

ACTIVITE PHYSIQUE et PREVENTION DES CHUTES

FLASH
QUALITÉ
N°5



Attention à la baisse d'activité physique à l'entrée en EHPAD !

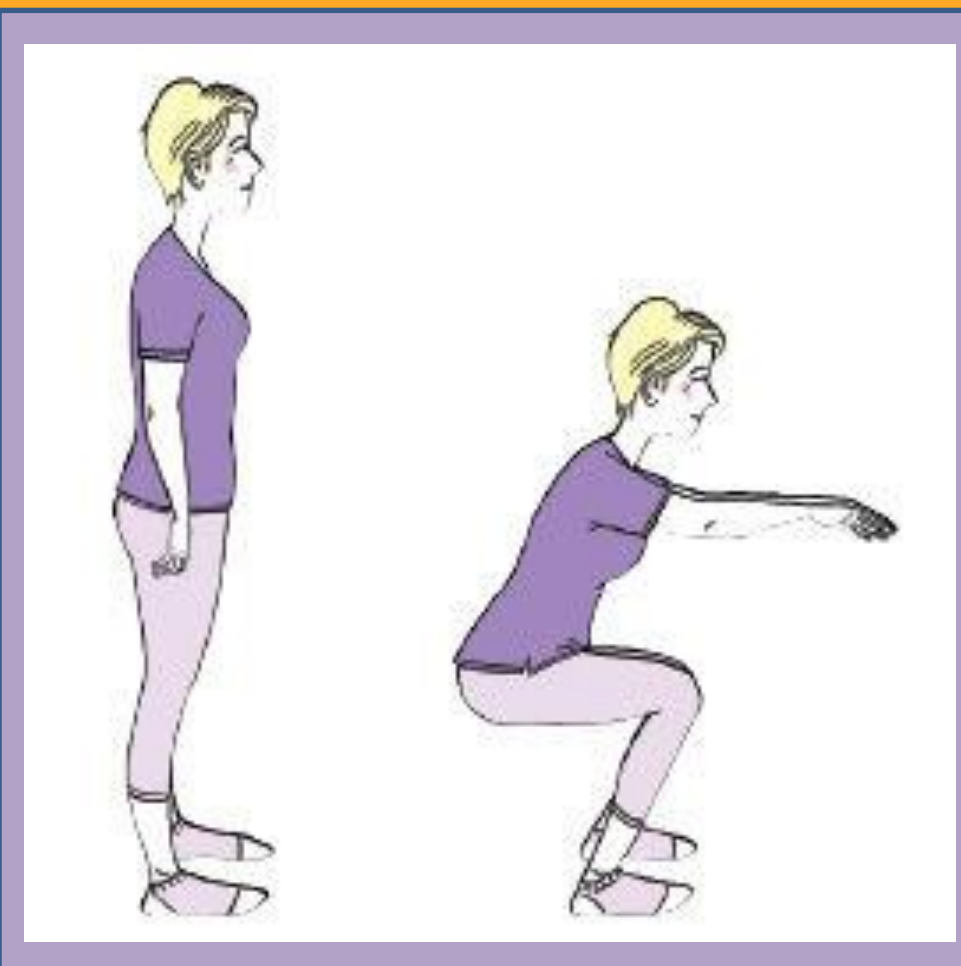
Promouvoir l'activité physique adaptée pour les résident(e)s, c'est :

- réduire leur risque de chute !
- maintenir leurs capacités fonctionnelles !
- améliorer leur moral !



Lutter **contre la sédentarité** et proposer de l'activité physique adaptée : **une stratégie globale !**

Une activité physique adaptée, **même modeste**, apporte des bénéfices multiples.



Réduire le risque de chutes par :

- Une action ciblée pour les résidents(e)s : des exercices de **travail d'équilibre** et de **renforcement musculaire** des membres inférieurs.
- Un travail d'équipe pour une **action pluriprofessionnelle** et **multidimensionnelle**.

Contactez votre EPS PA pour un soutien dans la prise en charge de ces patient(e)s.

Replay des webinaires sur

https://drive.google.com/drive/folders/17U8_sA84XbkBdKkP-NrwOQzeVfKf-Bvf?usp=drive_link

Flash conçu par le Pr ROLLAND, Dr VILLARS