans la salle de bain





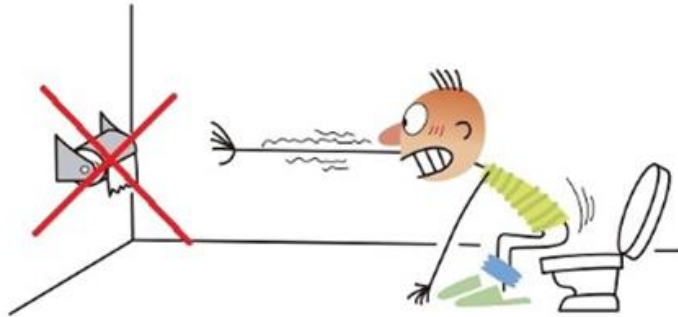




# Dans le WC

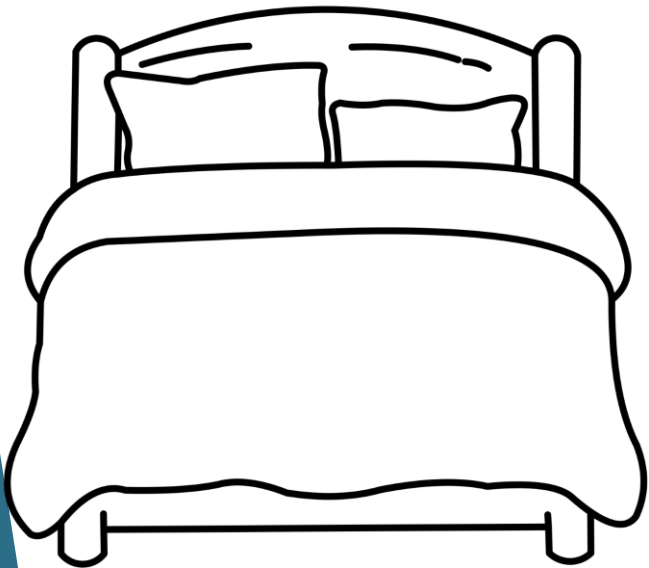


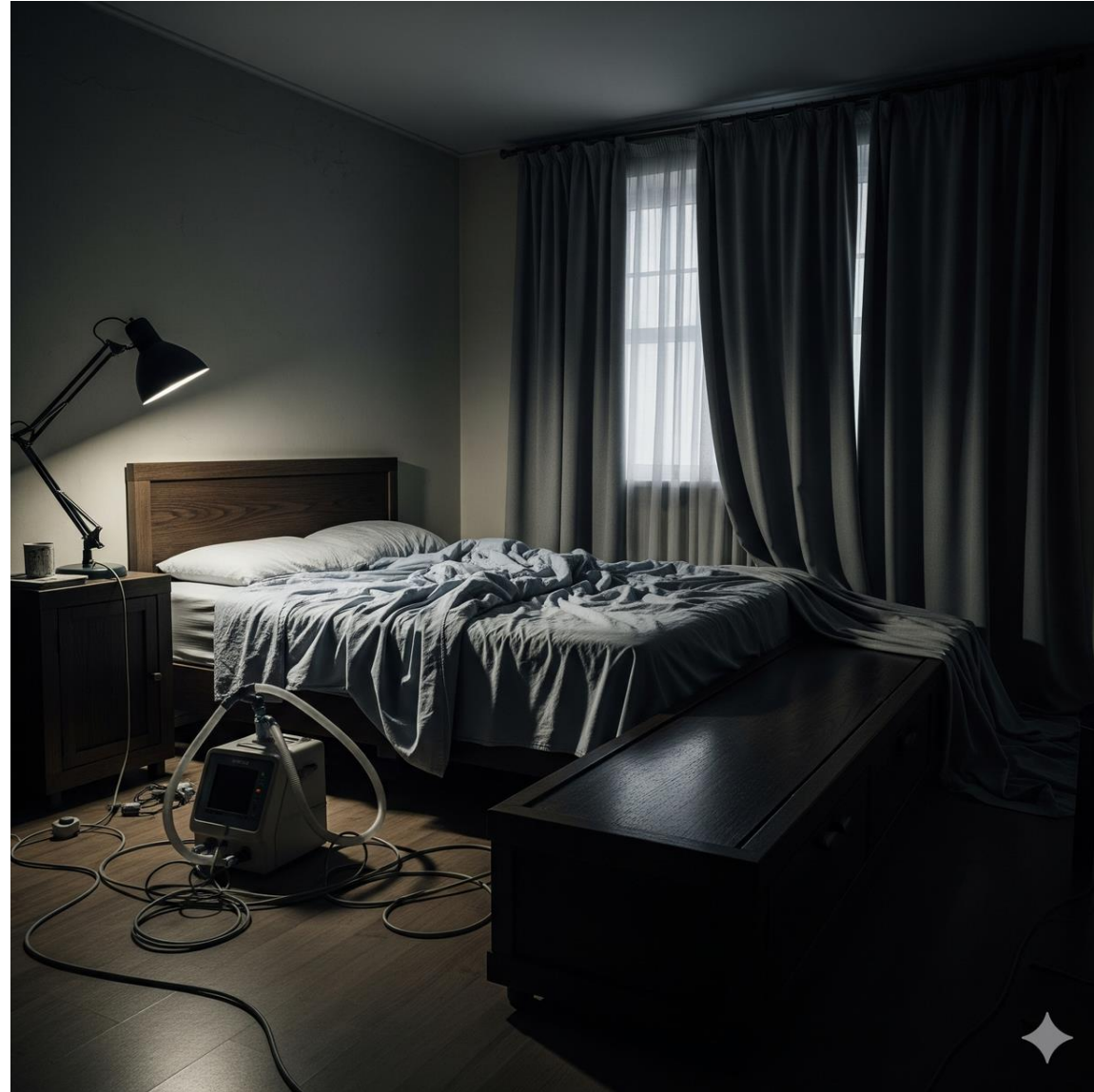


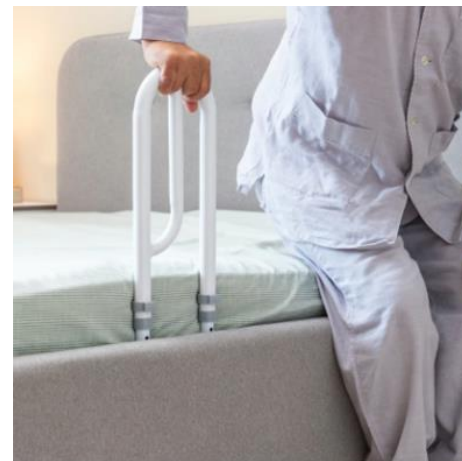




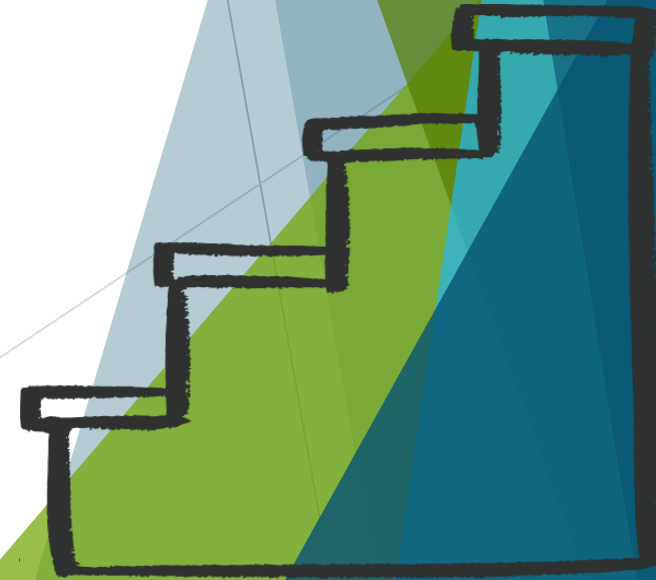
# Dans la chambre







# Dans les escaliers

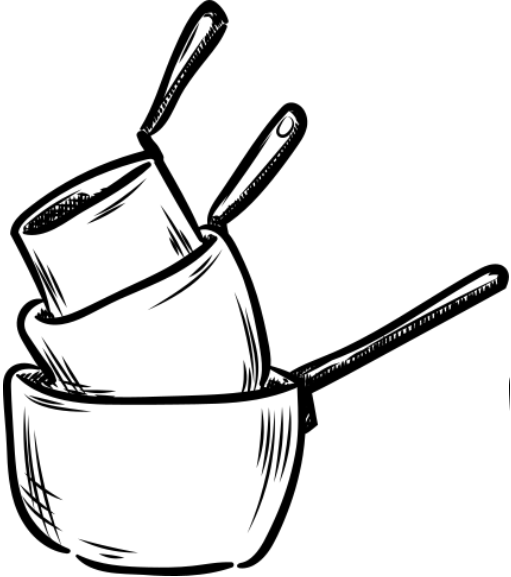








# Dans la cuisine

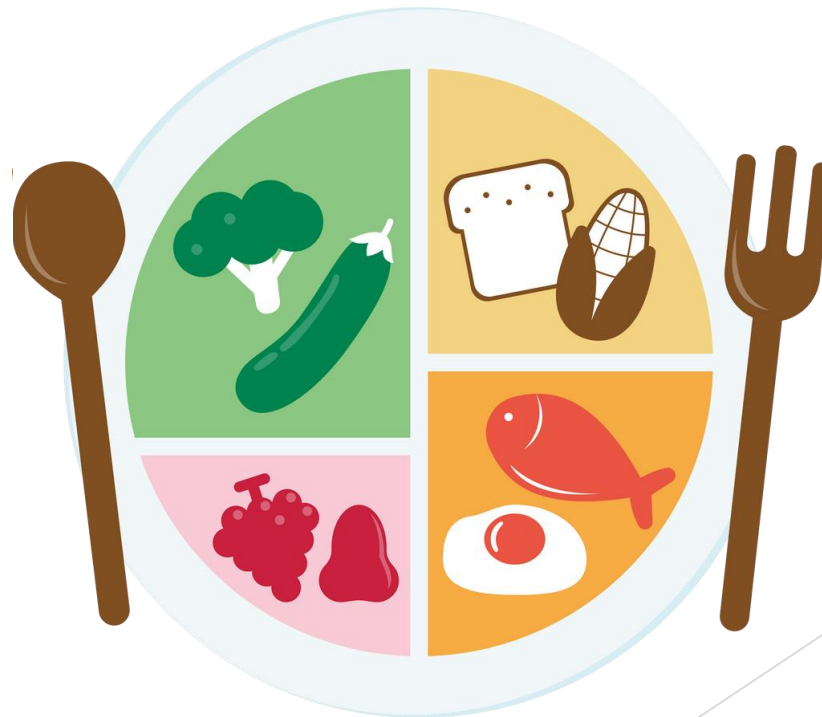








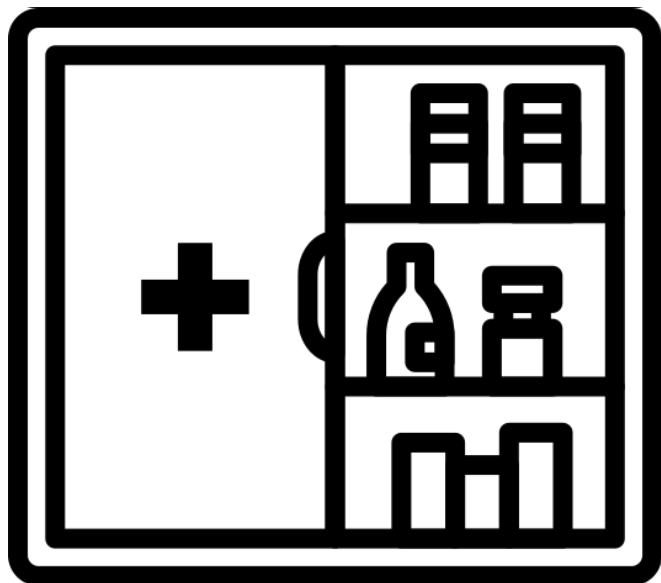
# Dans mon assiette







# Dans mon armoire à pharmacie







" L'auxiliaire **alerte**, l'ergo **adapte**,  
l'assistante sociale **aide à concrétiser**...  
Et vous aussi, **vous aussi vous avez**  
**votre rôle.**"

« Prévention des chutes: Qui fait Quoi sur le territoire? »

modérateur Dr Rachèle Ciupa, médecin gériatre au CH Le Quesnoy

# Pour prévenir les chutes :



## Qui fait quoi sur le territoire ?







Madame Kifékoy



Age : 82 ans

Antécédents :

- Hypertension artérielle
- Diabète de type 2
- Prothèse de genou gauche

Mode de vie :

- Mariée, 2 enfants
- Marche avec une canne à l'extérieur
- Pas d'aide professionnelle
- Pas de téléalarme

1 première chute banalisée il y 6 mois

:

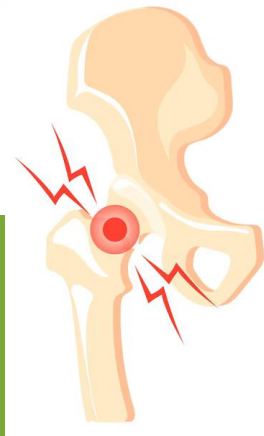
- Nuit
- Pas d'éclairage
- Mules
- Pas de traumatisme physique
- Aide de son époux pour se relever

3 mois plus tard, 2<sup>ème</sup> chute :

- Cuisine
- Station au sol 2h
- Fracture col du fémur
- Hospitalisation



Appréhension, perte d'autonomie



2 chutes sur l'année dont la dernière s'est compliquée d'une fracture du col du fémur avec station au sol prolongée





