

LES CHUTES : UN RISQUE MAJEUR CHEZ LES SENIORS

1 PERSONNE SUR 3 CHUTE APRÈS 65 ANS...
ET SI ON L'ÉVITAIT ?



POURQUOI ON CHUTE ?



**PERTE D'ÉQUILIBRE,
TROUBLES DE LA MARCHÉ**



MÉDICAMENTS
(somnolence, vertiges)



**VUE / AUDITION
DIMINUÉES**



**ENVIRONNEMENT
À RISQUE**
(obstacles, éclairage, sols...)

LES CONSÉQUENCES



FRACTURES
(hanche, poignet...)



PLAIES, HÉMATOMES



**PERTE
D'AUTONOMIE**
Moins de mobilité,
confiance en soi
diminuée



La bonne nouvelle ?

BEAUCOUP DE CHUTES PEUVENT ÊTRE ÉVITÉES !

DES SOLUTIONS SIMPLES EXISTENT : BOUGER, AMÉNAGER, ADOPTER
LES BONS RÉFLEXES. *Agissons ensemble !*