

Bulletin d'information

Janvier 2017 - N° 22



ACTUALITES

JOURNEES INNOVATION EN SANTE

27, 28 et 29 janvier 2017 | Cité des sciences et de l'industrie

« Dans le cadre de la 2ème édition de la Journée nationale de l'innovation en santé, organisée par le ministère des Affaires sociales et de la santé et Universcience, venez découvrir les derniers progrès scientifiques et technologiques dans le domaine de la santé »

<http://www.cite-sciences.fr/fr/au-programme/lieux-ressources/cite-de-la-sante/au-programme/cycle-idees-sante/journee-nationale-de-linnovation-en-sante-2017/>

CONFERENCE : « L'AVC : QU'EST-CE QUE C'EST ? »

27 février 2017 | Résidence « La Girandière » - 72000 Le Mans

Début à 15h. Entrée gratuite. Réservation de votre place au **02 43 74 36 40**

ASSISES NATIONALES DU VIEILLISSEMENT

7 et 8 mars 2017 | Marseille

Journées qui s'organisent autour de 2 séances plénières et de 15 ateliers thématiques. Programme des journées : <http://www.silvereco.fr/wp-content/uploads/2017/01/Programme-Assises-nationales-du-vieillissement.pdf>

5EME CONGRES FRANCOPHONE « FRAGILITE ET PREVENTION DE LA DEPENDANCE DU SUJET AGE »

16 et 17 mars 2017 | Paris

Le 5ème Congrès Francophone a pour thématique : « Fragilité du sujet âgé et prévention de la perte d'autonomie ». Programme détaillé : <http://www.silvereco.fr/wp-content/uploads/2016/11/programme.pdf>

RENCONTRES KAP OUEST

30 et 31 mars 2017 | Roscoff

Au programme : partage d'expériences sur les groupes en rééducation et approfondissement des connaissances sur la prise en charge des troubles neuro-visuels.

Programme détaillé : http://www.kapouest.fr/doc/2017/kapouest_prog2017.pdf



Dans ce numéro

ACTUALITES

- ▶ A vos agendas
- ▶ Déménagement CICAT

ARTICLES

- ▶ Repose-bras JUMBOREST
- ▶ Fiches tactiles du CRETH
- ▶ Choisir ses vacances adaptées
- ▶ Entraînement cérébral

CONSEILS POUR BIEN VIVRE CHEZ SOI

La salle de bain

ZOOM PRODUITS

Trottinettes électriques pour enfant

Retrouvez l'ensemble des numéros parus sur notre site Internet :

www.cicat-pdl.fr

DEMENAGEMENT DU CICAT



Pour débiter cette nouvelle année, le CICAT se fait une « peau neuve » :



De **nouveaux locaux** « visibles » et accessibles (*) dans le centre-ville du Mans au 1 rue des Maillets.
Ligne T2 en TRAM, arrêt « Croix de Pierre »



De **nouvelles coordonnées** : Tél : 02.44.02.40.00 / Mail : contact@cicat-pdl.fr

De **nouvelles missions** ! En complément de ses services habituels,

- les ergothérapeutes pourront désormais se rendre gratuitement au domicile des personnes de plus de 60 ans afin d'évaluer au mieux leurs besoins et leur faire bénéficier d'un apprentissage des aides techniques préconisées en situation réelle ;
- des démonstrations et essais d'aides techniques seront également possibles sur place ;
- Un lien privilégié sera mis en place avec le service APA du Département ;

Une équipe étoffée par le **recrutement d'une ergothérapeute** à temps plein d'ici peu, ce qui nous permettra, entre autre, d'ouvrir tous les jours de la semaine (actuellement fermé le mercredi).





REPOSE-BRAS JUMBOREST

Le repose-bras Universel « **JUMBOREST** », conçu et fabriqué en France, est un produit ergonomique développé en partenariat avec des ergothérapeutes et des ergonomes de la région toulousaine. JUMBOREST est souvent mis en place en adaptation de poste informatique ou en correction de posture aux tables de repas (y compris table ronde) ou tables d'activités et de rééducation dans les structures spécialisées polyhandicap / déficients moteurs / centres de rééducation.

