

## Cérémonie du 10 000ème participant aux ateliers Equilib'r'Age

### Allocution de bienvenue de Solène STEUNOU

Bienvenue à vous tous : participants et animatrice des ateliers Equilib'r'Age, partenaires et financeurs de cette action et correspondants de la presse locale. C'est avec plaisir que je vous accueille, au nom de notre président Jacky ROBIN, retenu par d'autres obligations, pour cette petite cérémonie dédiée au 10 000 ème participant des ateliers Equilib'r'Age en Bretagne.

Dans quelques instants, Marine TEYSSEIRE qui anime depuis septembre chaque semaine cet atelier de prévention des chutes, tirera au sort, parmi tous les participants présents, la personne qui tiendra ce rôle symbolique.

C'est en 1999 que notre association Kiné Ouest Prévention a lancé ces ateliers dont le succès ne s'est jamais démenti depuis. Avec 700 conférences d'information et 950 ateliers de prévention ce programme est, à notre connaissance, le plus développé en France sur le thème de la prévention des chutes chez les personnes âgées.

Au travers de la personne qui sera tirée au sort ce sont les 10 000 retraités qui se sont impliqués dans ce programme qui seront honorés, mais aussi les 75 kinésithérapeutes qui, comme Marine, animent depuis 17 ans ces actions. Les partenaires locaux (commune, clic, association de retraités...) sans qui ces actions ne pourraient pas avoir lieu et les financeurs du programme (la caisse de retraite du régime général et les conseils départementaux).

Les bénéfices de ces actions ont été évalués au fil du temps : les participants améliorent leur équilibre et leur capacité physique, chutent moins souvent et moins gravement et reprennent des activités sociales qui concours au maintien de leur autonomie. Ces évaluations ont été publiées dans des revues scientifiques et dans des congrès médicaux.

La Haute autorité de santé cite par ailleurs ces actions, dans une recommandation qu'elle a publiée en 2015 sur la préservation de l'autonomie chez les personnes âgées fragiles. C'est donc vers ce public que nous orientons aujourd'hui notre programme, grâce à des ateliers permanents ou les professionnels de santé peuvent adresser les retraités qu'ils jugent en situation de fragilité afin qu'ils bénéficient d'un bilan individuel puis de séances collectives adaptées à leurs besoins.

Je vais maintenant laisser Marine tirer au sort le 10 000ème participant du programme et lui remettre également un petit cadeau en lien avec la santé, puis nous prendrons tous ensemble le verre de l'amitié.

Merci à tous.