

L'équipe d'éducation thérapeutique vous accompagne :

Pour de plus amples informations, contactez votre
ergothérapeute et/ou votre kinésithérapeute référent.



Hôpital Xavier-Arnozan
Avenue du Haut-Lévêque 33604 Pessac cedex

+ chu-bordeaux.fr

COM0904 © CHU de Bordeaux - Images : Freepik - Avril 2026



Autour de la chute...

Ateliers de prévention du risque de chute

Pôle gériatrie clinique
Service de SSR gériatrique
Unité de soins médicaux et de réadaptation gériatrique (SMR1)



ÉDUCATION
THÉRAPEUTIQUE

+ chu-bordeaux.fr

Pourquoi participer ?

→ Vous avez chuté ou vous êtes à risque de chute, ces ateliers vous permettront de mieux comprendre la chute et de trouver ensemble des solutions adaptées.

Combien de séances ?

→ Quatre séances collectives de discussion autour de la chute vous seront proposées dans le service de soins médicaux et de réadaptation (SMR 1), en salle de rééducation.

Comment cela se déroule ?

→ Chaque atelier se déroule pendant 45 minutes, sur une période d'environ 10 à 15 jours, durant votre durée d'hospitalisation, en groupe de 3 à 5 participants. Un sujet de réflexion différent est abordé à chaque séance.

Qui contacter pour participer ?

→ Vous pouvez en parler à un, une ergothérapeute ou à un, une kinésithérapeute.

Mémo : vos dates d'ateliers

	DATE
Atelier 1	
Atelier 2	
Atelier 3	
Atelier 4	

Les ateliers



Le ressenti autour de la chute

Nous échangerons sur votre expérience concernant les chutes.



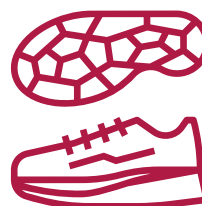
La chute : risques et prévention

Nous chercherons en groupe ce qui peut vous faire tomber et nous rechercherons des solutions ensemble.



Que faire si je tombe ?

Nous réfléchirons ensemble sur les attitudes à éviter et celles à privilégier en cas de chute. Nous verrons comment se relever du sol.



L'importance du chaussage

Nous aborderons ensemble les caractéristiques d'une chaussure pouvant limiter les risques de chute, où les trouver et les stratégies pour se chausser facilement.

Après ces ateliers, nous vous remettrons des documents récapitulatifs que vous pourrez partager avec vos proches.

Retrouvez les informations de l'atelier en scannant le QR code →