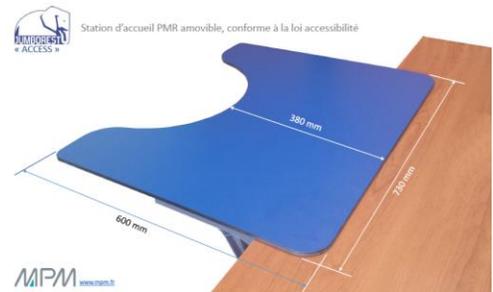
Les usages du JUMBOREST sont divers et variés car il concerne tous types d'activités sur table ou bureau, pour tous les âges (rééducation membre supérieur, repas, école, ergonomie bureautique,...) :

- ✓ avec deux JUMBOREST, réalisation d'une table à encoche ou tablette échancrée en utilisant une table ordinaire !
- ✓ JUMBOREST est aussi fort utile en correction de posture lors de la prise de repas sur table ordinaire ou sur adaptable.

REPOSE BRAS UNIVERSEL Correction de posture pour tous types de tables



Il existe aussi sur le même principe d'arc boutement / système autoportant, un plateau échancré spécial PMR pour adaptation de bureau et table ordinaire : le JUMBOREST « ACCESS ».



TARIFS :

Le tarif public conseillé pour ce produit est fixé à 69,90€ TTC la pièce.

Un achat en circuit court est possible en direct chez MPM pour l'achat d'un carton de 10 JUMBOREST au tarif unitaire de 499,20€ TTC le carton de 10 tablettes, frais de port inclus.

DISTRIBUTEURS SUR INTERNET :

TOUS ERGO : <http://www.tousergo.com/systeme-de-positionnement/3577-repose-bras-universel-jumborest.html>

SYSTERGO : <http://www.systergo.fr/index.php?p=113#jumborest>

IDENTITES : <http://www.identites-vpc.com/repose-bras-universel-jumborest.asp>

VIDEO DE PRESENTATION DU JUMBOREST : <http://www.mpm.fr/produit.php?id=221>

Sur demande, un prêt de JUMBOREST est possible pour test dans votre structure sur une période de 3 semaines.



Tél : 05 61 56 66 54
Mobile : 06 79 97 70 38
Fax : 05 61 56 66 51

10 boulevard de Joffrey CS 70208 - 31605 Muret Cedex France

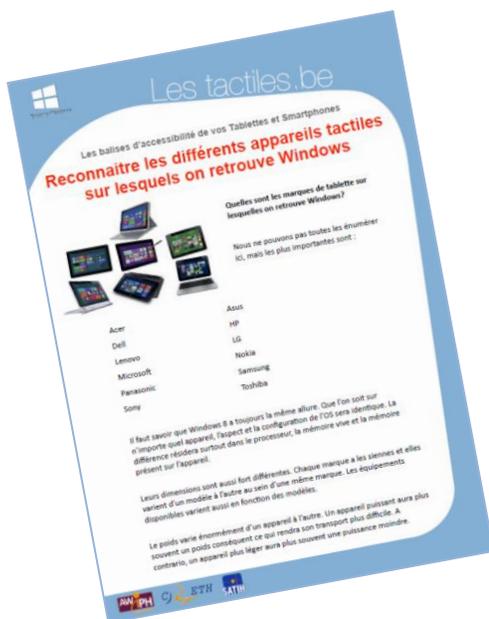
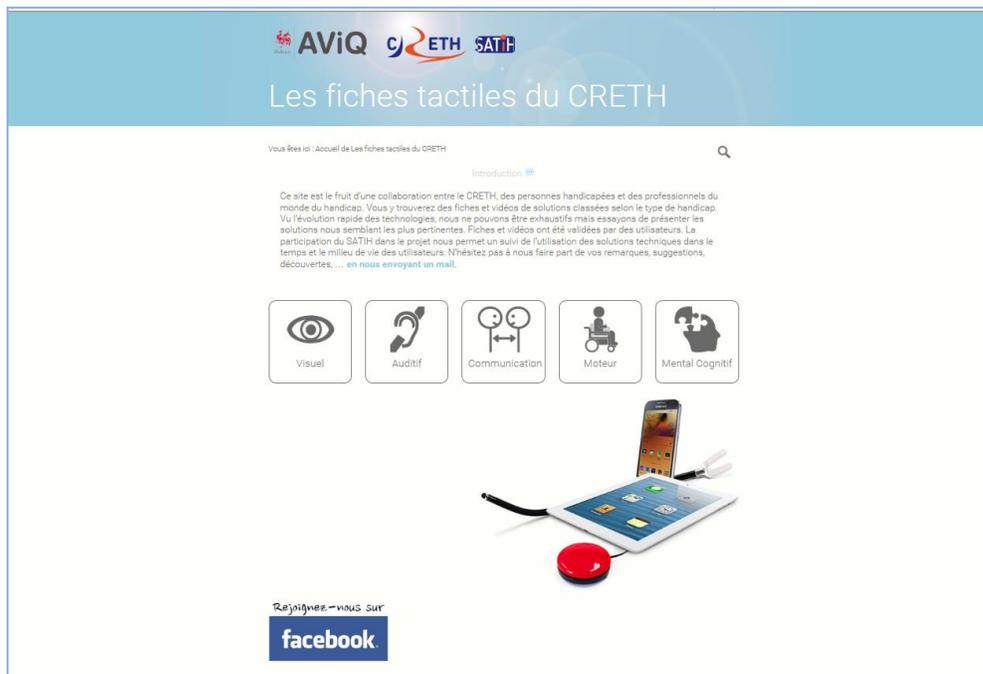
www.mpm.fr

