

Bulletin d'information

Juillet 2017 - N° 24



ACTUALITES

LE FAUTEUIL ROULANT FRANÇAIS

Cette société propose l'ELAN, fauteuil roulant manuel actif de ville, entièrement étudié et fabriqué en France. Personnalisable (couleurs châssis, tissu et finitions) : le site internet dispose d'un configurateur en ligne. Contact : 06 32 98 46 31.

www.le-fauteuil-roulant-francais.fr

ASSOCIATION COVER

COVER (Collectif autour du Vêtement Ergonomique) identifie les vêtements relevant de ce que l'association nomme « le bien à porter », (label attribué aux vêtements de la grande distribution répondant aux besoins des personnes handicapées). Ces vêtements sont testés par l'association Cover Dressing qui « fait le tri », relaie les bons plans et astuces, donne de bonnes adresses, etc.

www.coverdressing.com/categorie/shopping/bien-a-porter

www.youtube.com/watch?v=d8xR1HJjp4

HANDIVALISE

Ce site met en relation des personnes valides (les accompagnateurs) et en situation de handicap (les accompagnés) afin de partager des trajets. La personne accompagnée défraie l'accompagnateur en participant aux frais, ou en lui faisant profiter d'une réduction sur billet accompagnateur ou en lui payant une partie de son billet ou titre de transport. Le site Handivalise prend une commission (offerte pour le lancement !)

www.handivalise.fr

MY HUMAN KIT

« My Human Kit est une association visant à développer la santé pour tous à travers l'invention, le partage et la fabrication d'aides techniques aux handicaps réalisables pour et avec les personnes concernées ». L'objectif est de rendre les personnes actrices de leur projet pour leur montrer que leur motivation est source de création et d'inclusion. Un exemple de projet mené : Troti-e – électrifier son fauteuil roulant avec une trottinette.

<http://myhumankit.org>



Dans ce numéro

ACTUALITES.....p.1-2

- ▶ Le Fauteuil roulant français
- ▶ Association COVER
- ▶ Handivalise
- ▶ My Human Kit
- ▶ Concours Fab Life 2017

ARTICLES.....p.3-9

- ▶ Téléphones fixes pour malvoyants
- ▶ Des cannes révolutionnaires
- ▶ Matériels et activités de loisirs de plein air
- ▶ Le « paracanoë »

CONSEILS POUR BIEN VIVRE CHEZ SOI
LA CHAMBREp.10

ZOOM PRODUITS
LES BIJOUX MEDICAUX.....p.11

Retrouvez l'ensemble des numéros
parus sur notre site Internet :
www.cicat-pdl.fr

CONCOURS FABLIFE 2017

Le Concours Fab Life (ex. Concours des Papas Bricoleurs, Mamans Astucieuses et Cie) est organisé depuis 20 ans par Handicap International et son partenaire Leroy Merlin. Il récompense des inventions et innovations visant à faciliter le quotidien des personnes à besoins particuliers. En 2017, le concours fête ses 20 ans d'existence.

COMMENT PARTICIPER ?

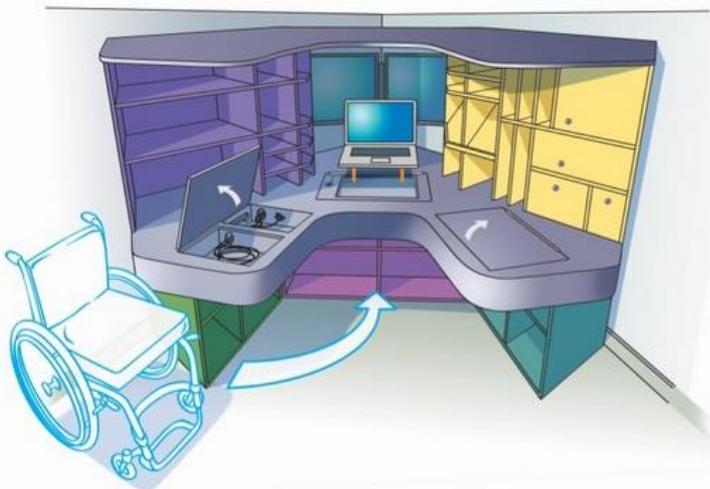
Dépôt du dossier : du 1^{er} avril au 31 août 2017. En quelques clics, le tour est joué ! Pour les moins connectés, une assistance est disponible au numéro suivant : 04 72 84 26 86. www.concoursfablife.org

Le caractère innovant et particulièrement adapté au handicap de la personne bénéficiaire sera pris en compte par le jury qui sélectionnera les 20 lauréats soumis au vote du public entre le 1er octobre et le 15 novembre 2017. La remise de prix se déroulera début décembre 2017.