**2 chutes sur l'année** dont la dernière s'est compliquée d'une fracture du col du fémur avec station au sol prolongée



**RISQUE ELEVE DE  
RECIDIVE DE CHUTE**

**2 chutes sur l'année** dont la dernière s'est compliquée d'une **fracture du col du fémur** avec station au sol prolongée



**RISQUE ELEVE DE  
RECIDIVE DE CHUTE**

**2 chutes sur l'année** dont la dernière s'est compliquée d'une **fracture du col du fémur** avec **station au sol prolongée**



**RISQUE ELEVE DE  
RECIDIVE DE CHUTE**

**BILAN EN MILIEU  
SPÉCIALISÉ**



**RISQUE ELEVE DE  
CHUTE GRAVE**

# EVALUATION MULTIDISCIPLINAIRE DE LA CHUTE





# HÔPITAL DE JOUR



Médecin  
Gériatre

**Evaluation globale  
multidisciplinaire**



Kinésithérapeute  
s



Pharmacien

**Rechercher  
les facteurs  
de risque  
modifiables**

**Évaluer les  
risques de  
chute grave**



Diététicienne



Infirmières



Aide-soignant



Cadre de  
santé



Ergothérapeute



Psychologue

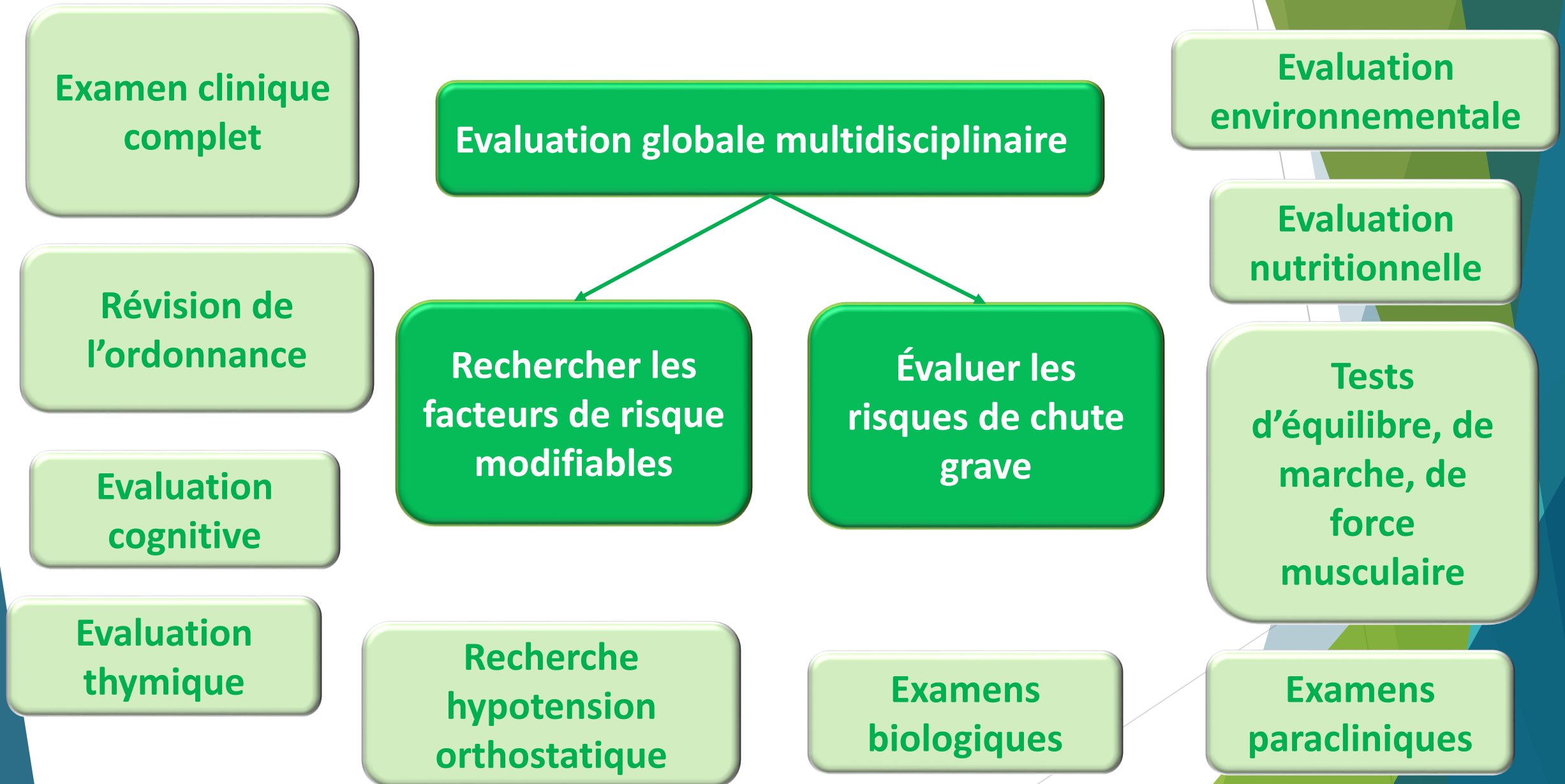


Secrétaires



Enseignant en  
Activité Physique  
Adaptée

# HÔPITAL DE JOUR



# Evaluation globale multidisciplinaire

Rechercher les facteurs de  
risque modifiables

Évaluer les risques de chute  
grave

Antécédents

Tabac, alcool

Mode de vie

Evaluation de  
l'autonomie

Appréhension à  
la chute

Evaluation  
thymique

Evaluation  
cognitive

Traitement  
habituel

Automédication

Evaluation  
nutritionnelle

Recherche  
hypotension  
orthostatique

Evaluation  
sommeil

Evaluation vue  
et ouïe

Examen clinique complet : cardiopulmonaire, neurologique, articulaire,  
sensoriel...