FICHES TACTILES DU CRETH

www.lestactiles.be

Ce site (belge) est le fruit d'une collaboration entre le CRETH (Centre ressources et d'évaluation des technologies pour les personnes handicapées), des personnes handicapées et des professionnels du monde du handicap. On y trouve des fiches et vidéos de solutions classées selon le type de handicap (visuel, auditif, communication, moteur, mental cognitif). Ces fiches et vidéos ont été validées par des utilisateurs.

Les Tactiles met en évidence les solutions offertes par les technologies tactiles grand public afin de répondre aux besoins des personnes porteuses de handicap.



CHOISIR SES VACANCES ADAPTEES

LE LABEL TOURISME ET HANDICAP



« Le logo Tourisme et Handicap a pour objectif d'apporter une information fiable, descriptive et objective de l'accessibilité des sites et équipements touristiques en tenant compte de tous les types de handicaps et de développer une offre touristique adaptée et intégrée à l'offre généraliste ». Vous retrouvez la liste des sites labellisés sur le site Internet : www.tourisme-handicaps.org/les-labels/les-sites-labellises

LES GUIDES

Le **Guide accessible** propose un annuaire des sites de vacances pour les personnes en situation de handicap : www.guide-accessible.com

Les premiers **Guides de la Collection Libre Accès** (Bretagne Nord, Bretagne Sud, Côte d'Azur et Provence) proposent quelque 125 adresses accessibles. Musées, lieux culturels, hébergements (hôtels, gîtes, campings), restaurants, bars et lieux de loisirs y sont passés en revue avec, chaque fois, un degré d'accessibilité partiel ou total indiqué. S'y ajoutent de nombreuses informations sur les moyens de transport, des plans, ou encore des renseignements d'ordre historique et culinaire sur chaque région. <http://recherche.fnac.com/c135442/Libre-Acces>



Le **Guide de vos vacances accessibles de l'APF Asso** s'organise autour de plusieurs rubriques : la carte des vacances, les aides, les transports, les réseaux d'hébergement... www.vacances-accessibles.apf.asso.fr/archive/2011/10/17/les-aides-techniques.html



LES LOISIRS ACCESSIBLES

L'association **Handiplage** agit pour développer et favoriser l'intégration des personnes à mobilité réduite à travers les loisirs et la plage. Une carte des plages accessibles est consultable sur le site : www.handiplage.fr

L'association www.escapadelibertemobilite.org est spécialisée dans l'accessibilité en pleine nature.

LES SITES INTERNET DE VACANCES ADAPTEES (LISTE NON EXHAUSTIVE PAR ORDRE ALPHABETIQUE)

Access Tourisme service (www.access-tourisme.com). Séjours accessibles aux personnes à mobilité réduite (aide et accompagnement), en France et à l'étranger, en groupe ou en individuel.

Adaptours (www.adaptours.fr) « est un Tour Operator qui conçoit, organise et distribue des voyages adaptés aux Personnes à Mobilité Réduite. Nous proposons des séjours individuels sur mesure, pas de dates ni programmes fixes, tout est "à la carte". Tous les hébergements et prestations que nous proposons ont été visités et validés par nos soins, tant au niveau de l'accessibilité matérielle que de la sensibilité du personnel face aux situations de handicap ».

APF Evasion (www.apf-evasion.org). « Une palette de séjours large et colorée, pour tous les goûts : mer, montagne, campagne, ville... pour toutes les autonomies... En France ou à l'étranger, en séjour adapté ou inclusif, chacun trouvera un séjour qui lui ressemble ! »

Comptoir des voyages (www.comptoir.fr/voyage/handicapes-24_r.aspx). « Comptoir des Voyages s'est engagé à vous ouvrir ses destinations en rendant ses produits accessibles ou adaptables, que ce soient en termes de transport, d'hébergement et de service à la carte ».



