



Les ateliers Equilibr'Age permanent : une approche de la prévention des chutes spécifique aux kinés et adaptée aux personnes âgées fragiles.

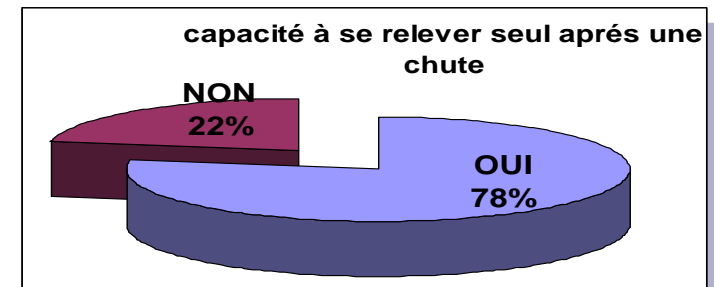
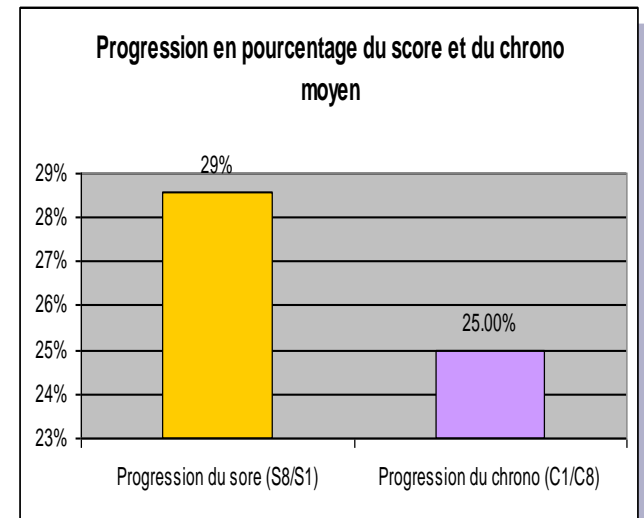


Bilan des actions Equilibr'Age 1999-2015

- **474** réunions partenariales : **3562** élus mobilisés
- **613** conférences : **25600** participants
- **917** ateliers : **9976** bénéficiaires
- **18** formations et 8 recyclages d'animateurs : **302**
kinésithérapeutes formés

Résultat des évaluations

- Satisfaction des participants (90%)
- Renforcement de la confiance en soi (+ 30%)
- Reprise d'activité physique et sociale (2/3)
- Réduction du risque de chutes médicalisées (-35%)
- Augmentation des capacités d'équilibre (+ 25 %)
- Amélioration de l'aisance au sol et des capacités à se relever (+ 30 %)



Publications et références

- Publication en 2012 des évaluations du programme dans la revue médicale Neurologie-Gériatrie-Psychiatrie.
- Communications lors des congrès CNPK à St Briec et à Valence en 2010 et en 2013.
- Citation du programme dans la recommandation HAS de décembre 2013 sur la prise en charge des personnes âgées fragiles.
- Communication lors du congrès « Prévention de la dépendance » à Marseille en avril 2014.



Evolution de l'offre Equilibr'Age

- Vers des publics plus fragiles (GIR 4/5, retour à domicile après hospitalisation, PAERPA...)
- Sur orientation médico-sociale.
- En lien avec les médecins gériatologues et traitants, les professionnels de santé..
- Comportant des bilans individuels.
- Offre permanente permettant d'intégrer des bénéficiaires « au fil de l'eau » sur un territoire donné.
- Partenariat avec les SSR (utilisation des plateaux techniques, formation des rééducateurs..)