# Evaluation globale multidisciplinaire

Rechercher les facteurs de  
risque modifiables

Évaluer les risques de chute  
grave

Antécédents

Tabac, alcool

Mode de vie

Evaluation de  
l'autonomie

Appréhension à  
la chute

Evaluation  
thymique

Evaluation  
cognitive

Traitement  
habituel

Automédication

Evaluation  
nutritionnelle

Recherche  
hypotension  
orthostatique

Evaluation  
sommeil

Evaluation vue  
et ouïe

Examen clinique complet : cardiopulmonaire, neurologique, articulaire,  
sensoriel...





# Evaluation globale multidisciplinaire

Rechercher les facteurs de  
risque modifiables

Évaluer les risques de chute  
grave



Evaluation  
nutritionnelle

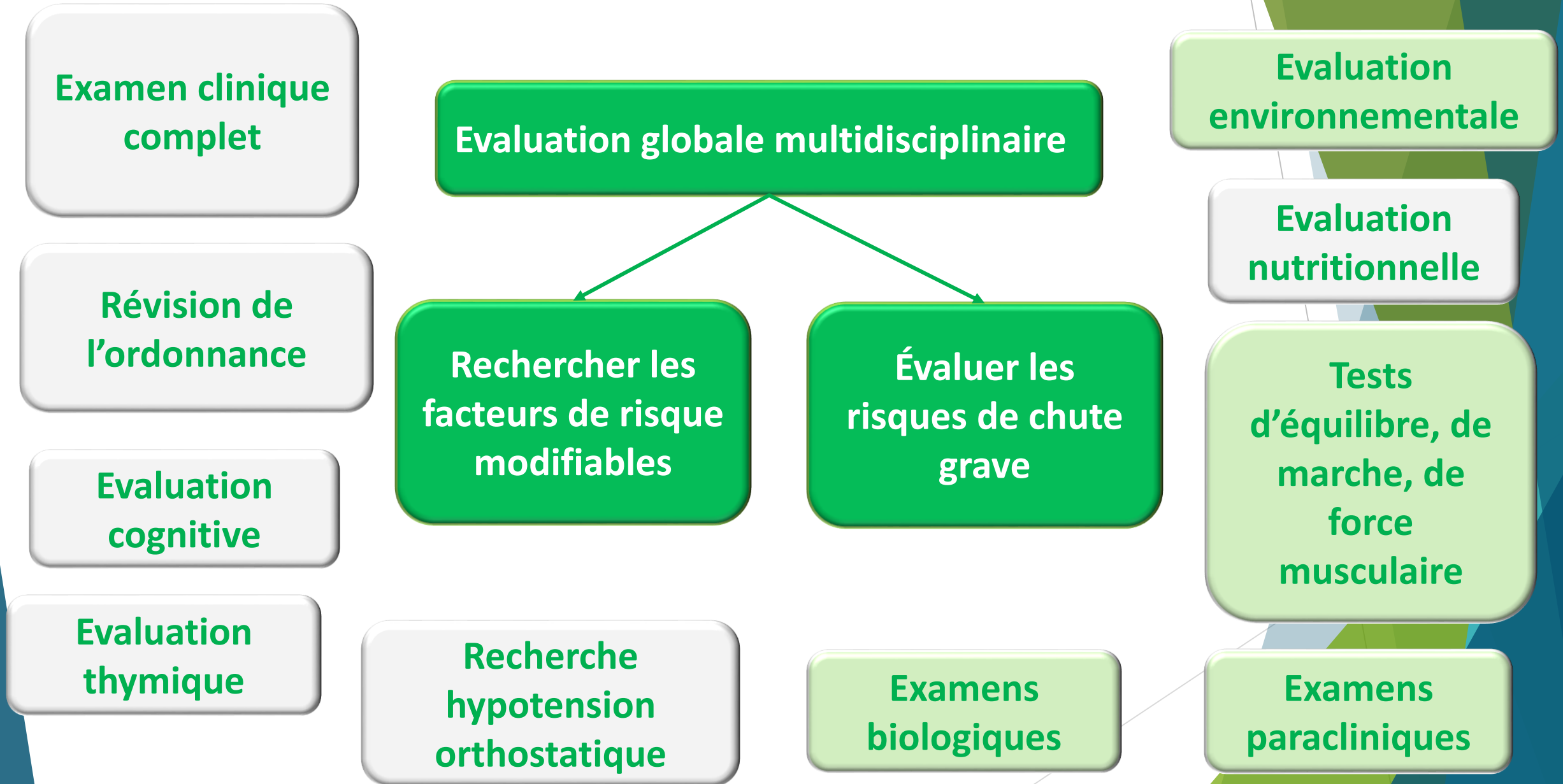
Alimentation  
diversifiée et  
équilibrée