Croisières handy (<http://croisieres.handy.free.fr>). « Le tourisme fluvial accessible aux personnes handicapées sur le Canal du Midi... Les bateaux de l'association Croisières Handy sont aménagés selon les normes des personnes handicapées. Leur équipement offre une totale autonomie pour une croisière fluviale en famille ou entre amis ».

Hanima – Séjours insolites (www.hanima.fr). Séjours individuels en France ou à l'étranger. Hébergements labélisés « Tourisme et Handicap », transports adaptés, activités de loisirs sportifs (fauteuil tout-terrain, parapente, uni-ski, fauteuil-ski,...), avec prise en charge, au quotidien.

Réseau Passerelles (www.reseau-passerelles.org). Il s'agit de proposer aux familles une solution d'accueil ou de prise en charge de leur enfant handicapé ou de l'ensemble de la fratrie, à proximité de leur lieu de vacances (en France), afin de leur permettre de vivre des temps de vacances plus sereins...

Roulotte et nature (www.vacancesadaptees.org). « Roulottes et Nature propose et organise des séjours de vacances pendant les mois d'été et au moment de Noël, en France et à l'étranger, à destination de personnes majeures en situation de handicap (déficience intellectuelle et/ou troubles du psychisme) ».

Union Française des Centres de Vacances et de Loisirs (UFCV) (www.ufcv.fr/Vacances/VacancesetHandicap.aspx). Séjours de vacances adaptées pour enfants et adultes en situation de handicap mental. « Attachée au droit aux vacances pour tous, l'UFCV organise depuis plus de 30 ans des vacances et loisirs adaptés pour les enfants et les adultes en situation de handicap ».

Vac'Hands (www.vachands.com) organise des séjours de vacances adaptées, en France et à l'étranger, pour adultes déficients intellectuels.



Bonnes vacances !

ENTRAINEMENT CEREBRAL

Avec le développement des nouvelles technologies, notamment de l'informatique et de la téléphonie, on peut aujourd'hui faire travailler ses neurones grâce à des applications ou logiciels d'entraînement cérébral ! Cet article vous présente quelques-unes de ces solutions... Pour obtenir un document plus complet, contactez-nous !

DYNSEO, DES JEUX DE MEMOIRE SUR TABLETTE

Application disponible sur App Store et Google play

Dynseo a développé une plateforme de services et d'applications sur tablette pour prévenir les troubles cognitifs et maintenir le lien social intergénérationnel. Les exercices permettent de travailler la mémoire mais aussi la concentration, la logique... Ils sont adaptés à une utilisation personnelle ou institutionnelle et s'adresse à un large public.



« Nos tablettes sont un support pour les animations & ateliers mémoire en EHPAD, que ce soit en atelier collectif, individuel ou encore en unité protégée ».

TV NEURONES 1-2-3-4

Logiciel sur PC

Une collection de 48 jeux de stimulation cognitive avec 3 niveaux de difficulté par jeu d'environ 30 items. Chacun des jeux vise un objectif cognitif : MÉMOIRE, ATTENTION, VISUO-SPATIAL, LANGAGE... Tous les jeux ont été conçus par et pour des spécialistes de la stimulation et de la rééducation cognitive (neurologue, orthophonistes). Les niveaux de jeu permettent de s'adapter aux différents âges et/ou aux degrés de pathologie, et de progresser d'un niveau à l'autre.

LES APPLICATIONS « GRAND PUBLIC », quelques exemples...

①



LUMINOSITY GRATUIT
★★★★★

Pour commencer, Luminosity vous sollicitera pour choisir les points que vous souhaitez améliorer (perte d'objets, se rappeler des noms des personnes, effectuer plusieurs tâches à la fois...). Après vous avoir demandé une inscription (via adresse mail ou compte Facebook), Luminosity vous proposera d'améliorer votre mémoire en fonction des critères choisis précédemment.



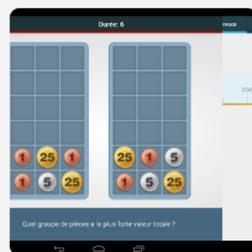
[Télécharger](#) [En savoir plus](#)

②



FIT BRAINS TRAINER GRATUIT
★★★★★

Prendre soin de son corps, c'est bien, prendre aussi soin de sa tête, c'est encore mieux. Afin de rester en forme du côté du cerveau, FitBrain nous propose différentes séries d'exercices, qu'ils soient de concentration, de déduction, de visualisation ou de mémoire. Les exercices sont gratuits, mais il faudra s'abonner pour avoir accès à l'analyse de nos performances.