Les ateliers Equilibr'Age permanents

1. Le public ciblé
2. Les critères d'orientation
3. Les objectifs
4. Les modalités
5. Les informations pratiques

A flyer for the 'Atelier Equilibr'Age' workshop. It features a photo of an elderly woman smiling. The text includes: 'Cet atelier est une action du... Programme Bretagne Equilibre', 'Un atelier de prévention des chutes pour maintenir mon autonomie et bien vieillir', 'Un bilan individuel de mes capacités et de mes problèmes de santé...', 'Des séances collectives hebdomadaires, dans une ambiance conviviale....', '....pour permettre au kinésithérapeute d'adapter l'atelier à mes besoins.', and '....pour retrouver équilibre et confiance en moi.' At the bottom, it provides 'Infos complémentaires' and the phone number '02 96 58 09 02'. Logos for 'Carsat Bretagne', 'Kali Ouest Prévention', and 'Mairie de Saint-Denis' are also present.

Cet atelier est une action du... Programme
Atelier Equilibr'Age
Bretagne Equilibre



Un atelier de prévention des chutes pour maintenir mon autonomie et bien vieillir

Un bilan individuel de mes capacités et de mes problèmes de santé...
Des séances collectives hebdomadaires, dans une ambiance conviviale....
....pour permettre au kinésithérapeute d'adapter l'atelier à mes besoins.
....pour retrouver équilibre et confiance en moi.

Infos complémentaires
02 96 58 09 02

Carsat Bretagne
Kali Ouest Prévention
Mairie de Saint-Denis

1 Public ciblé



- Personnes âgées de plus de 70 ans.
- Ayant un ATCD de chute grave ou une limitation à la mobilité, repérées dans le cadre d'un dispositif de repérage de la fragilité.
- Adressées par les professionnels de santé des réseaux, pôles de santé...
- Volontaires pour participer à l'atelier.

2.1 Facteurs de fragilités CREDOC

- Le fait de ne pas recevoir ni rendre de visites
- Le fait de se sentir souvent seul
- Le fait d'éprouver des difficultés dans au moins un geste de la vie quotidienne
- Le fait d'éprouver des difficultés particulières dans le logement
- Le fait d'utiliser une canne
- Le fait d'éprouver des difficultés particulières pour se déplacer
- Le fait d'estimer que son état de santé s'est dégradé au cours des 12 derniers mois
- La peur de faire un malaise

2.2 Facteur de risque de chute - questionnaire INPES - 1

Facteur de risque	Valeur
Âge avancé (75 ans pour les hommes et 80 ans pour les femmes)	3
Sexe féminin	3
Isolement (vivant seul au domicile)	2
Troubles de l'équilibre, de la force ou de la marche	3
Affection de l'appareil locomoteur (arthrose, problèmes aux pieds...)	2
Troubles sensoriels (visuel, auditif ou cutané)	2
Affections neurologiques (séquelles d'un AVC, Parkinson...)	3
Altération des facultés cognitives et démences	3
Dépression	2
Incontinence urinaire	2
Hypotension	2

2.2 Questionnaire INPES - 2

Facteur de risque	Valeur
Déshydratation ou dénutrition	2
Infection urinaire	2
Utilisation de 4 médicaments ou plus	3
Psychotropes (tous types)	3
Cardiovasculaires (anti-arythmiques)	2
Port de lunettes inappropriées	3
Port de chaussures inappropriées	1
Absence ou mauvaise utilisation d'aides techniques	1
Sédentarité	1
Peur de chuter	2
Antécédents de chutes dans l'année précédente	2

Action recommandée
pour les PA ayant un
score compris entre
15 et 25/50

3 Objectifs du dispositif

- Evaluer les facteurs de risques de chutes et les fonctions équilibre et locomotrice.
- Renforcer, aux vues du bilan initial, les capacités déficientes.
- Sensibiliser les participants aux risques comportementaux et environnementaux.
- Orienter en fin de programme les participants vers une activité physique adaptée de pérennisation.
- Transmettre aux professionnels de santé les éléments permettant d'assurer le suivi des personnes concernées.

4 Modalités de prise en charge – 1

- Le prescripteur remet à la personne âgée dépistée ou à son aidant un dépliant de présentation du dispositif et les invite à contacter le gestionnaire de l'atelier EA.
- Il peut également appeler directement le numéro d'accueil du gestionnaire de l'atelier pour transmettre les premières informations et « préinscrire » la personne.
- Le gestionnaire de l'atelier rappelle la personne, lui notifie son rendez-vous « bilan » avec le kiné et complète les informations administratives, donne les premières informations, transmet la fiche de suivi au kiné et confirme par écrit son RV à la personne.

