



**GOVERNEMENT**

*Liberté  
Égalité  
Fraternité*

# QU'EST-CE QUI FAIT CHUTER LES PERSONNES ÂGÉES ?

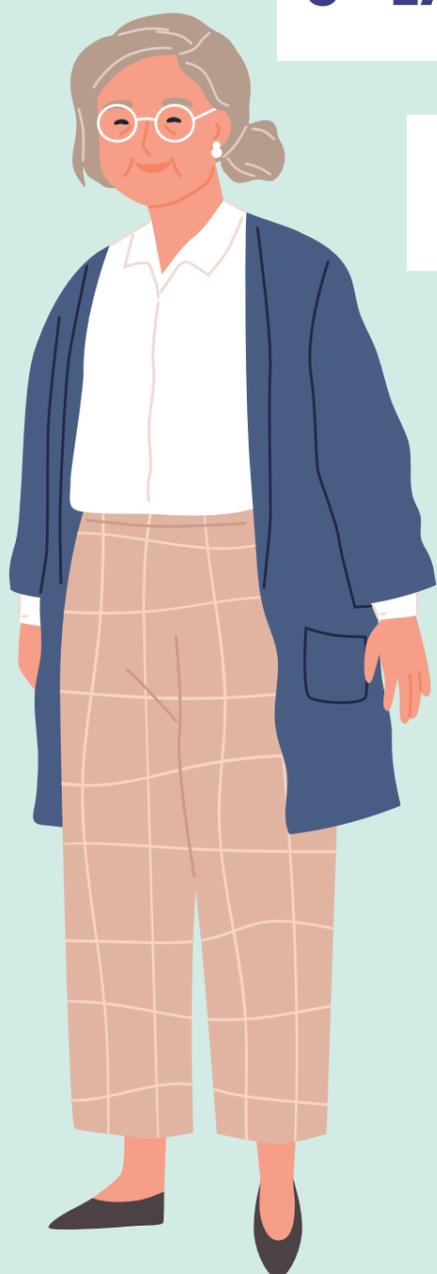
**1 - L'INACTIVITÉ PHYSIQUE**

**2 - LA PEUR DE LA CHUTE**

**3 - LA DÉNUTRITION**

**4 - LA BAISSÉ DE LA VUE ET DE L'AUDITION**

**5 - LES RISQUES DU LOGEMENT**



Chacun de ces 5 signes augmente le risque de chute chez les personnes âgées. Les connaître c'est déjà pouvoir agir pour les prévenir.

**PLAN ANTICHUTE DES PERSONNES ÂGÉES**

Mission plan antichute des personnes âgées  
Secrétariat général des ministères chargés des affaires sociales  
[chuteseniors@sg.social.gouv.fr](mailto:chuteseniors@sg.social.gouv.fr)



**GOVERNEMENT**

*Liberté  
Égalité  
Fraternité*

# QUI CHUTE À DOMICILE ?

2 profils-types de chuteurs représentent 80 % des chutes

**30 %**

**DES CHUTEURS SONT  
DES PERSONNES  
NON FRAGILES,  
AUTONOMES ET  
QUI CHUTENT SANS  
PRENDRE DE RISQUE  
PARTICULIER**

**50 %**

**DES CHUTEURS SONT  
DES PERSONNES  
FRAGILES,  
NÉCESSITANT DE  
L'AIDE ET CHUTANT  
À LA MAISON LORS  
D'UNE ACTION À  
FAIBLE INTENSITÉ**



Les chutes de personnes âgées évoquent régulièrement ces deux situations.  
Les repérer, c'est déjà pouvoir agir pour les prévenir.

**PLAN ANTICHUTE DES PERSONNES ÂGÉES**

Mission plan antichute des personnes âgées  
Secrétariat général des ministères chargés des affaires sociales  
[chuteseniors@sg.social.gouv.fr](mailto:chuteseniors@sg.social.gouv.fr)



