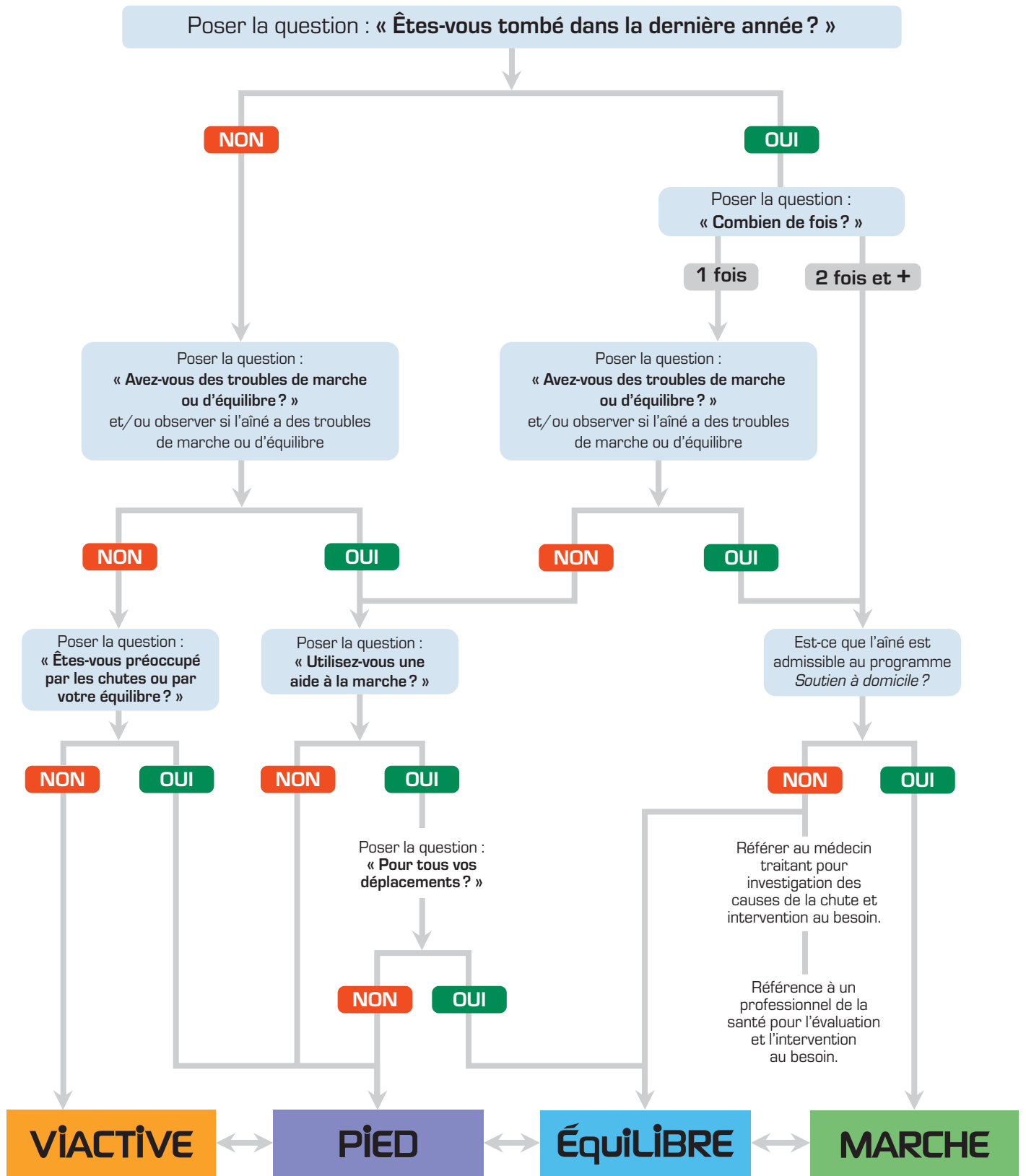


# Continuum de services en prévention des chutes pour les aînés Région de la Capitale-Nationale

Le bon programme pour la bonne personne!



# Continuum de services en prévention des chutes pour les aînés

## Région de la Capitale-Nationale

### Description des différents programmes

	Promotion	Prévention		Réadaptation
	Interventions en développement des communautés	Interventions multifactorielles non personnalisées		Interventions multifactorielles personnalisées
	VIACTIVE	PIED	ÉquILIBRE	MARCHE
<b>Clientèles</b> <i>Le risque est lié au nombre de chutes et à la mobilité (verso).</i>	Aînés de la population générale (sans risque)	Aînés présentant un risque minime	Aînés présentant un risque modéré	Aînés présentant un risque élevé et admissibles au programme <i>Soutien à domicile</i>
<b>Types d'intervention</b>	Activité physique générale	<ul style="list-style-type: none"> <li>Exercices spécifiques à l'équilibre, la marche et la force</li> <li>Sensibilisation à d'autres facteurs de risque</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Exercices spécifiques à l'équilibre, la marche et la force</li> <li>Sensibilisation à d'autres facteurs de risque</li> </ul>	Identification des facteurs de risque, évaluation et intervention
<b>Ratios</b>	1 animateur pour un groupe d'aînés (ratio variable)	1 intervenant pour 15 aînés	1 intervenant pour 5 aînés* * supervision individuelle pour les exercices d'équilibre	1 intervenant pour 1 aîné
<b>Responsables de l'intervention</b>	Bénévole ou professionnel	Éducateur physique, ergothérapeute, kinésiologue, physiothérapeute, thérapeute en réadaptation physique	Éducateur physique, ergothérapeute, kinésiologue, physiothérapeute, thérapeute en réadaptation physique	Ergothérapeute, médecin, nutritionniste, pharmacien, physiothérapeute
<b>Paramètres d'intervention</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Généralement 1 fois par semaine</li> <li>En continu (moins d'activités en période estivale)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>12 semaines</li> <li>Exercices supervisés : 2 x 1 h/sem.</li> <li>Programme maison : 1 X 30 min./sem.</li> <li>Sensibilisation : 1 x 30 min./sem. supervisée</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>12 semaines</li> <li>Exercices supervisés : 2 x 1 h/sem.</li> <li>Programme maison : 1 X 30 min./sem.</li> <li>Sensibilisation : 1 x 30 min./sem. supervisée</li> </ul>	Interventions personnalisées aux besoins et capacités de l'aîné
<b>Milieus principaux</b>	Clubs FADOQ, regroupements d'aînés, loisirs municipaux, résidences privées	Loisirs municipaux et organismes communautaires	Centres de jour et résidences privées	À domicile
<b>Instance régionale responsable</b>	Direction de santé publique Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de la Capitale-Nationale			
<b>Instances locales responsables</b>	<b>VIACTIVE et PIED</b> FADOQ-RQCA Pour plus d'information, contactez la coordination régionale : 418 948-1722 ou 1 800 828-3344  Visitez le site web : <a href="http://ciussscn.ca/fadoq-rqca/VIACTIVE">ciussscn.ca/fadoq-rqca/VIACTIVE</a>		<b>ÉquILIBRE et MARCHE</b> Pour plus d'information, contactez le guichet d'accès pour la région de la Capitale-Nationale : 418 651-3888  Services communautaires de langue anglaise Jeffery Hale : 418 684-5333, poste 11805	