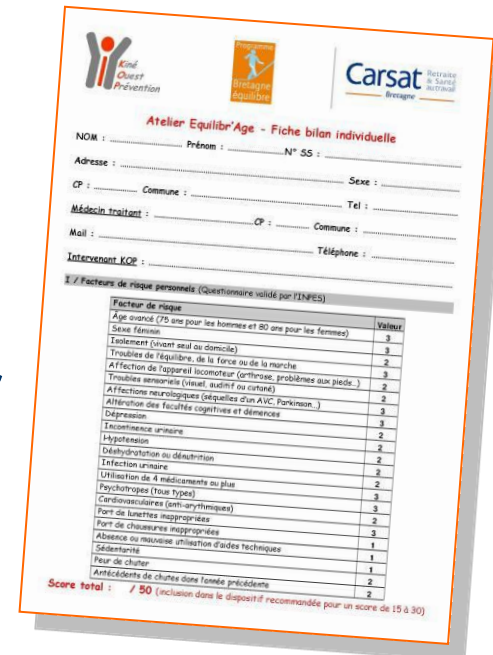
4 Modalités de prise en charge - 2

- Le kiné accueille la personne en bilan, l'intègre dans le groupe ou décline la prise en charge et la renvoi si nécessaire vers son médecin traitant, avec info au prescripteur.
- La personne participe aux séances, le nombre de séance dépend des besoins, des progrès, du flux.



4 Modalités de prise en charge - 3

- A l'issue de la dernière séance, le kiné réalise un bilan de contrôle, complète la fiche à transmettre au médecin et prescrit à la personne une activité physique de pérennisation adapté à ses capacités.
- Pour chaque personne inclus dans l'atelier et pour chaque bilan individuel ou séance collective, le kiné animateur EA renseigne le tableur de suivi du dispositif afin de permettre au gestionnaire d'évaluer la prestation



Atelier Equibr'Age - Fiche bilan individuelle

NOM : _____ Prénom : _____ N° SS : _____
 Adresse : _____ Sexe : _____
 CP : _____ Commune : _____ Tel : _____
 Médecin traitant : _____ CP : _____ Commune : _____
 Mail : _____ Téléphone : _____
 Intervenant KAP : _____

1 / Facteurs de risque personnels (Questionnaire validé par l'INPES)

Facteur de risque	Valeur
Age avancé (70 ans pour les hommes et 80 ans pour les femmes)	3
Sexe féminin	3
Isolé (vit seul ou domicile)	3
Troubles de l'équilibre, de la force ou de la marche	3
Troubles de l'appareil locomoteur (arthrose, problèmes aux pieds...)	3
Affection associée (vue, auditif ou cardiaque)	3
Affection neurologiques (épilepsie, CIVC, Parkinson...)	3
Altération des facultés cognitives et mémoire	3
Dépression	3
Incontinence urinaire	2
Hypotension	2
Déshydratation ou dénutrition	2
Infection urinaire	2
Utilisation de 4 médicaments ou plus	2
Psychotropes (tous types)	3
Cardiovasculaires (anti-arythmiques)	3
Part de chutes non maîtrisées	2
Part de chutes maîtrisées	3
Absence ou mauvaise maîtrise d'aides techniques	1
Sédentarisé	1
Four de chute	1
Antécédents de chutes dans l'année précédente	2

