

NAPA FALL PREVENTION *Coalition*



STOP FALLS *Napa Valley*

APOYANDO AL PROGRAMA PREVENCIÓN DE CAÍDAS PARA LAS PERSONAS DE LA TERCER EDAD DEL VALLE DE NAPA

Mary Allan, P.T. & Peggy LaRochelle, P.T.

Certified FallProof™ Instructors

Area Agency on Aging Serving Napa and Solano

Comfort Keepers

Family Drug

Napa City Firefighters Community Projects Team

Napa Valley Hospice & Adult Day Service

Kaiser Permanente

Latino Elder Coalition

Napa Long Term Care Ombudsman

Napa Valley Physical Therapy Center Piner's

Queen of the Valley Medical Center

St. Helena Hospital

Veteran's Home of California - Yountville

Napa County Health & Human Services

FINANCIAMIENTO

En el pasado y actualmente este programa ha recibido apoyo financiero de las siguientes organizaciones:

Archstone Foundation

The California Wellness Foundation

County of Napa

Napa Valley Community Foundation

(Donor Advised Fund)

Napa Valley Vintners-Auction Napa Valley

Peter A. and Vernice H. Gasser Foundation

Queen of the Valley Medical Center

Thomas J. Long Foundation

- Si usted corre riesgo de caerse o se ha caído...
- Si usted conoce alguien que esta en riesgo de caerse...
- Si a usted le gustaría aprender más sobre la prevención de caídas...
- Si a usted le gustaría ser voluntario, o unirse a la Coalición Preventiva de Caídas o recibir entrenamiento...

Favor de comunicarse a StopFalls Napa Valley.



707.255.5328

O visite nuestra pagina web a
www.StopFallsNapaValley.org



Prevenga Caídas. Manténgase Independiente.

*La donaciones son bien venidas
y pueden ser deducibles.*



PASOS PRECAVIDOS PARA LA PREVENCIÓN DE CAÍDAS

707.255.5328

www.StopFallsNapaValley.org

*Un programa de Area Agency on Aging
sirviendo a los Condados de Napa y Solano*

STOP FALLS Napa Valley



COMO PUEDE AYUDAR USTED

Cinco cosas que usted puede hacer para prevenir caídas...

- Mejore su balance con ejercicio y entrenamiento para fortalecerse
- Hágase chequeos de la vista y de los oídos con regularidad
- Pida que su doctor revise todos los medicamentos que usted toma
- Revise su hogar para prevención de caídas
- Pregúntele a su doctor si usted esta en riesgo de caerse

PROPOSITO

- Prevenir las caídas entre los adultos mayores
- Apoyar a los adultos mayores a mantenerse fuertes e independientes mejorando su calidad de vida

NOSOTROS CREEMOS QUE LAS CAIDAS PUEDEN SER PREVENIDAS

La mayor parte de las caídas son causadas por...

- Factores del medio ambiente
- Problemas de balance y dificultades al caminar
- Problemas médicos

Programas de evaluación e intervención pueden prevenir caídas y lesiones.

INVOLUCRE A LA COMUNIDAD

- Promueva estilos de vida saludable Incluyendo acceso a actividades físicas para todas las edades y habilidades
- Mejore la seguridad de la comunidad y la seguridad para caminar
- Implementar pólizas institucionales para el asesoramiento de caídas
- Crear ambientes seguros para el hogar y la comunidad
- Proveer apoyo después de las caídas

LO QUE NOSOTROS HACEMOS

Educamos a la comunidad sobre la prevención de caídas a través de...

- Los medios de comunicación
- Eventos en la comunidad
- Materiales sobre la prevención de caídas
- Educación y evaluación a la comunidad

Promovemos actividades físicas para mejorar el balance y la movilidad a través de...

- Recursos y referidos
- Eventos comunitarios que promueven la actividad física
- Nuevos programas para personas mayores, frágiles y aislados

Conducimos evaluaciones del riesgo de caídas y estamos al tanto de los adultos mayores

- Trabajamos con los hospitales, proveedores, o personas que responden primero para Identificar a los adultos mayores que han sufrido caídas o están en riesgo
- Desarrollamos planes para reducir los riesgos, hacemos referencias y evaluaciones rutinarias

Proveemos evaluación de la seguridad en su hogar y mejoramos el acceso con modificaciones económicas

- Conducimos asesoramiento de seguridad en su hogar
- Referimos a servicios y productos de modificación

Ofrecemos entrenamiento para organizaciones, e instituciones

- Entrenamiento para entrenadores
- Las mejores practicas para prevenir caídas

Somos partidarios para mejores cambios

- Pólizas publicas e institucionales
- Acceso a transportación
- Coordinación entre proveedores