



Si vous avez coché un ou plusieurs facteurs en **rose**, parlez-en à votre médecin pour qu'il puisse vous faire le bilan de votre état de santé et vous prescrire un traitement adapté (*kinésithérapie, traitement...*)

Si vous avez coché une ou plusieurs cases du tableau **bleu**, prenez conseil auprès de votre médecin, pharmacien, infirmier, kinésithérapeute et tentez de modifier vos habitudes de vie.

Si vos facteurs de risque de chute se situent dans le tableau **vert**, pensez à aménager votre espace de vie de manière plus adaptée

**N'hésitez pas à contacter vos professionnels de santé en cas de besoin ou pour plus d'informations**



Une CPTS ou Communauté Professionnelle Territoriale de Santé, est une organisation qui a pour vocation de réunir les professionnels de santé d'un territoire donné sur des projets communs.

Ainsi, ils mutualisent leurs équipements, savoirs, dans un but d'améliorer l'accompagnement des patients (*meilleur accès aux soins, prévention, télémédecine...*)

La CPTS Grand Amiens couvre le territoire de proximité d'Amiens métropole et agit au quotidien pour la santé de ses habitants.

---

**CPTS Grand Amiens**

12 Rue Frédéric Petit - 80000 AMIENS  
Site internet : [www.cpts-grand-amiens.fr](http://www.cpts-grand-amiens.fr)

*Ne pas jeter sur la voie publique*

## NE PRENEZ PAS LA CHUTE À LA LÉGÈRE !



**Vous avez plus de 65 ans ?**

ou

**Vous avez chuté au moins 1 fois dans l'année ?**

Remplissez ce questionnaire pour connaître vos facteurs de risques de chute ou les causes de vos chutes répétées. Nous pouvons vous aider à remplir le questionnaire !

*Demandez-nous !*

**Je me dépiste :**

**Nom :**

**Prénom :**

**Date :** / /

<b>Vos capacités physiques</b>	
<i>Cocher la case blanche si vous êtes concerné(e)</i>	
<b>Vous avez des vertiges</b>	
<b>Vous avez une perte de force</b>	
<b>Vous avez des douleurs dans les articulations</b>	
<b>Vous rencontrez des difficultés pour entendre</b>	
<b>Vous rencontrez des difficultés pour voir</b>	
<b>Vous avez une maladie qui vous affaiblit</b>	
<b>Vous prenez plus de 5 médicaments différents chaque jour</b>	
<b>Vous avez de l'ostéoporose</b>	
<b>Vous avez un manque de vitamines</b>	
<b>Vous avez une déformation au niveau des pieds</b>	

<b>Vos habitudes</b>	
<i>Cocher la case blanche si vous êtes concerné(e)</i>	
<b>Vous n'avez pas une alimentation équilibrée</b>	
<b>Vous ne buvez pas assez d'eau</b>	
<b>Vous consommez régulièrement de l'alcool</b>	
<b>Vous prenez des risques dans vos activités quotidiennes (Monter sur une chaise...)</b>	
<b>Vous avez peur de tomber</b>	
<b>Votre chaussage est inadapté (Talons, chaussures non fermées...)</b>	
<b>Vous n'utilisez pas d'aide à la marche (Cannes, déambulateur)</b>	
<b>Vous pratiquez très peu d'activité physique</b>	
<b>Vous faites des mouvements trop brusques et changez de position trop brutalement</b>	

<b>Votre environnement</b>	
<i>Cocher la case blanche si vous êtes concerné(e)</i>	
<b>Votre domicile n'est pas adapté (Escalier)</b>	
<b>Votre domicile manque de lumière</b>	
<b>Vous possédez des tapis</b>	
<b>Vous manquez de points d'appui (Rampes)</b>	
<b>Votre espace de vie est encombré, vous avez un animal de compagnie</b>	

**Cachet du professionnel de santé :**