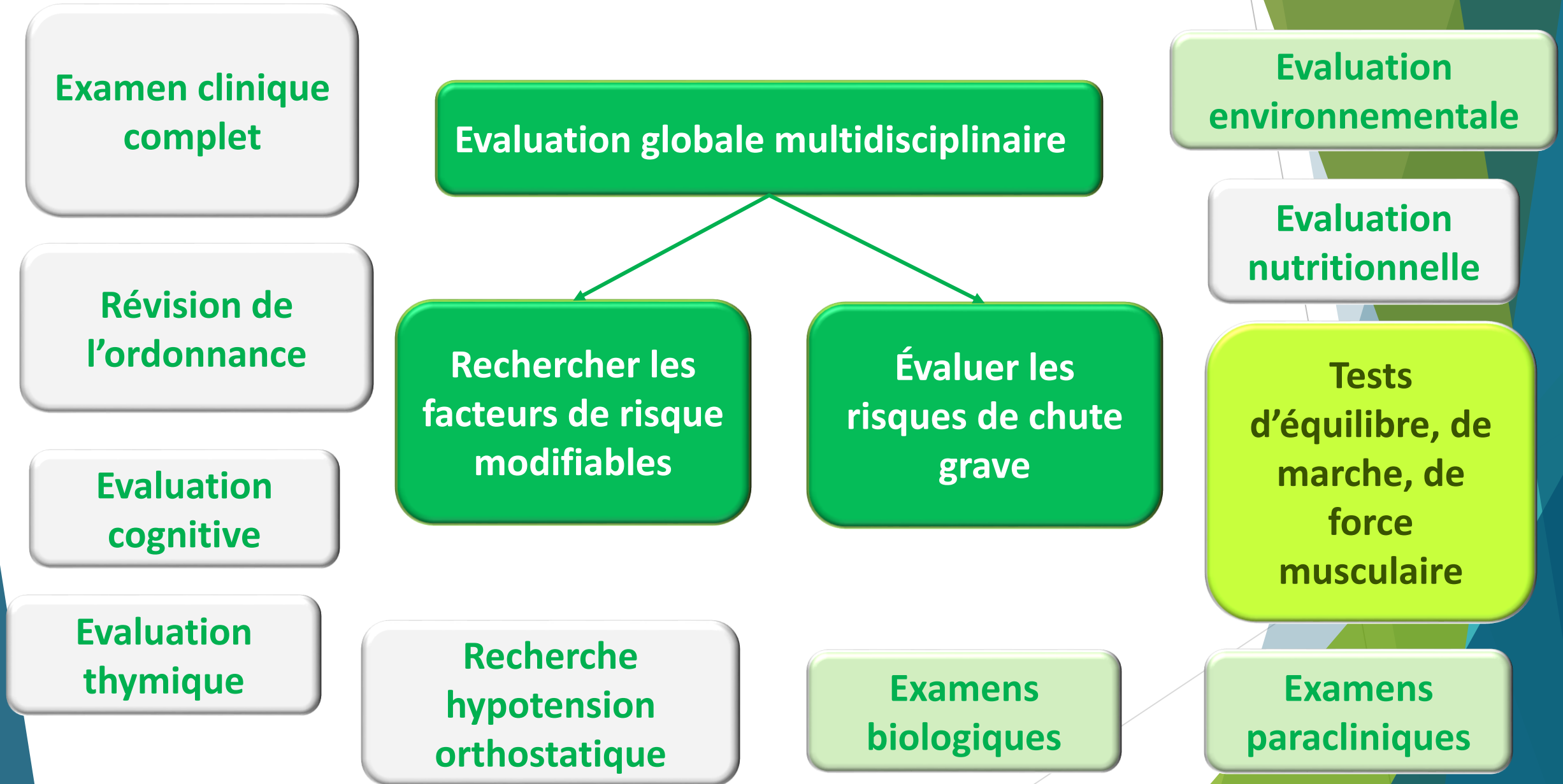
Habitudes  
alimentaires



# HÔPITAL DE JOUR



# HÔPITAL DE JOUR

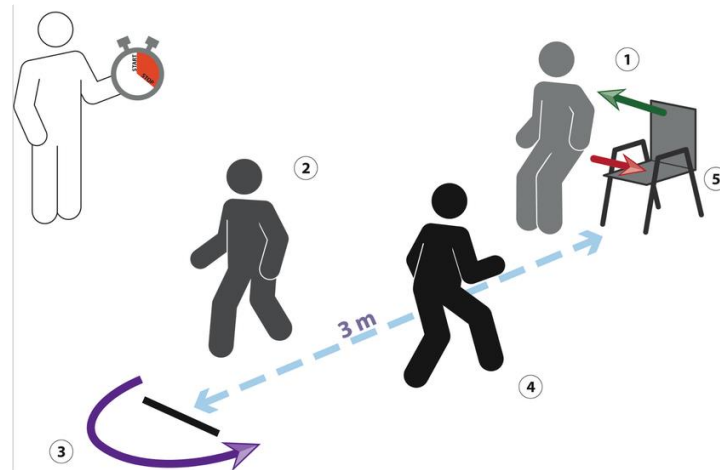


# Evaluation globale multidisciplinaire

Rechercher les facteurs de  
risque modifiables

Évaluer les risques de chute  
grave

Tests  
d'équilibre, de  
marche, de  
force  
musculaire



Tests d'équilibre

Debout pieds en tandem  
pendant 10 secondes

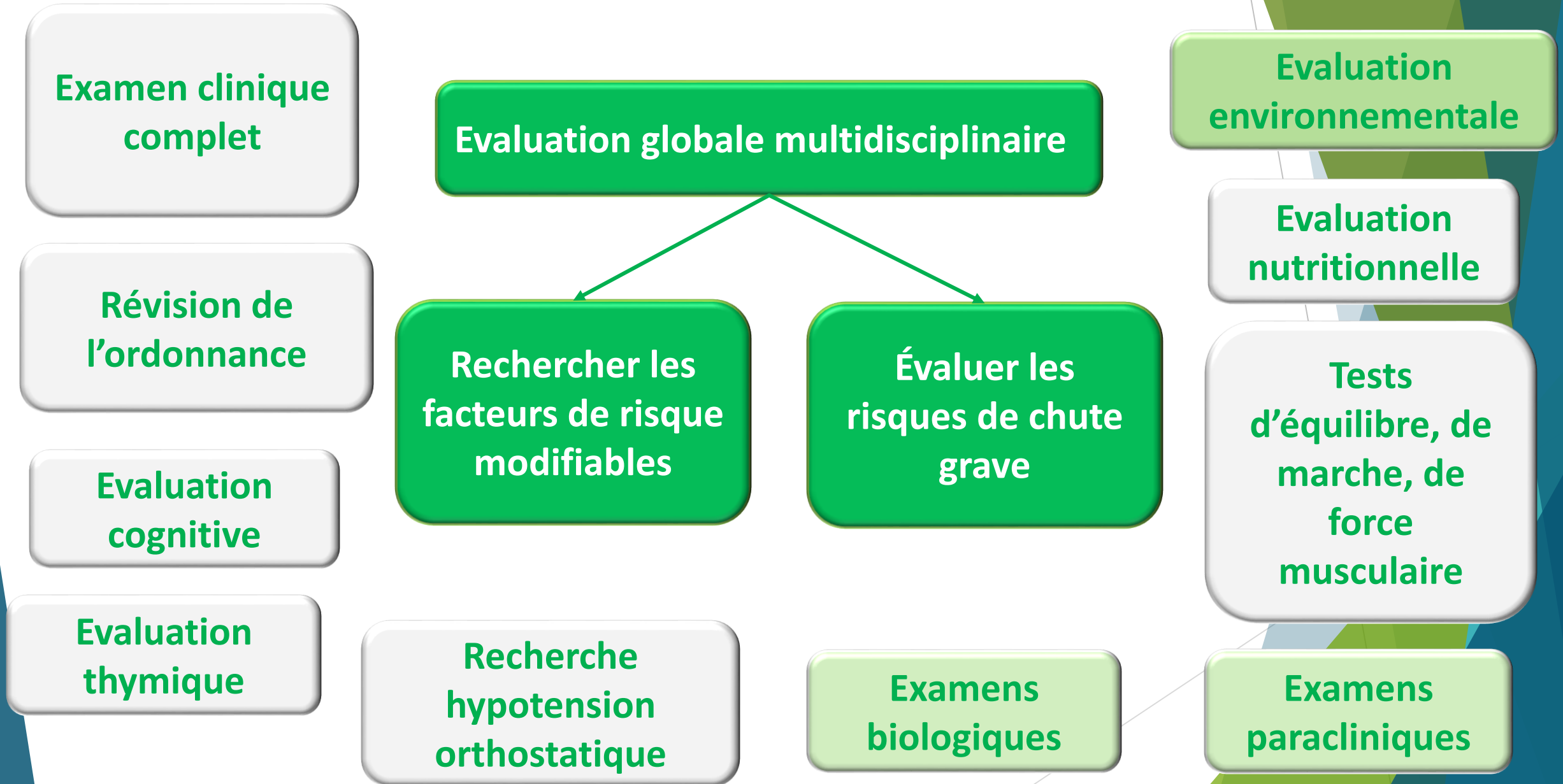


Vitesse de marche

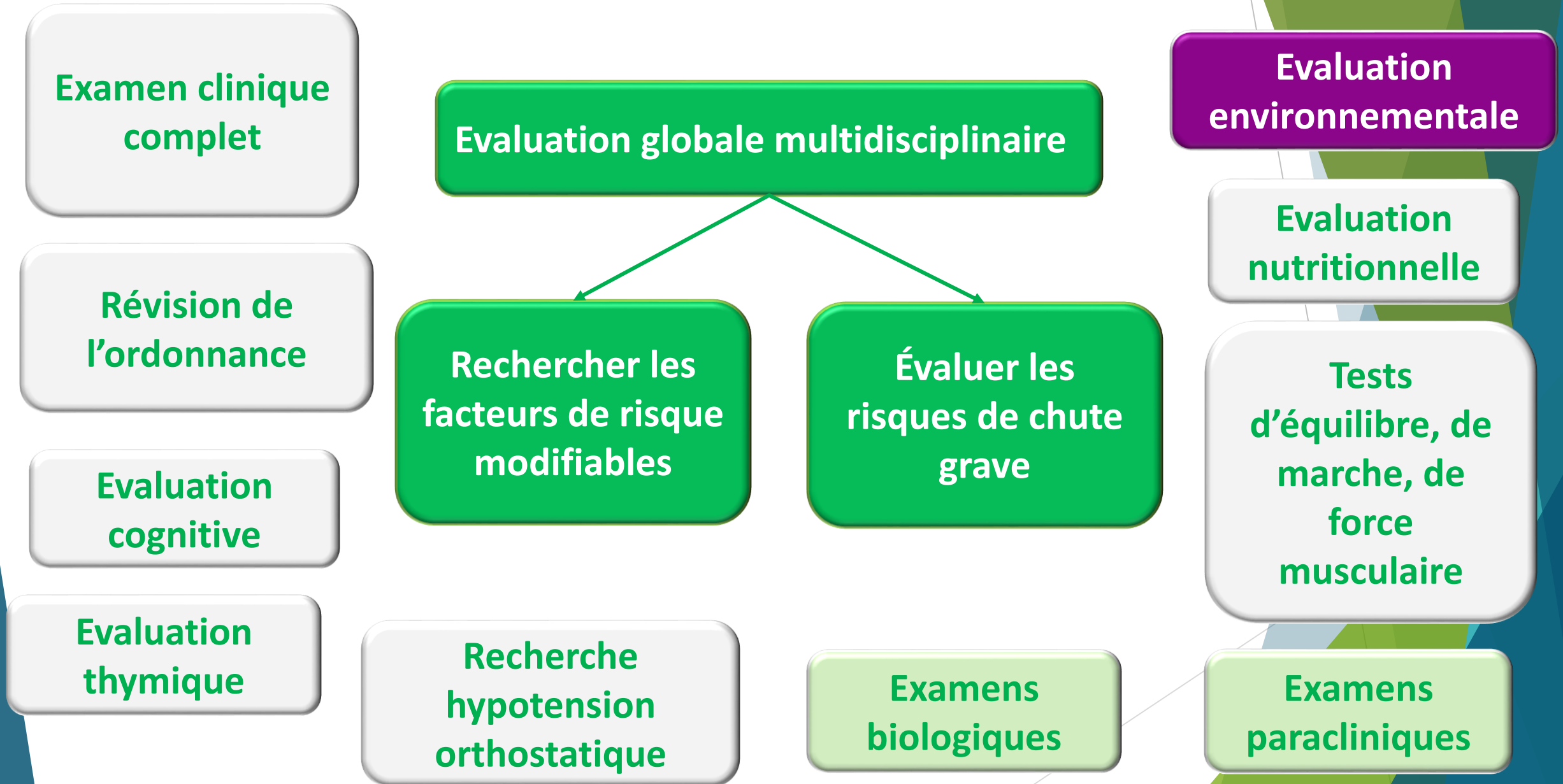




# HÔPITAL DE JOUR



# HÔPITAL DE JOUR



# Evaluation globale multidisciplinaire

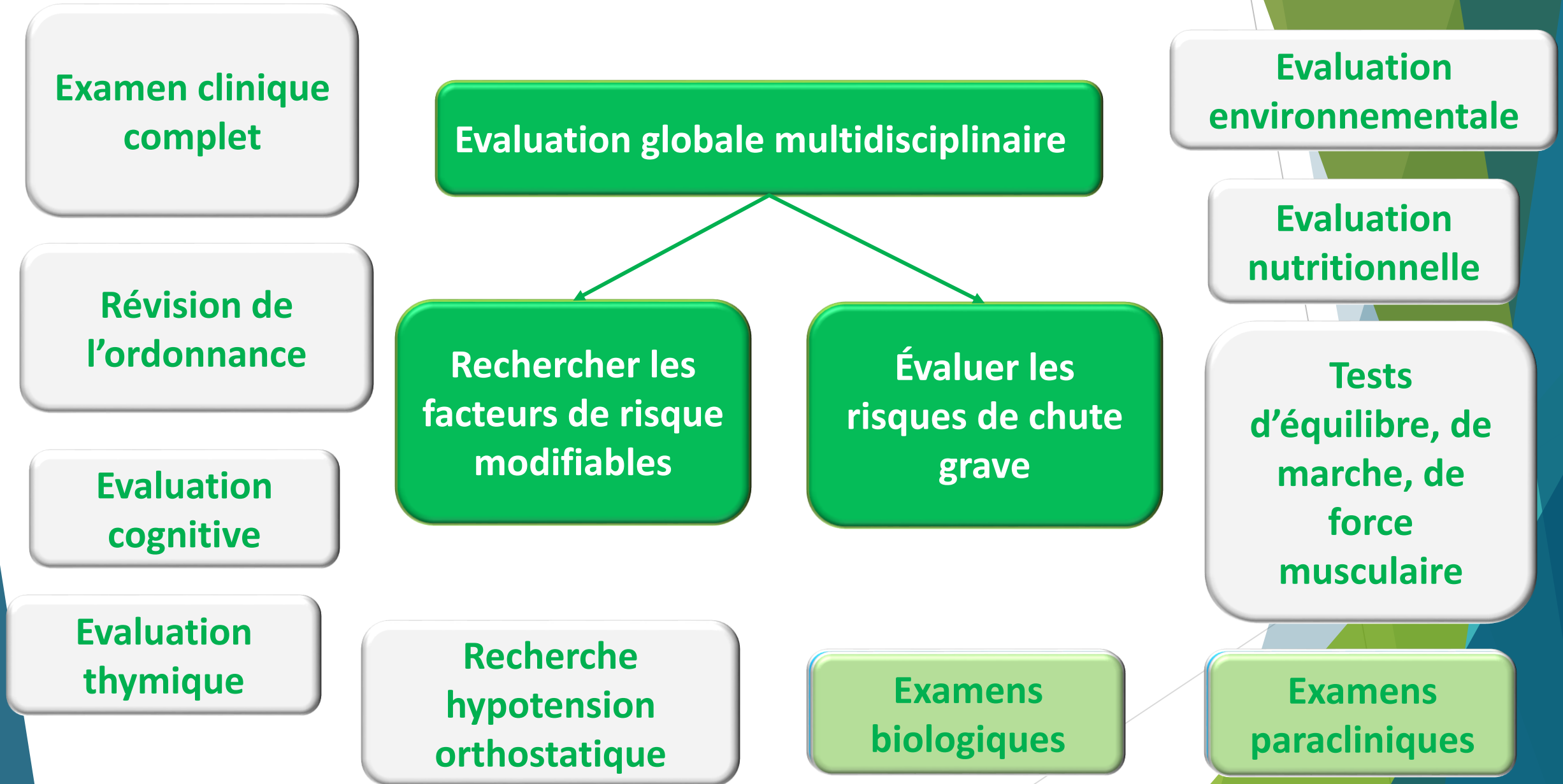
Rechercher les facteurs de  
risque modifiables

Évaluer les risques de chute  
grave

Evaluation  
environnementale

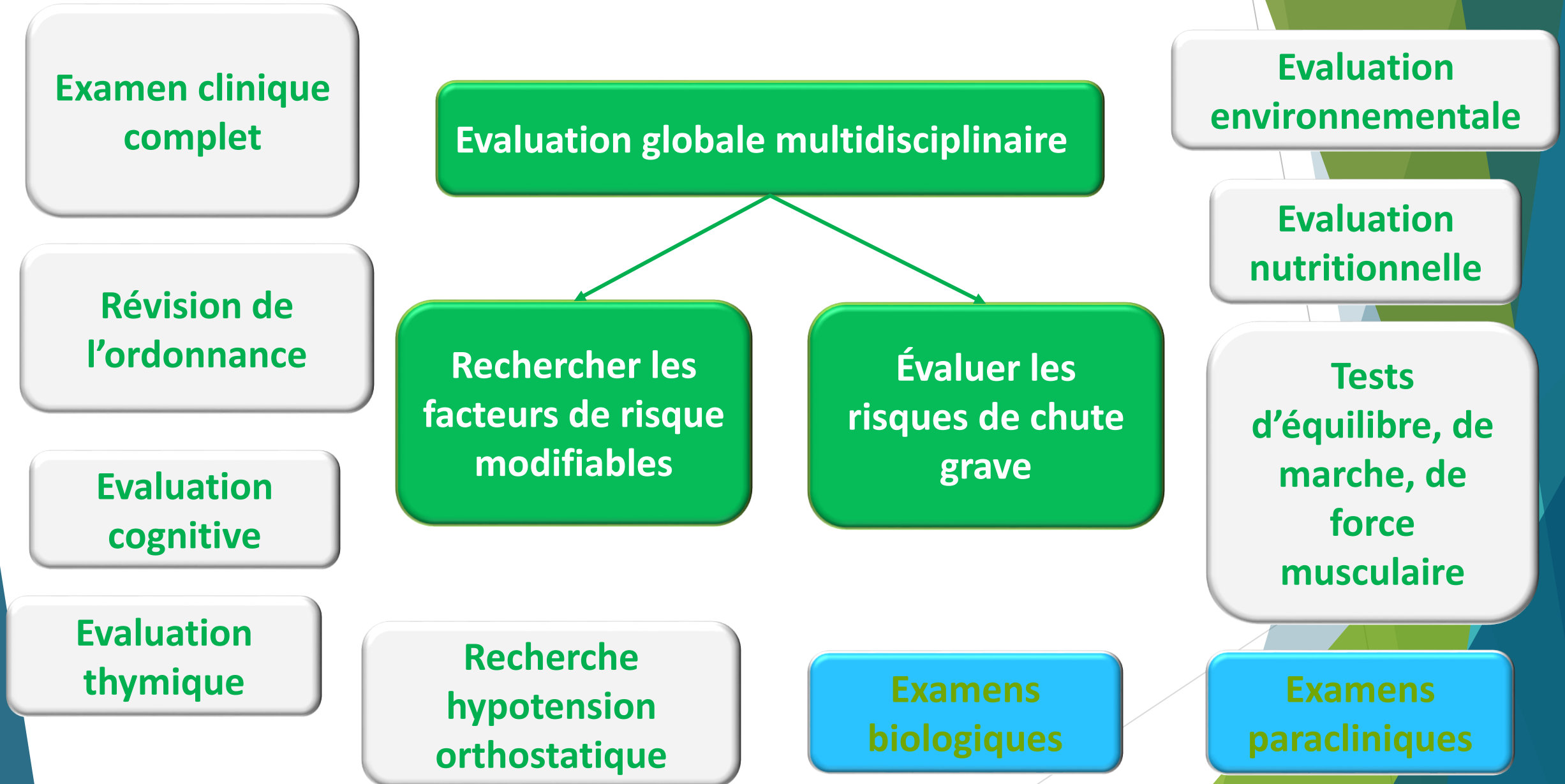


# HÔPITAL DE JOUR





# HÔPITAL DE JOUR



# Evaluation globale multidisciplinaire

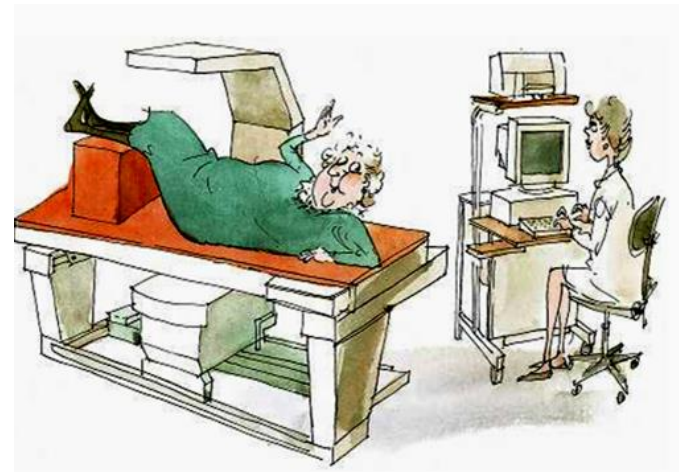
Rechercher les facteurs de  
risque modifiables

Évaluer les risques de chute  
grave

Examens  
biologiques



Examens  
paracliniques



**Evaluation globale multidisciplinaire**

**Rechercher les facteurs de  
risque modifiables**

**Évaluer les risques de chute  
grave**

