

JOURNÉE NATIONALE de PRÉVENTION DES CHUTES et de PRÉSERVATION DE L'AUTONOMIE

POUR LES SENIORS ET LEURS AIDANTS
> ATELIERS, RENCONTRES ET INFOS



**JEUDI 24
SEPTEMBRE
2026**

10h30-12h et 13h30-16h



VAISON-LA-ROMAINE
Espace culturel Patrick Fabre,
salle de conférence



**06 45 76 58 10
04 90 36 16 29**



**ENTRÉE
LIBRE**



www.vaison-ventoux.fr



JOURNÉE NATIONALE de PRÉVENTION DES CHUTES et de PRÉSERVATION DE L'AUTONOMIE

À l'initiative du Pr Blain, chef de service Gériatrie au CHU de Montpellier, Référent National sur les " Chutes Personnes Âgées" et ses équipes, **le 24 septembre 2026** est une journée dédiée à la prévention des chutes et au maintien de l'autonomie.

Chaque année, 1 personne de 65 ans et plus sur 4 chute, avec des conséquences parfois lourdes sur la santé, l'autonomie et la qualité de vie. Pourtant, de nombreuses chutes peuvent être évitées grâce à des actions de prévention simples et efficaces.

Cette journée est ouverte à toutes les personnes souhaitant faire le point sur leurs risques de chute ou ceux d'un proche.

Sur notre territoire, l'hôpital de Vaison-la-Romaine, quelques professionnels de santé de la CPTS (Communauté Professionnelle Territoriale de Santé) de la Haute Ouvèze, la Communauté de communes Vaison Ventoux et le Point Infos Séniors avec l'aide de la mairie de Vaison-la-Romaine, s'associent pour organiser cette journée de sensibilisation et de prévention.

AU PROGRAMME :

En continu, de 10h30 à 12h et de 13h30 à 16h

- **Intervention/atelier « Pied, vieillissement et équilibre »**
par le Docteur Philippe Beau, gérontologue à l'hôpital de Vaison-la-Romaine.
- **Atelier "Relevé du sol"**
par Eva Pellequier, ergothérapeute de l'hôpital de Vaison-la-Romaine.
- **Atelier "Tester l'équilibre"**
par Johana Wiart, kinésithérapeute de l'hôpital de Vaison-la-Romaine.
- **Stand sur le "Bilan gériatrique - Quelle évaluation de la fragilité et quel parcours de soin ? "**
par Laurence Garric, infirmière gériatrique à l'hôpital de Vaison-la-Romaine.
- **DOCUMENTATION A DISPOSITION.**

**En continu,
de 13h30 à 16h**

- **Atelier "Ressentir le corps, mobilité et équilibre"**
par Julie Alligier, masseur-kinésithérapeute à Vaison-la-Romaine. Places limitées à 12 personnes simultanément. Inscriptions sur place.

☺☺ *Faites des pieds et des mains
pour limiter les chutes !* ☺☺