

# Atelier

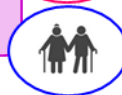
## Prévention des chutes

Tout le monde a connu une chute, ne serait-ce qu'en apprenant à marcher ! C'est un évènement anodin qui devient plus inquiétant avec l'âge.

Malgré les liens entre chute et baisse de l'autonomie : ce n'est pas une fin en soi. Il existe de nombreuses stratégies permettant de prévenir la (nouvelle) chute et vous permettre de profiter sereinement de vos activités quotidiennes.

Participer à cet atelier de prévention des chutes pensé, conçu et animé par une ergothérapeute, cela vous permettra de trouver des stratégies dans votre vie.

Gardez la forme et restez chez vous en toute sécurité !!!



Marie-Coline WIHLIDAL  
Ergothérapeute



Tél.: +41 77 529 60 02

Mail : [mc.wihlidal@evs-hin.ch](mailto:mc.wihlidal@evs-hin.ch)

Site: <https://www.ergotherapie-mcw.com>

Cet atelier se déroule dans le contexte d'un accompagnement en ergothérapie remboursé par l'assurance de base.

Une ordonnance sera demandée à votre médecin traitant couvrant l'intégralité de la démarche (après accord de votre assurance).

## Programme

Un 1<sup>er</sup> entretien individuel avec Marie Coline pour faire connaissance, présenter vos difficultés et définir les objectifs.

Ensuite, les séances hebdomadaires de groupe (5 personnes max.) se dérouleront durant 6 semaines.

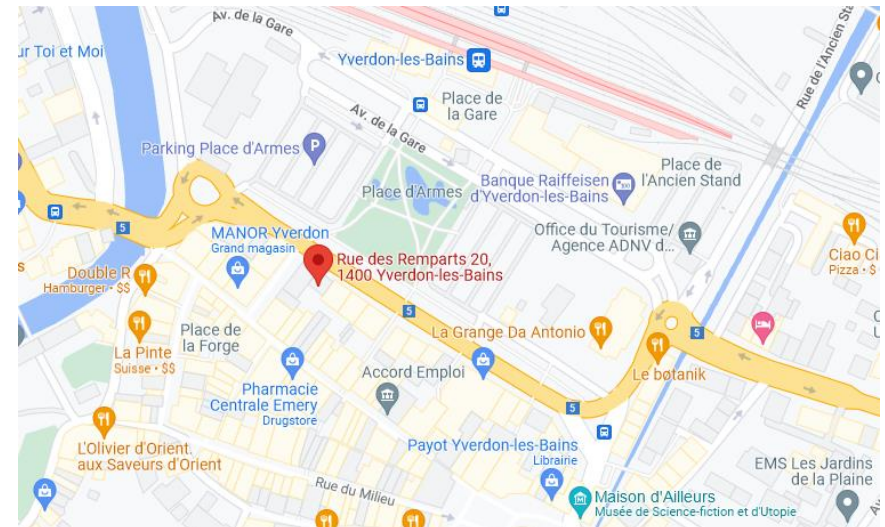
Enfin, une visite de votre domicile sera planifiée afin d'évaluer vos besoins en termes d'adaptation et de vous proposer des conseils personnalisés pour la prévention des chutes à domicile.

## Définition :

"L'ergothérapie place la capacité d'action de l'individu au cœur de ses préoccupations. Elle contribue à améliorer la santé et la qualité de vie.

Elle rend les gens capables de participer aux activités de la vie courante et à la vie sociale."

([www.ergotherapie.ch](http://www.ergotherapie.ch))



Rue des Remparts 20 (2<sup>ème</sup> entrée) - 1400 Yverdon-les-Bains