**Synthèse des recommandations en équipe**

**Restitution au patient et courrier**

**Suivi en consultation**



# Evaluation globale multidisciplinaire

Rechercher les facteurs de  
risque modifiables

Évaluer les risques de chute  
grave

Synthèse des recommandations en équipe







Merci et en  
route pour la  
Maison Sport  
Santé



Journée territoriale de la prévention de la chute  
14 novembre 2025

# Bienvenue à la 2M2S Mormal Maison Sport Santé



# C'est quoi une Maison Sport Santé?

ACCUEILLIR

ORIENTER

LES PERSONNES SOUHAITANT PRATIQUER, REPRENDRE UNE ACTIVITÉ PHYSIQUE À DES FINS DE SANTÉ, DE BIEN-ÊTRE, QUEL QUE SOIT L'ÂGE, LEUR ÉTAT DE SANTÉ OU DE FRAGILITÉ

Olivier DRUMONT  
Coordonnateur 2M2S  
[o.drumont@cscbantigny.fr](mailto:o.drumont@cscbantigny.fr)

# Mais Aussi.....

- **CRÉER** DU LIEN AVEC LE CORPS MÉDICAL  
& PARAMÉDICAL
- **IDENTIFIER & POURSUIVRE** LE  
DÉVELOPPEMENT DE L'OFFRE SPORT SANTÉ  
ET SPORT BIEN ÊTRE SUR LE TERRITOIRE



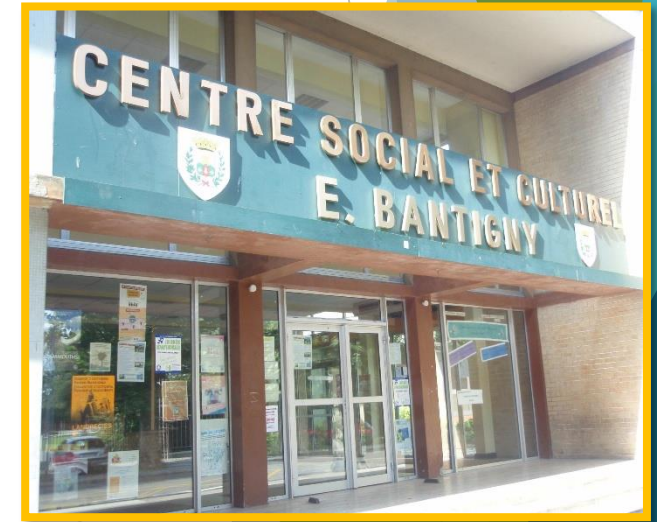




# 1/ Accueil

## ACCUEILLIR DANS UN LIEU ADAPTÉ.

- **Etablir** un contact initial
- **Poser** un cadre bienveillant et professionnel
- **Présenter**