QUELQUES INVENTIONS PRIMEES

L'OPEN HANDI DESK

« Clément a 29 ans, il est le fondateur du LimouziLab, le fab lab de Limoges. Pas facile de trouver un bureau adapté et pas très onéreux dans le commerce quand on est en fauteuil roulant. Il a alors eu l'idée de rajouter quelques options sur un bureau de base afin de créer un vrai bureau pratique et adapté ! »

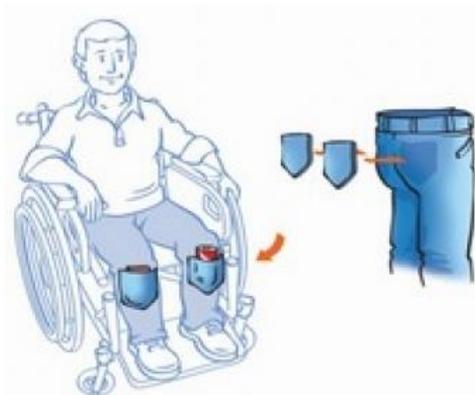


LE SIDE-CAR (1er prix du public 2016)

« Aurore, atteinte d'une maladie neuromusculaire, est la maman de Loïg. Afin qu'elle puisse se balader avec son fils, elle a réalisé un side-car adapté à son fauteuil roulant, l'évolution du "harnais bébé" qu'elle avait proposé l'année dernière au concours Fab Life. »

LES POCHE GENOUX

« Thierry, 47 ans, est paraplégique et se déplace en fauteuil. Les poches arrière de son pantalon sont épaisses et peuvent lui créer des escarres. Pour éviter cela, Thierry a eu l'idée ingénieuse de coudre ses poches arrière de pantalon au niveau des genoux. Pratique et astucieux ! »



TELEPHONES FIXES POUR MALVOYANTS

Vous êtes malvoyant ? Il existe différentes solutions de téléphonie fixe pour les personnes atteintes de déficiences visuelles. En voici quelques-unes :

► BOITIERS AVEC TOUCHES MEMOIRE PHOTO

Décrochez, appuyez sur la photo que vous désirez et le numéro sera composé automatiquement.



► TELEPHONE LARGES TOUCHES + TOUCHES MEMOIRES (PHOTO OU NUMERO)



Les touches mémoires directes permettent un accès facile vers des numéros enregistrés. Certains modèles émettent un flash lumineux lorsque le téléphone sonne.

► TOUCHES BRAILLE

Sur ce modèle (Depaepe HD Max), le marquage en Braille des chiffres et des lettres figure sur toutes les touches du clavier, y compris sur les 3 touches mémoires.



► RETOUR OU GUIDE VOCAL

Certains modèles, très complets, proposent différentes fonctionnalités vocales, comme :

- Lecture vocale du numéro de l'appelant, et de son nom s'il est inscrit dans le répertoire
- Revue vocale du répertoire : l'appareil lit à voix haute le numéro du correspondant dans le répertoire téléphonique et dans le journal des appels entrants.
- Numérotation vocale : cette fonctionnalité vous permet, lorsque le téléphone est en veille, qu'une synthèse vocale lise à voix haute le numéro de chaque touche pressée.

► BOITIER DE COMMANDE VOCALE



Le Vocally est un petit appareil qui, branché à votre téléphone, appelle votre correspondant ou compose un numéro sur commande vocale. Il est compatible avec les lignes ADSL.

DES CANNES REVOLUTIONNAIRES

LE WALK FREE

Walk-free est la 1^{ère} alternative à l'utilisation de béquilles classiques pour des blessures situées sous le genou. Ce système permet d'éviter les douleurs provoquées par l'utilisation d'un système classique (cannes) et permet également de pouvoir utiliser ses membres supérieurs lors des déplacements, par exemple pour transporter des objets.



