

## Qu'est ce que l'éducation thérapeutique ?

« L'éducation thérapeutique vise à faire acquérir au patient des compétences lui permettant d'assurer par lui-même tout ou partie de son traitement et de réaliser les changements personnels nécessaires pour concilier son projet de vie avec les exigences de la gestion de la maladie et du traitement. »

*Rémi Gagnaire, Professeur en Sciences de l'éducation*

### Historique en bref...

- Des consultations d'éducation depuis 15 ans
- Organisation en unité transversale et mobile depuis 2007
- 12 programmes autorisés par l'ARS depuis 2010

### Les objectifs de l'éducation thérapeutique

- Suivi individualisé
- Favoriser l'autonomie par l'acquisition d'un savoir, savoir-être, savoir faire
- Maintenir ou améliorer la qualité de vie
- Permettre au malade d'être acteur de sa santé
- Permettre l'adhésion au traitement
- Soutenir et accompagner le malade et son entourage dans son adaptation à la maladie
- Permettre l'expression de leur vécu
- Trouver ensemble des solutions personnelles et adaptées aux difficultés rencontrées

### Comment ?

Les consultations individuelles ou collectives sont proposées après une consultation médicale spécialisée pour patients ambulatoires ou après une hospitalisation, avec une prise en charge pluridisciplinaire à long terme.



**Centre Hospitalier de Lons-le-Saunier**

55, rue du Dr Jean Michel  
CS 50264 - 39016 - Lons-le-Saunier Cedex  
Tél. : 03 84 35 60 00  
Fax. : 03 84 35 60 70  
Site Web : [www.ch-lons.fr](http://www.ch-lons.fr)



## L'équipe d'éducation thérapeutique

**Dr TAHIR Fatima**  
Gériatre en SSR

Coordinatrice de l'éducation thérapeutique au SSR

**Melle GUERRE Coralie**  
Infirmière

**Mme MARCELLIN Nathalie**  
Kinésithérapeute

**Mme CROAIL Marie Christine**  
Diététicienne

**Mme BILQUEZ Nathalie**  
Ergothérapeute

**Mme BOISSON Claire**  
Educateur sportif

**Mme BERRY Marie-Anais**  
Psychologue clinicienne

**Mme PONCET Laurence**  
Aide-Soignante

**Mme GAVILLET Nathalie**  
Aide-Soignante



« PAR À CHUTE »

# Programme d'éducation pour la réduction des chutes

L'éducation thérapeutique



# Qu'est ce que le programme

## « PAR À CHUTE » ?

Il s'agit d'un programme éducatif personnalisé constitué de plusieurs modules adaptés aux besoins de chaque patients.

Ce programme est réalisé lors de l'hospitalisation au SSR .

### Patient cible

Patient hospitalisé au SSR suite à une chute ou patient à risque de chute.

### Lieu des séances d'éducation

Les séances d'éducation thérapeutique sont organisées dans les locaux du Centre Hospitalier de Lons-le-Saunier dans le bâtiment du Centre Moyen et Long Séjour (CMLS).

### Durée du programme

3 semaines au cours de l'hospitalisation en SSR

Un entretien infirmier individuel est réalisé au début et à la fin du programme.

## La chute en quelques chiffres

La chute est un risque au quotidien dont la fréquence et la gravité augmentent avec l'âge. Le risque de rechute est multiplié par 20 après une première chute et 10 à 15 % des chutes engendrent un traumatisme grave. La chute est un facteur d'hospitalisation (450 000 entrées aux urgences par an en France). C'est aussi un facteur d'institutionnalisation dans 40% des cas suite à une perte d'autonomie.

85 % des fractures périphériques chez les personnes âgées résultent d'une chute.

Avec 9000 décès par an, la chute est la principale cause de décès par accidents de la vie courante.

*La chute est un évènement multifactoriel  
Prévenir la récurrence = intervention multifactorielle*

### « BIEN MANGER POUR TENIR DEBOUT »

**Durée :** 45 minutes en séance collective  
(groupe de 6 personnes maximum)

**Animateur :** Diététicienne

**Compétence visée :** Connaître les principes d'une alimentation adaptée au sujet âgé

**Outils :** Remise de plaquette informative  
« Bien manger après 70 ans »  
et PowerPoint

### « VÉCU ET PARTAGE D'EXPÉRIENCE »

**Durée :** 1 heure en séance collective  
(groupe de 6 personnes maximum)

**Animateur :** Psychologue

**Compétence visée :** Reprendre confiance en moi dans les activités de la vie quotidienne

**Outils :** Séance collective basée sur la médiation avec le dispositif photo langage et si besoin entretiens psychologiques individuels

### « SÉCURISER L'ENVIRONNEMENT »

**Durée :** 45 minutes et 15 minutes de débriefing

**Animateur :** Ergothérapeute  
Infirmière

**Compétence visée :** Repérer les dangers de l'environnement  
Connaître les facteurs de risque de chute

**Outils :** Utilisation du jeu « mille et une bûche »  
en séance collective  
Visite à domicile avec l'ergothérapeute

### « ENTRETENIR SES CAPACITÉS PHYSIQUES »

### « QUE FAIRE EN CAS DE NOUVELLE CHUTE »

**Durée :** 45 minutes et 3 fois par semaine  
Ateliers équilibre et renforcement musculaire  
(groupe de 6 personnes maximum)  
Suivi individuel quotidien avec la kinésithérapeute et l'ergothérapeute

**Animateur :** Technicienne Activité Physique Adaptée  
Kinésithérapeute  
Ergothérapeute

**Compétence visée :**  
Pratiquer une activité physique régulière et adaptée  
Intégrer les aides techniques dans mes habitudes de vie  
Être capable de se relever seul(e) et d'alerter en cas de chute  
Travailler mon équilibre au quotidien

**Outils :** Fiche illustrative d'exercices

### « CONNAÎTRE SON TRAITEMENT »

**Durée :** 45 minutes en séance individuelle

**Animateur :** Médecin du SSR

**Compétence visée :** Connaître le rôle de mes médicaments et adapter un comportement sécuritaire vis-à-vis de la prise des médicaments

**Outils :** Échange avec le patient sur ses traitements

### « SOIN DU PIED ET CHAUSSAGE »

**Durée :** 30 minutes

**Animateur :** Aide soignante

**Compétence visée :** Avoir un chaussage adapté  
Identifier le risque de chute liés à un pied mal chaussé

**Outils :** Fiche récapitulative et synthétique sur le soin du pied et sur le chaussage adapté