## 2/ Entretien

### ENCOURAGER LE BÉNÉFICIAIRE À EXPRIMER SES ATTENTES ET SES MOTIVATIONS.

- **Explorer** sa perception de sa santé pour mieux comprendre sa vision de sa pathologie et adapter le suivi .
- **Reformuler** ses réponses pour s'assurer d'une bonne compréhension mutuelle



# 3/ Evaluation

## LES MESURES ANTHROPOMÉTRIQUES:

- Taille, Poids, IMC, Périmètre abdominal



## LES TESTS DE CONDITION PHYSIQUE

- Capacité cardio respiratoire
- Fonction musculaire
- Souplesse
- Equilibre

## LES QUESTIONNAIRES

- Niveau d'activité physique et de sédentarité
- Perception de la santé
- De motivation
- De satisfaction





# 4/ Construction du projet

## ORIENTER VERS UNE PRATIQUE SPORT ADAPTÉE EN FONCTION DES

- Des envies
- Des possibilités
- Du lieu d'habitation
- En groupe
- En autonomie



Valoriser les progrès des personnes.

Ne pas masquer les difficultés, mais les présenter  
comme des axes d'amélioration.

# 5/ Bilan de fin de parcours

## LES MESURES ANTHROPOMÉTRIQUES:

- Taille, Poids, IMC, Périmètre abdominal



## LES TESTS DE CONDITION PHYSIQUE

- Capacité cardio respiratoire
- Fonction musculaire
- Souplesse
- Equilibre

## LES QUESTIONNAIRES

- Niveau d'activité physique et de sédentarité
- Perception de la santé
- De motivation
- De satisfaction



Olivier DRUMONT  
Coordonnateur 2M2S  
o.drumont@cscbantigny.fr

# 6/Orientation et Suivi

**ASSURER UN SUIVI RÉGULIER**

**RELANCER ACTIVEMENT LES USAGERS POUR ÉVITER LES DÉCROCHAGES..**



# Sensibilisation & Prévention

LA DIVERSITÉ DES MISSIONS DES MAISONS SPORT SANTÉ, NOUS PERMET DE POUVOIR INTERVENIR À DIFFÉRENT MOMENT DE LA VIE.

- Proposer des interventions Grand Public sur divers sujets comme les bienfaits de AP
- Mettre en place des programmes spécifiques
- Sensibiliser les élèves aux bienfaits de l'activité physique et œuvrer pour la lutte contre la sédentarité
- Participer à des forums









## ESPRAD

---

*Présentation du service et  
d'une situation clinique*

# Equipe spécialisée de prévention et de réadaptation à domicile



Interventions  
à domicile

18 séances  
maximum par  
an (1h par  
séance)



Quercitain -  
Valenciennois  
- Amandinois -  
Denaïsis

136  
communes



Chutes,  
Sclérose en  
Plaques et  
Parkinson



Equipe  
pluridisciplinaire

Ergothérapeute  
,  
psychomotricien,  
diététicien,  
psychologue

# Chutes

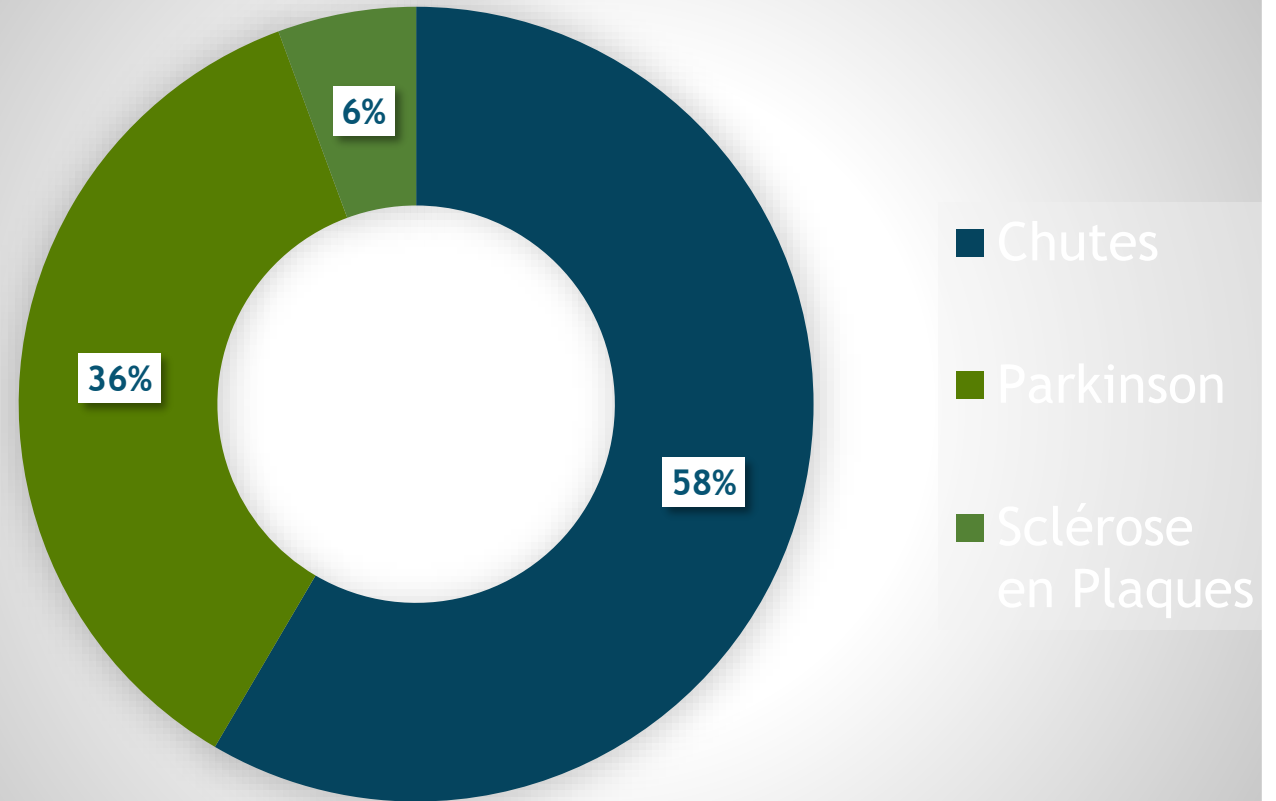
- ▶ Personnes âgées de 60 ans et plus
  - ▶ GIR compris entre 2 et 4
  - ▶ Antécédents de chutes ou risque élevé de chutes
- ▶ Prévenir les chutes et les conséquences physiques et psychologiques
  - ▶ Améliorer les capacités du patient dans les activités de la vie quotidienne
  - ▶ Proposer des aménagements architecturaux adaptés aux capacités
  - ▶ Prévenir le risque de dénutrition

---

# 2024

Moyenne d'âge de nos patients : 74 ans

Moyenne d'âge des personnes ayant chutées : 80 ans





## Présentation d'une situation clinique

Madame T - 76 ans - Mariée - GIR 3

Chute en septembre 2024 : Fracture  
pertrochantérienne gauche - Aucun autre  
antécédent médical