**GOVERNEMENT**

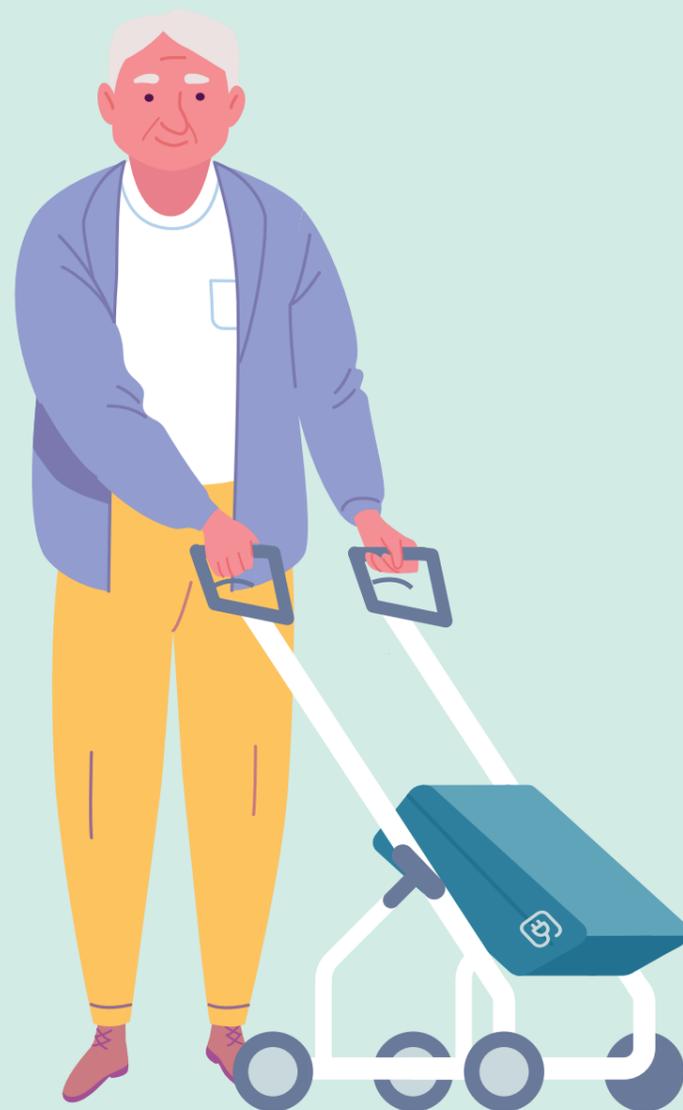
*Liberté  
Égalité  
Fraternité*

# QUELLES AIDES POUR MA MOBILITÉ ?

**DÉAMBULATEUR, ROLLATOR**  
POUR BOUGER DEDANS, DEHORS, ET  
CONTINUER À VIVRE SON QUOTIDIEN

**CHAUSSURES  
THÉRAPEUTIQUES**  
POUR ÊTRE STABLE, POUR CONTINUER  
À MARCHER

**CANNE**  
POUR SE DÉPLACER, SORTIR ET  
ACCOMPAGNER SES DÉPLACEMENTS



Ces aides à la mobilité doivent être adaptées  
à chaque situation individuelle et prescrites par un professionnel.  
Elles permettent de retrouver une mobilité mieux assurée  
et participent ainsi à réduire le risque de chute.

**PLAN ANTICHUTE DES PERSONNES ÂGÉES**

Mission plan antichute des personnes âgées  
Secrétariat général des ministères chargés des affaires sociales  
[chuteseniors@sg.social.gouv.fr](mailto:chuteseniors@sg.social.gouv.fr)



**GOUVERNEMENT**

*Liberté  
Égalité  
Fraternité*

# QUELS AMÉNAGEMENTS POUR MON LOGEMENT ?

## **MAINS COURANTES**

POUR LES COULOIRS, LES ESCALIERS

## **BARRES D'APPUI**

POUR LE LIT, LE FAUTEUIL, LE CANAPÉ,  
POUR FACILITER LES TRANSFERTS

## **CHEMINS LUMINEUX**

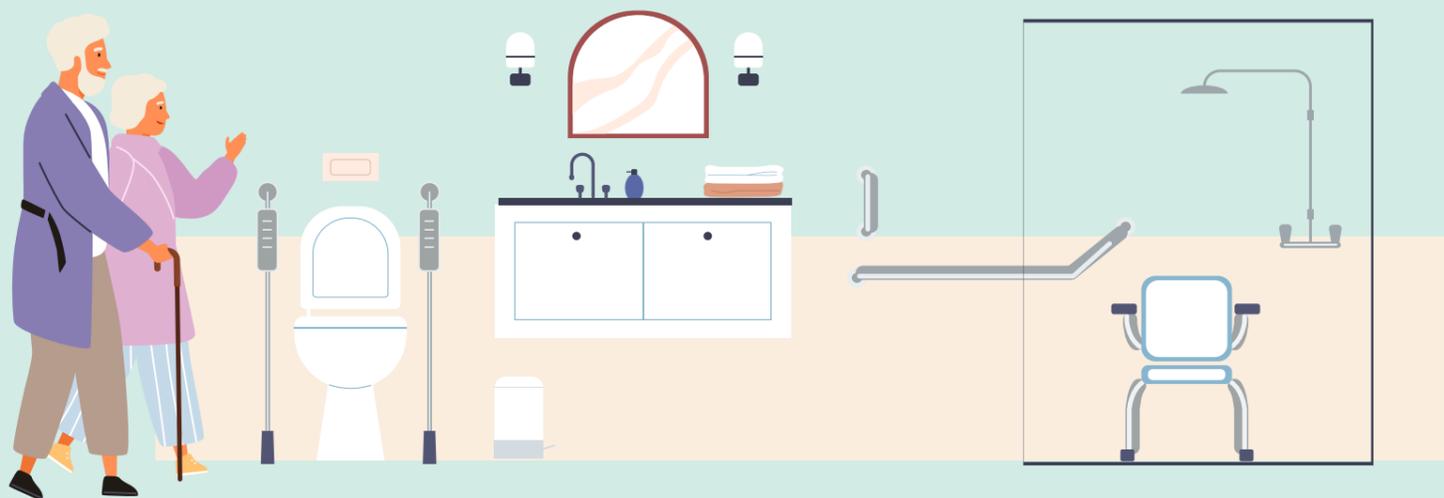
POUR SÉCURISER LES ESPACES  
SOMBRES

## **BANDES ANTIDÉRAPANTES**

POUR LA SALLE DE BAIN,  
LES ESCALIERS

## **PLANCHE DE BAIN**

POUR CONTINUER À UTILISER  
SA BAIGNOIRE EN SÉCURITÉ



Mettre en place ces aménagements simples, si besoin aidé par un professionnel,  
c'est réduire et prévenir le risque de chute.

**PLAN ANTICHUTE DES PERSONNES ÂGÉES**

Mission plan antichute des personnes âgées  
Secrétariat général des ministères chargés des affaires sociales  
[chuteseniors@sg.social.gouv.fr](mailto:chuteseniors@sg.social.gouv.fr)