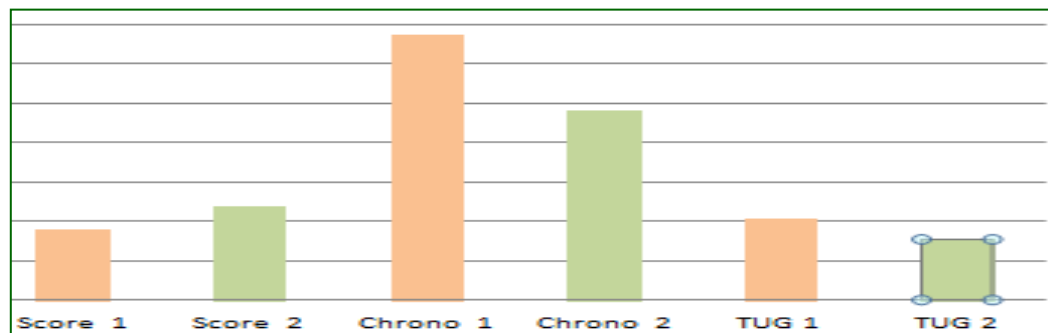
Score total : / 50 (exclusion dans le dispositif recommandée pour un score de 15 à 30)

Actions, prescripteurs, participants

- 2 Ateliers ont été ouvert en octobre 2014 à Rennes et janvier 2015 à Vannes
- 2 autres ouvriront en septembre 2016 à St Méen (35) et Matignon (22)
- 2 autres sont prévus en janvier 2017 à Pont Labbé (29) et Auray (56)
- Prescripteurs : 6 médecins, 4 kinés et ergos, 3 travailleurs sociaux, 1 IDE
- 37 personnes âgées ont bénéficié du programme depuis octobre 2014 (29 femmes, 8 hommes)
- Moyenne d'âge : 82 ans

Dépouillement de 20 fiches bilans

Item	S1	S2	% +
Sexe	15F/5H		
Age moyen	80		
Nb de séance	12		
Facteur de risque	19		
Score bilan locomoteur	8,00		
TUG	20.67	15.40	34%
Score parcours EA	19	34	37%
Chrono parcours EA	67	48	42%



Bilan 2014

- Mai 2014 : validation du projet par l'AGO de Kiné Ouest Prévention
- Juillet 2014 - présentation du projet aux acteurs géronto de Rennes
- Septembre 2014 - présentation du projet aux acteurs géronto de Vannes
- Octobre 2014 : lancement de l'action sur Rennes
- Novembre 2014 : présentation du projet à l'URPS-MK Bretagne

- Janvier 2015 : présentation de l'action au CG 56 , au Copil interpro des URPS Bretagne et à la MAIA de Cornouailles.
-
- Février 2015 : Lancement de l'action sur Vannes
 - Mars 2015 : Présentation de l'action aux CG 35 et 29 et au réseau santé de Matignon
 - Mai 2015 : Présentation de l'action aux acteurs géronto et professionnels de santé de Pont Labbé
 - Juin 2015 : Présentation de l'action à la commission " Autonomie des PA" du CG 56,
 - Septembre 2015 : Co-financement de l'action par la Ville de Rennes
 - Octobre 2015 : Publication d'un article dans la revue "Kiné Actualité"
 - Novembre 2015 : Présentation des actions au Colloque prévention URPS de Poitiers
 - Décembre 2015 : Présentation des actions au Conseil Scientifique du programme Bretagne Equilibre

- Février 2016 : Réunion de lancement de l'action de St Méen 35
- Avril 2016 : finalisation du bilan individuel
- Mai 2016 : Restitution en AGO URPSMKLB
- Mai 2016 : présentation du projet de Pont Labbe a la conférence des financeurs CD29
- Mai 2016 : Présentation du programme au congrès Kiné France Prévention de Paris
- Juin 2016 : réunion d'information des professionnels de santé du secteur de St Méen
- Juin 2016 : présentation du programme au Copil inter-professionnel URPS à Rennes
- Juillet 2016 : réunion du Copil du programme
- Septembre 2016 : Démarrage de l'actions de St Méen, réunion de lancement de l'action de Matignon
- Octobre 2016 : lancement de l'action de Matignon,
- Décembre 2016 : Deuxième Copil du programme
- Janvier 2017 : Réunion de lancement de l'action de Pont Labbe
- Mars 2017 : lancement de l'action de Pont Labbe19

Les partenaires et financeurs



Des questions ?