Rééducation suite à la chute et retour à la  
maison en décembre 2024

Syndrome post-chute important

Intervention ESPRAD en mai 2025 - 18 séances  
réalisées



## Objectifs déterminés avec Madame T lors de la visite initiale

Manger à table  
Faire sa toilette dans la salle de bain

Objectifs communs à tous les professionnels : diminuer l'appréhension à la chute

Intervention pluridisciplinaire

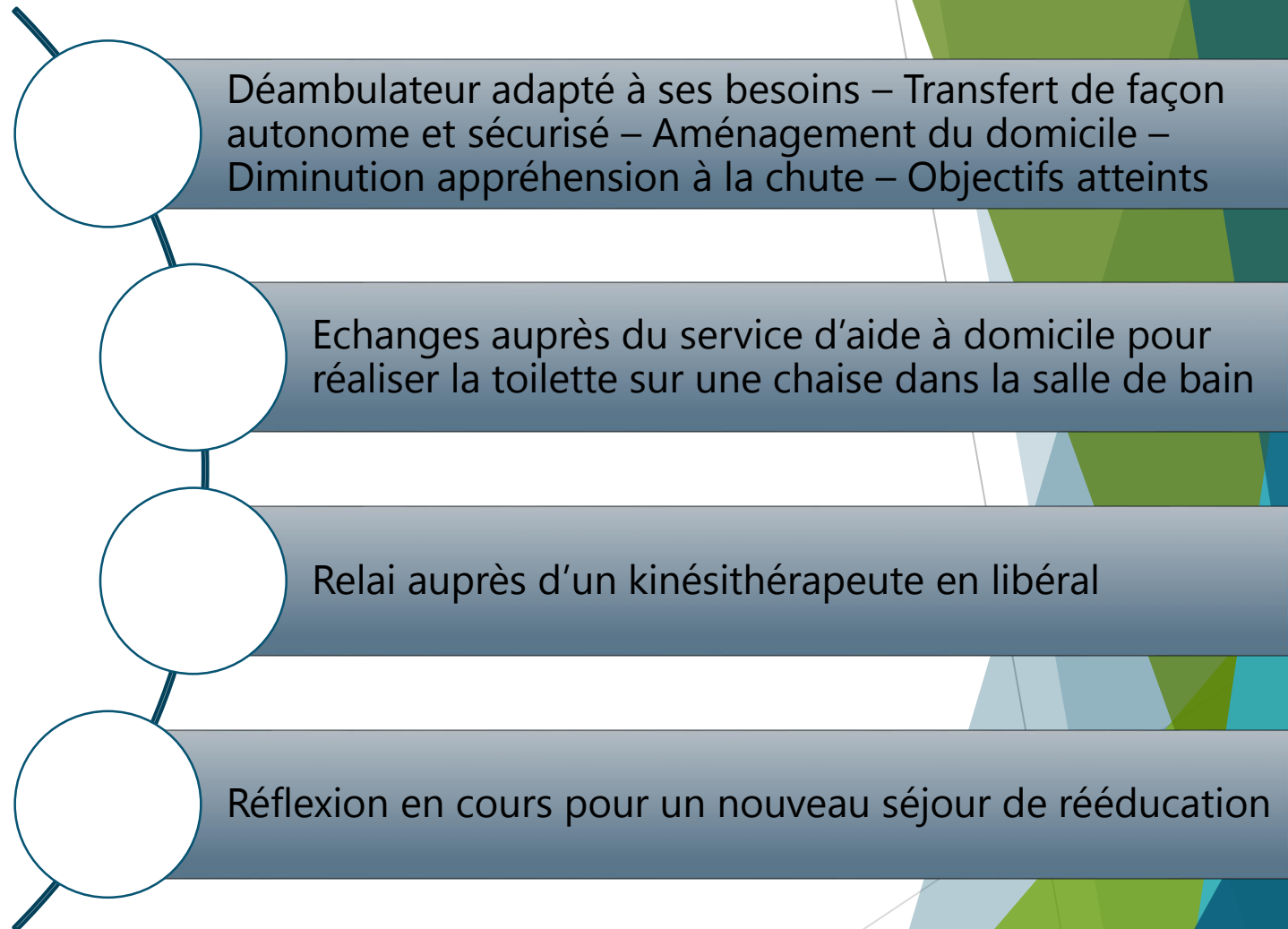
Ergothérapeute : transfert, utilisation des aides techniques, évaluation de l'environnement

Psychomotricienne : prise de conscience corporelle et des appuis, diminution des angoisses présentes en position debout, favoriser les expressions liées à la chute

Diététicienne : vérifier les apports nutritionnels par rapport à l'alitement prolongé

Psychologue : favoriser les expressions liées à la chute, désamorcer l'engrenage, TCC

## Après nos séances





Merci de votre écoute



## A.C.R.O.B.A.T.E

Alimentation . Chaussage . Relever de sol . Ostéoporose  
. Bien-être . Activité physique adaptée . Traitement .  
Emotions



# C'est quoi ?

Programme d'éducation thérapeutique sur la prévention des chutes chez les seniors



Sous forme d'hôpital de jour de soins médicaux et de réadaptation gériatrique



# Pour qui ?

Antécédent de  
chute grave

Fragilité repérée  
selon Fried

MMS > 22/30  
A risque élevé de chute  
Personne en capacité de  
marcher avec ou sans aide  
technique

Avoir plus de  
75 ans

Au moins deux  
chutes dans  
l'année en cours



# Comment l'intégrer ?

Médecin traitant

Médecin Spécialiste  
(Gériatre, Rhumatologue...)

Professionnels de santé



# L'inclusion c'est quoi ?

Infirmière Diplômée d'Etat



ENTRETIEN



 **OBJECTIFS**

Psychologue



ENTRETIEN AVEC  
EVALUATION



Anxiété (FES)  
Dépression (GDS)  
Echelle FOFAS  
Stress post traumatique (PTSD)

Enseignant APA



EVALUATION

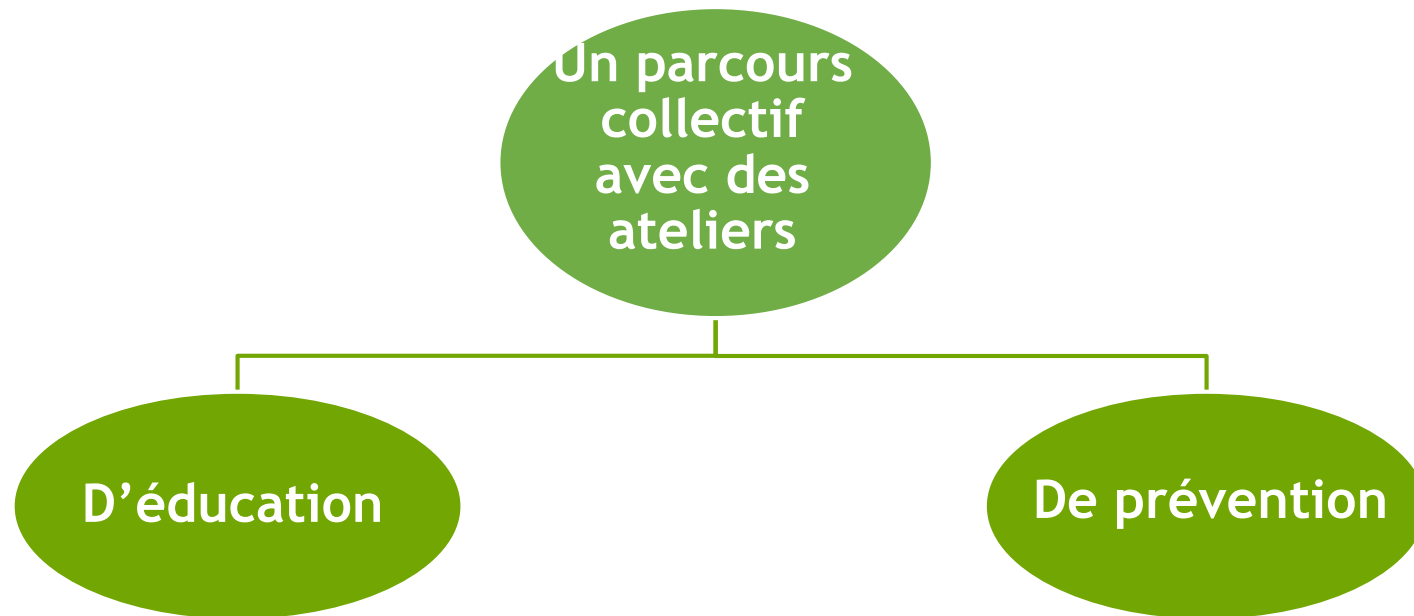


Equilibre  
Vitesse de marche  
Force musculaire membres inférieurs (SPPB)



