

Une prévention très active

Autor(en): **Dana-Classen, Nicole**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Magazine aide et soins à domicile : revue spécialisée de l'Association suisse des services d'aide et de soins à domicile**

Band (Jahr): - **(2016)**

Heft 2

PDF erstellt am: **13.09.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-852753>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Une prévention très active

A Genève, imad veille à ce que les IEPA (Immeubles avec encadrement pour personnes âgées) puissent se développer dans la logique des prévisions démographiques. Ces structures doivent favoriser le maintien à domicile, et particulièrement dans le domaine de la prévention des chutes.

Les IEPA ont la cote! En plus des 1235 logements existant actuellement sur 20 sites différents et occupant près de 150 collaborateurs, plus d'une vingtaine de nouveaux projets sont en cours. Ce développement illustre une prise de conscience du contexte démographique qu'il s'agit parfois d'accompagner auprès des communes, en travaillant étroitement avec elles, explique Florence Moine, Directrice Habitat et Autonomie à imad. Soutien, solidarité, accompagnement social et administratif, sécurité à domicile (réponse 24h sur 24), animations, repas en salle à manger et préparation de repas festifs sont autant de prestations appréciées par les locataires des IEPA actuels. Mais en plus, ces lieux conviennent parfaitement pour atteindre un objectif qui apparaît ici très clairement: le travail de prévention.

La gym chez soi

Sur les deux prochaines années, à imad, un effort important sera déployé pour systématiser la prévention des chutes chez les aînés. Car on le sait bien: les chutes sont un problème de santé publique. Elles représentent le type d'accident le plus fréquent dans l'habitat. Chaque année, en Suisse, quelque 280 000 personnes subissent une chute. Près de 1400 d'entre elles, dont 96 % de personnes âgées, meurent des conséquences de celle-ci. La faiblesse musculaire mais aussi les déficits au niveau de l'équilibre et de la déambulation multiplient le risque de chute par 4,5, respectivement par 3, si bien qu'ils pointent en tête des facteurs de risque. Au vu du vieillissement de la population, un entraînement physique ciblé de la force et de l'équilibre est donc plus que jamais essentiel. Bouger au quotidien permet de ralentir la sénescence naturelle et de maintenir l'autonomie des personnes âgées.

Dans les IEPA (tous gérés par imad), des activités sont désormais organisées en collaboration avec Gym Senior Genève pour entretenir la mobilité, l'endurance et l'équilibre des participants. D'ici la fin de l'année 2016, les vingt immeubles du Canton proposeront tous un cours collectif labellisé. L'évaluation RAI permettra de vérifier que les alarmes chutes sont bien présentes. Et au courant du prin-

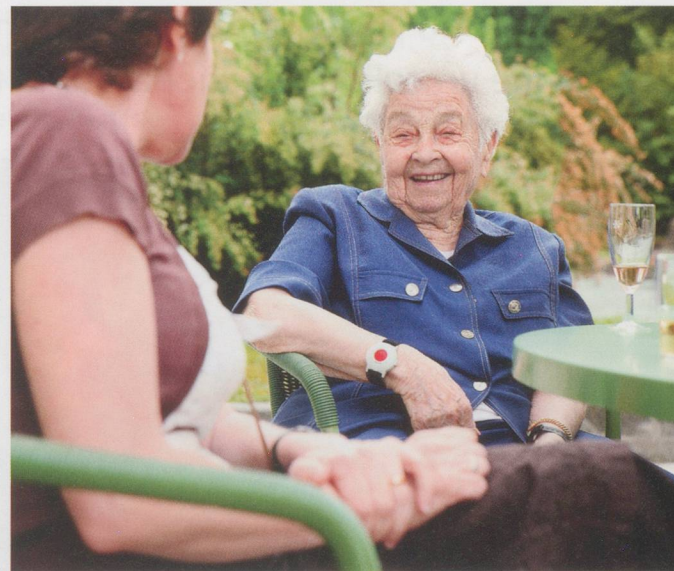


Photo: imad

temps, un pilote de cours de gym individuels sera également lancé, pour ceux qui ne souhaitent pas se socialiser, sont plus limités dans leurs déplacements, ni faire des exercices avec leur voisine de palier. Ce cours pilote, soutenu financièrement par l'Hospice Général, sera gratuit et se déroulera chaque semaine chez une petite dizaine de locataires, pendant deux ou trois mois. «Le but est de donner envie aux personnes de faire de l'exercice, de se remettre en mouvement, sans les culpabiliser. A travers le plaisir et le bien-être, ils trouveront eux-mêmes du sens à cette activité et en éprouveront les bénéfiques!» souligne Florence Moine. Selon cette dernière, si on veut faire évoluer les modèles et les structures pour les 50 prochaines années en tenant compte des changements de société et des besoins de la génération active d'aujourd'hui, les besoins d'équipements et de prestations doivent être pensés aujourd'hui. Les futurs locataires demanderont peut être à pouvoir bénéficier, par exemple, d'une salle de sport adaptée! Une vision anticipatrice? Oui: la santé passe par là.