[Télécharger](#) [En savoir plus](#)

http://www.logitheque.com/articles/top_5_des_applications_d_entrainement_cerebral_918.htm

<http://www.android-mt.com/news/travailler-sa-memoire-android-26716>

<http://www.webcairn.com/7-meilleures-applications-dentrainement-cerebral/>

<http://www.ipadzapp.net/top-5-des-applis-ipad-pour-lentrainement-cerebral/>

CONSEILS POUR BIEN VIVRE CHEZ SOI : LA SALLE DE BAIN



CONSEILS IMPORTANTS POUR LES LIEUX INTIMES (SALLE DE BAIN ET W-C)

- Serrure ouvrable de l'extérieur en cas d'urgence (sinon, ne pas s'enfermer)
- Si l'espace est restreint, porte ouvrant vers l'extérieur



LE LAVABO

- Prendre son temps
- Placer une chaise ou un petit banc pour faire la toilette au lavabo ou s'habiller assis
- Aménager des espaces de rangement autour du lavabo

L'UTILISATION DE L'EAU

- Préférer le mitigeur thermostatique : + facile à utiliser
- Attention aux éclaboussures sur le sol : risque de glissade !

BAIGNOIRE OU DOUCHE ?

Enjamber la baignoire présente un danger. Vous pouvez utiliser une **planche de bain**, un **siège de bain pivotant** ou un **banc** pour sécuriser les transferts, et y adjoindre des **barres d'appui**.

S'asseoir au fond de la baignoire tout comme se relever peut être délicat. Si vous souhaitez tout de même être immergé, il existe des **sièges suspendus** permettant de s'asseoir à une hauteur intermédiaire.

Pensez enfin aux tapis antidérapants ou aux pastilles autocollantes, positionnés au fond de la baignoire.

Dans la douche, les conseils sont les mêmes pour limiter le risque de chutes dues aux glissades ou au fait de se pencher. Toutefois, les transferts sont moins dangereux lorsqu'il s'agit d'une douche de plain-pied ou douche à l'italienne. Sachez qu'il existe des solutions pour transformer sa baignoire en douche sans gros travaux !



TROTINETTES ELECTRIQUES POUR ENFANT AVEC SELLE

Désignation	Photo	Usage	Description	Prix indicatif
TROTINETTE ELECTRIQUE KID120W www.trottinette.org		Recommandé pour les enfants de 8 à 14 ans	La vitesse max est de 12 km/h. Différents coloris possible. Livrée avec selle possibilité de rajouter le KIT HANDY AID pour avoir 3 roues (+99€) http://www.trottinette.org/trottinette+electrique+kid120w	250€
Trottinette électrique 120W Mini runner jaune www.lestendances.fr		?	Le temps de charge d'une batterie est d'environ 4 à 6 heures pour une autonomie allant jusqu'à 15Km dans des conditions normales d'utilisation. Ce modèle peut-atteindre une vitesse maximale de 10 à 15Km/h. Elle pèse à vide 10Kg et peut supporter une charge maximum de 60Kg. https://www.lestendances.fr/jeux-sport/jeux-de-plein-air/trottinette-electrique-gyropode/27309/trottinette-electrique-120w-mini-runner-jaune.html	118.95€
Moto Electrique pour enfant www.roulezfacile.com		A partir de 8 ans	http://roulezfacile.com/en/trottinettes/441-trottinette-moto-electrique-pour-enfant.html	390€

Désignation	Photo	Usage	Description	Prix indicatif
<p>Trottinette Electrique pour enfant</p> <p>www.roulezfacile.com</p>		<p>Conseillé pour les enfants à partir de 5 ans.</p>	<p>La Trottinette Enfant Électrique 180 Watts est pliable. Le chargeur est fourni avec la trottinette.</p> <p>http://roulezfacile.com/fr/trottinette/438-trottinette-electrique-pour-enfant.html</p>	<p>250 €</p>
<p>PowerRider 360</p> <p>www.razor.com</p>		<p>Pour les enfants de 8ans et plus</p>	<p>Maximum: Poids : 55kg</p> <p>https://www.razor.com/fr/products/vehicules-ride-ons/powerrider-360/</p>	<p>210€</p>
<p>Razor E300S</p> <p>www.razor.com</p>		<p>Enfant plus de 13 ans</p>	<p>Avec un cadre, un plateau et des pneus plus larges pour les adolescents ou les adultes, la E300S est aussi confortable que rapide. La puissance électrique avec un moteur entraîné par chaîne vous permettra de rouler jusqu'à 24 km/h</p> <p>https://www.razor.com/fr/products/patinettes-electriques/e300s/</p>	<p>380€</p>