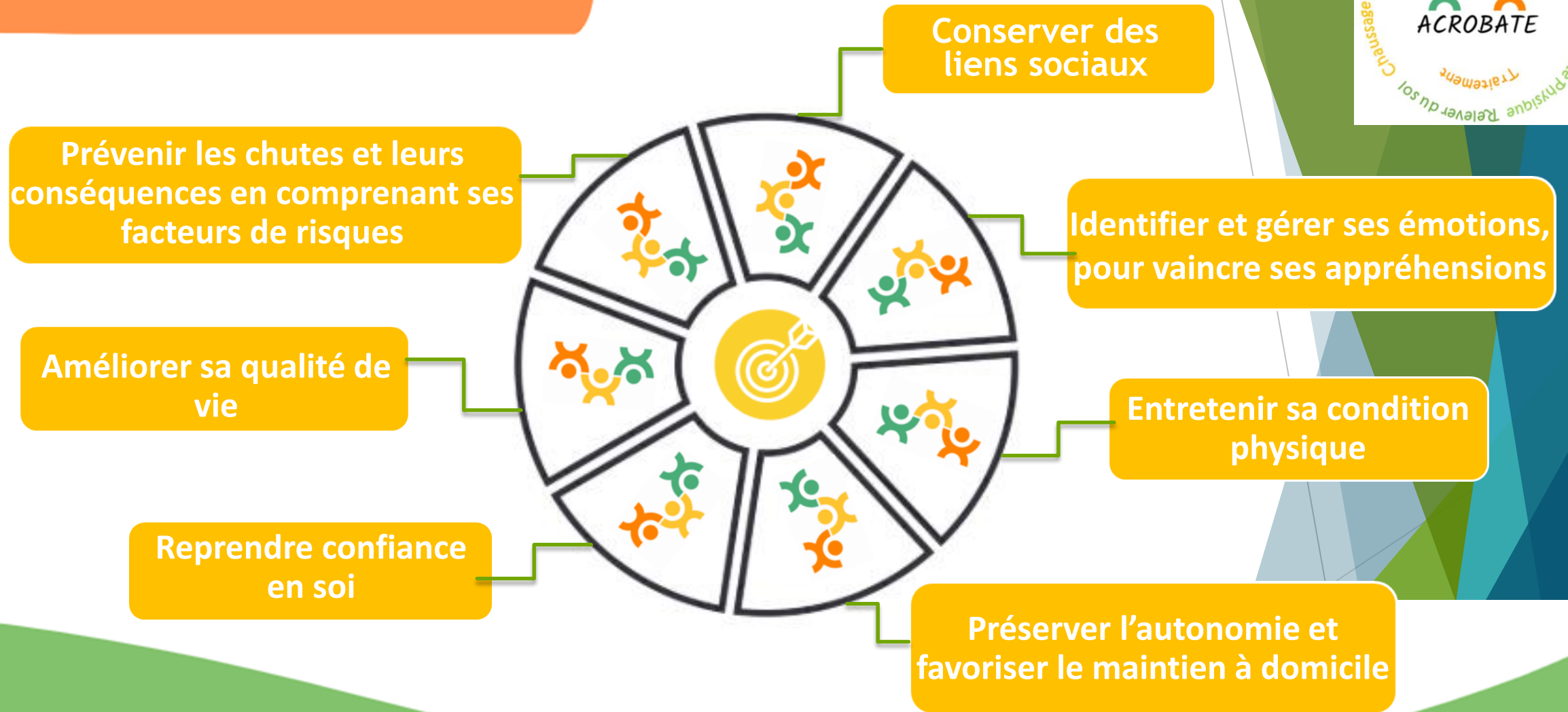
# Le programme

2 demi-journées par semaine pendant 5 semaines





# Les objectifs



# L'équipe



Médecin Gériatre

Infirmières et Infirmière  
en pratique avancée



Psychomotricienne

Diététicienne



Ergothérapeute



Enseignant en Activité  
Physique Adaptée



Psychologue

Kinésithérapeutes



Aide soignant

Cadre de Santé

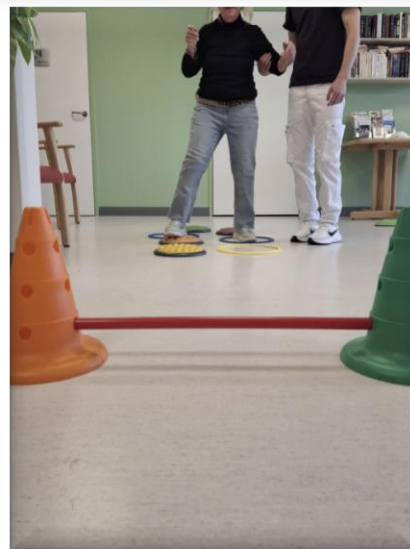


Secrétaires



# Le contenu

<b>Mardi 23 Septembre 2025</b> <b>13h30 à 13h45</b> : Accueil <b>13h45 à 15h45</b> : « Une chute n'est jamais banale, la traiter c'est reprendre pied » (Psychologue + IDE) <b>15h45 à 17h</b> : Pourquoi je risque de tomber (Ergothérapeute + IDE)	<b>Vendredi 3 Octobre 2025</b> <b>14h00 à 15h00</b> : Soins des pieds, souliers adaptés (Ergothérapeute + IDE) <b>15h00 à 16h00</b> : L'activité physique (APA)
<b>Lundi 6 Octobre 2025</b> <b>13h30 à 15h</b> : A la découverte des Médicaments : Education et Prévention (Dr + IPA) <b>15h à 16h</b> : Aide à la marche (Kinésithérapeute + Ergothérapeute)	<b>Jeudi 9 Octobre 2025</b> <b>13h30 à 14h30</b> : Je prends soin de mes os (Dietéticienne + IDE) <b>15h à 16h</b> : Equilibre (APA + AS)
<b>Lundi 13 Octobre 2025</b> <b>13h30 à 14h30</b> : Balnéo (APA + AS) <b>14h30 à 15h30</b> : Santé à la maison : Mes traitements (Dr + IPA) <b>15h30 à 16h30</b> : Transfert (Kinésithérapeute + Ergothérapeute)	<b>Jeudi 16 Octobre 2025</b> <b>13h30 à 14h</b> : Gym (APA) <b>14h30 à 15h30</b> : L'équilibre des sens (Ergo + IDE) <b>15h30 à 16h30</b> : Relaxation (IDE + APA)
<b>Mercredi 22 Octobre 2025</b> <b>13h30 à 14h30</b> : Souplesse et gestes du quotidien (APA + Ergothérapeute) <b>14h30 à 16h30</b> : Relevé du sol (Psychologue + kinésithérapeute)	<b>Jeudi 23 Octobre 2025</b> <b>13h30 à 14h30</b> : Renforcement musculaire (APA + Kinésithérapeute) <b>15h à 16h30</b> : Bien dans son assiette et ses baskets (Dietéticienne + APA)
<b>Lundi 27 Octobre 2025</b> <b>13h30 à 14h</b> : Gym (APA) <b>14h à 15h30</b> : J'adapte mon domicile (Ergothérapeute + APA) <b>15h45 à 16h45</b> : Tai chi (APA + Ergothérapeute)	<b>Lundi 3 Novembre 2025</b> <b>13h30 à 14h30</b> : Gym (APA) <b>14h30 à 15h30</b> : Auto-médication (Dr + IPA) <b>15h30 à 17h00</b> : « Reculer pour mieux sauter après avoir chuté » (Psychologue + IDE)
<b>Jeudi 18 Décembre Rappel à 2 mois 9h à 14h30</b> <b>9h à 10h</b> : Gym (APA) <b>10h à 11h</b> : Evaluation Test IDE <b>11h à 12h30</b> : Bilan (Psychologue + IDE)	

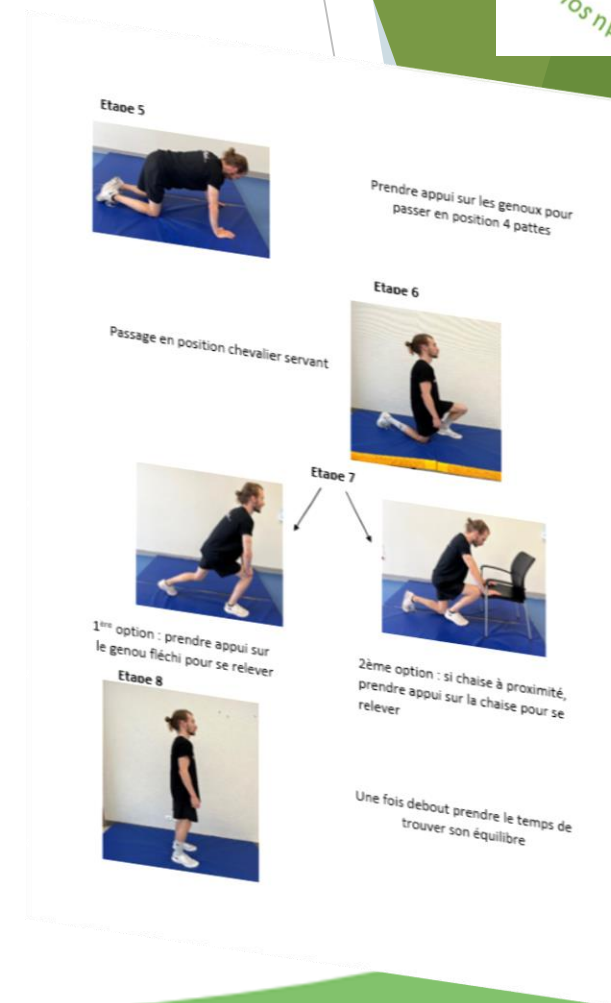
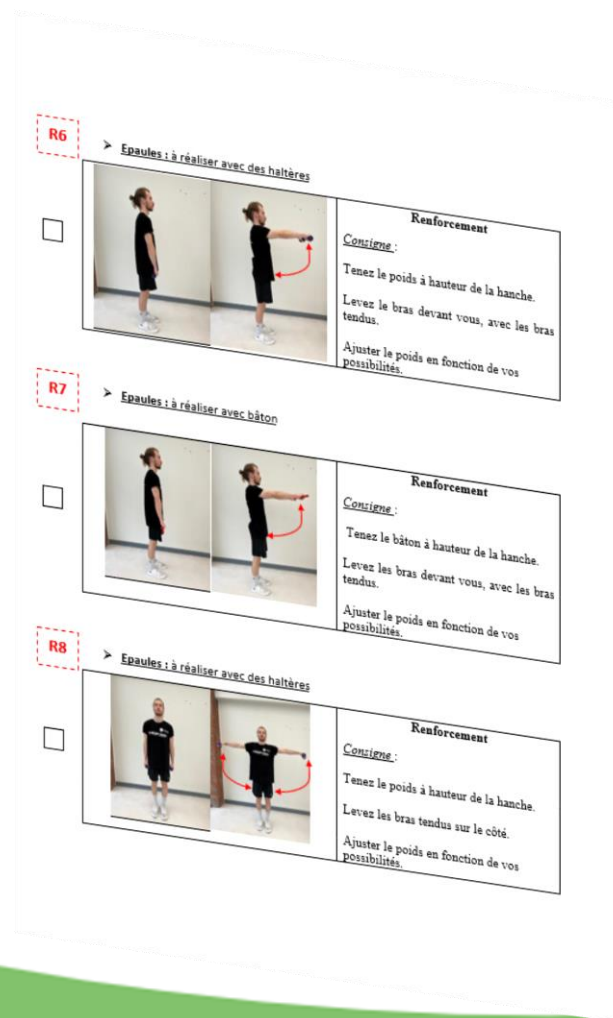




# Les livrets



# Les livrets





# Le suivi à 2 mois

SPPB  
d'entrée



VS

SPPB post  
2 mois



# Le suivi à 6 mois

Consultation médicale en individuel  
avec le médecin et l'infirmière



« *Bouger* » c'est « *la santé assurée* »  
Et pour ne pas « *rouiller* »  
Faisons des activités adaptées  
Bougeons selon nos possibilités  
Et nous resterons en « *Bonne Santé* »  
Mme P.





L'équipe A.C.R.O.B.A.T.E vous remercie  
pour votre attention !

# 7 ateliers libres de participation (20 participants/atelier)

- ▶ Atelier 1: tempoforme\* - salle de conférence
- ▶ Atelier 2: « A table contre les chutes » - salle 1
- ▶ Atelier 3: Escape Game « Equip'Age » - salle de conférence
- ▶ Atelier 4: réalité virtuelle « la chambre des erreurs » - salle Bien-être
- ▶ Atelier 5: « L'Activité Physique Adaptée, clé de l'autonomie » - salle de conférence
- ▶ Atelier 6: « une bonne vision pour éviter les chutes » - salle rdc
- ▶ Atelier 7: « Bien chez soi, bien dans sa vie, l'apport de l'ergothérapie à domicile » - salle de conférence



# Restitution et clôture de la journée