

vendredi 22 février 2013



Journal Ouest-France du **vendredi 22 février 2013**

Edition : **Brest** - Rubriques : **Landerneau Ville**

Succès pour l'atelier prévention des chutesP>

Sandrine Emont, prestataire de Kiné Ouest Prévention, animera les ateliers destinés aux seniors.

Victime de leur succès, le Centre local



Plus de soixante personnes sont venues suivre la conférence sur la prévention des chutes.

d'information et de coordination (Clic) Vivre son âge au pays de Landerneau et Kiné Ouest Prévention, ont programmé un second stage afin de répondre à la demande croissante de la population.

Vingt-cinq inscrits

Pour suivre la conférence organisée à la résidence Claude-Pronost, sur les futurs ateliers de prévention des chutes, une assemblée importante - plus de soixante personnes de plus de 60 ans - s'est déplacée. Dépassant les prévisions du Clic de Landerneau.

Sandrine Emont, de Kiné Prévention Ouest, invitée pour expliquer le déroulé des séances, annonce donc : « Nous pensions ouvrir un atelier avec douze personnes, nous en installerons deux à la suite, car la demande est importante. » Ainsi, deux rendez-vous sont fixés : le jeudi, de 14 h à 15 h 30 et de 15 h 30 à 17 h. « Huit séances sont programmées. » Voilà deux ans que cet atelier n'était plus présent sur la ville, les attentes semblent comblées. « Les participants, majoritairement des femmes, ont entre 75 et 80 ans. C'est l'âge ciblé. La personne la plus âgée a 89 ans. »

Chutes et équilibre

Depuis 1999, la Carsat Bretagne, caisse de retraite, finance avec le conseil général un programme régional de prévention des chutes, car la Bretagne est plus touchée par ce phénomène, compte tenu de sa démographie. « La prévention reste le meilleur moyen pour lutter contre les chutes. » B>

Pour lancer les ateliers, Sandrine Emont fera un bilan individuel des participants. « Je discute avec les personnes pour voir si elles sont aptes à suivre l'atelier. Puis on fera un parcours type équilibration au début et à la fin du cycle pour voir l'amélioration. »

Ensuite, différents parcours faisant appel à la mémoire s'installeront ainsi que différents types de marche. « Il y aura des jeux avec des ballons, on apprendra à se relever du sol... »

Tous droits réservés.

Sauf autorisation, la reproduction, la publication de cette page pour utilisation publique et commerciale sont interdits.

A blue rectangular button with the word "Imprimer" in white text, centered between two horizontal dotted lines.
