




Action réalisée avec le soutien financier du **GIE Vieillessement Actif** et du **Fonds Muta Réunion**



Porteur de l'action : 

Conférence « Equilibre et Prévention des chutes chez les personnes âgées »

Médiathèque Antoine Roussin St Benoît

10 mars 2016

Soyez acteur de votre santé !

Suite à cette conférence, vous souhaitez participer à un atelier d'équilibre et de prévention des chutes :

Contactez l'O.R.I.A.P.A. !

Par Tél : 0692 86 73 13- 0262 20 39 37

Avant le mardi 15 mars 2016

Nos Partenaires :



Programme « Equilibre et Prévention des chutes chez les personnes âgées »

9h : Accueil

Allocution de **M. Daniel HUET**, Vice-Président du CCAS de St Benoît
Allocution de **M. Philippe POUDROUX**, Administrateur du Fonds Muta Réunion
Allocution de **M. Michel BRUN**, Président de L'ORIAPA
Présentation du programme –**M. Jacques LEROY**, Directeur O.R.I.A.P.A

9h15 : **Mme Géraldine CAVAGNO**, Médecin Gériatre- GHER
Données épidémiologiques
Principales causes des chutes et leurs conséquences

9h35 : **Mme Julie VIENNE**, Diététicienne - GHER
Bien dans son assiette, bien dans ses baskets

10h 05 : **Mme Mélodie POINAMBALOM**, Ergothérapeute-ORIAPA
Comment renforcer sa force musculaire ?
Techniques d'amélioration de l'équilibre

10h 20 : Pause

10h30 : **Mme Mélodie POINAMBALOM**, Ergothérapeute-ORIAPA
Comment sécuriser son logement et améliorer son confort de vie?
Conseils et informations sur les aides techniques



**Bien vivre
votre retraite**

Vieillir et alors, j'en suis où ?

11h : **Mme Yasmine LENORMAND**, Coordinatrice des Actions en Gériatrie ORIAPA

Dispositifs d'aide à l'autonomie
Dispositifs d'aide à l'amélioration de l'habitat

11h15 : **Mme Marie Frida CARPAYE TAILAMEE**, Assistante sociale au GHER

Dispositifs d'aide aux soins

10h45 : **Mme Mélodie POINAMBALOM**, Ergothérapeute-ORIAPA
Comment se relever en cas de chute ?
Je suis seul : quels systèmes d'alertes utiliser ?

11h30 : **Mme Yasmine LENORMAND**, Coordinatrice des Actions en Gériatrie - ORIAPA
Présentation de l'atelier de l'équilibre et de la prévention des chutes

11h45 : **GIE-Vieillessement Actif / CGSS / Mutualité / CCAS de St Benoît / ORIAPA**

Remerciements



**Bien vivre
votre retraite**

Vieillir et alors, j'en suis où ?