



Ce kit vous intéresse ?

Pour en savoir plus et en bénéficier,
venez nous rencontrer à l'occasion
d'une réunion de présentation.

LES PRESTATIONS SONT ASSURÉES PAR NOS PARTENAIRES



Adaptia

VILLE DE



La solution complète
pour rester autonome
à domicile





**Vous avez plus de 65 ans
et vous vivez à domicile**

- ▶ Vous avez **déjà chuté**
ou vous craignez de chuter
- ▶ Vous souhaitez **renforcer
votre capital équilibre**
- ▶ Vous avez besoin
d'aide pour **améliorer
votre confort à domicile**

Grâce au soutien de la ville
et du concours financier de la
Conférence des Financeurs
pilotée par le département de
l'Essonne, bénéficiez d'un
dispositif innovant et gratuit*
vous permettant de réduire
votre risque de chute.

Ce kit gratuit* se compose de:

1 Un atelier Equibr'Age de 12 séances d'exercices physiques

animé par des
kinésithérapeutes
formés au dépistage
et à la prévention
des chutes et des
troubles de l'équilibre.

▶ Les séances se composent
d'échauffements articulaires
et musculaires, de stimulations
des différents organes
de l'équilibre (oreille interne,
œil, pied), d'évolutions au sol
et relevées et de parcours
d'équilibration à obstacles.

2 Les conseils d'un ergothérapeute

pour améliorer votre
confort au quotidien.

▶ Un professionnel se déplace
chez vous et vous conseille
des aménagements simples
et personnalisés ainsi que
des aides techniques adaptées
à vos besoins et à votre
environnement.

3 Un accompagnement personnalisé

pour faciliter la mise
en place des aides
techniques recommandées
par l'ergothérapeute.

▶ Essais à domicile
et fourniture de matériel.

* hors 5 euros pour l'assurance des ateliers Équilibr'Âge