Critères pour pouvoir utiliser cette béquille de genoux :

- Marcher sans difficultés avant la blessure
- Avoir une lésion isolée sur un seul membre, située sous le genou
- Pouvoir plier la jambe blessée à 90°
- Mesurer entre 1m47 et 1m98, peser moins de 125kg et avoir une circonférence de cuisse (au niveau de la partie haute) inférieure à 71cm

Prix : 199€

Fournisseur : <http://iwalk-free.fr/>

LA CANNE LASER

La canne laser permet un repère visuel qui permet de lutter contre le phénomène de **freezing** et d'augmenter la longueur de la foulée. Elle apporte un confort aux personnes atteintes de la maladie de Parkinson et/ou de troubles de la marche (ataxie).

Qu'est-ce que le freezing ? Appelé aussi « blocage moteur », le freezing est la difficulté à initier et à poursuivre des mouvements répétitifs : les pieds restent bloqués au sol et la personne est incapable d'engager le mouvement des membres inférieurs.

Comment fonctionne la canne ? La ligne rouge projetée au sol, sur le chemin de marche, fait penser à l'action à effectuer à la vue d'un obstacle : lever le pied pour passer le pas.



DES CANNES POUR MARCHER LA NUIT

Certaines cannes proposent aujourd'hui des systèmes innovants permettant plus de sécurité pour déambuler dans l'obscurité : lampes LED intégrées ou voyant de signalisation pour la nuit, vous avez désormais la permission de minuit !



LES MATERIELS POUR LA PRATIQUE D'ACTIVITES ADAPTEES DE PLEIN AIR



L'été s'est peut-être fait attendre mais voici bel et bien venu le temps des vacances estivales. Mer, montagne, campagne, ville... France ou à l'étranger... Voici un petit aperçu de **quelques activités de plein air** rendues accessibles aux personnes à mobilité réduite ou en situation de handicap grâce à **certains équipements très spécifiques** :

Quelle que soit votre destination, renseignez-vous auprès de l'agence du tourisme pour connaître les matériels mis à votre disposition ainsi que les activités adaptées qui vous sont proposées.

PLAGE / MER / PISCINE (Liste des plages adaptées : www.handiplage.fr)

Les roues pour le sable permettent de limiter les efforts. Le fauteuil ne s'enfonce plus sur un sol meuble tel que le sable ou la neige. **Le déambulateur tout terrain** permet d'accéder à la plage et d'y circuler en toute sécurité. **Le fauteuil tout terrain** (sable, sous-bois, neige, herbe, graviers, etc.) permet d'accéder en tous lieux. **Les fauteuils de baignade** vous permettront d'accéder aux bassins des piscines ou à la mer :

- *Le Tiralo*, tracté par une tierce personne. Il flotte avec la personne ; ce n'est pas une embarcation autonome mais une aide à la baignade nécessitant d'être accompagné par une tierce personne.
- *L'Hippocampe*, utilisable seul ou accompagné. Il permet aussi de circuler en tout terrain (forêt, bords de mer, sentiers côtiers). Il existe un modèle pour la piscine.



Par ailleurs, de nombreuses piscines sont équipées d'**élévateurs de piscine**.



Quelques activités nautiques :



Le Char à Voile



Le Canoë-Kayak
(Voir l'article suivant)



Les embarcations nautiques



La plongée

Les Clubs et associations pour naviguer



MONTAGNE / CAMPAGNE

De nombreuses activités sont accessibles aux personnes à mobilité réduite ou en situation de handicap, n'hésitez pas à vous renseigner pour connaître celles qui peuvent être pratiquées sur votre lieu de vacances ! Exemple : pêche, escalade, tir à l'arc, VTT, handbikes, course d'orientation, ...



Moulinet de canne
à pêche à moteur

RANDONNEE / PROMENADE

La Joëlette est une chaise à porteurs qui vous fera accéder à presque tous les terrains ! **La Randoline**, tractée par un âne, un poney ou un petit cheval, vous transportera vers des sites remarquables. **Les roues « tout terrain »** s'adaptent à la plupart des fauteuils roulants manuels pour circuler sur des terrains variés difficilement praticables avec un fauteuil standard : pistes forestières, chemins, bords de mer. Le **Lozère** est un fauteuil tout chemin à propulsion manuelle par mains courantes, destiné à une utilisation sur des chemins peu accessibles aux fauteuils manuels habituels.



POUR LES AMATEURS DE SENSATIONS FORTES ...

Le **fauteuil CIMGO** permet de parcourir en descente tout type de chemins, plus ou moins escarpés. Le pilote est installé à l'arrière et le passager est dans un siège baquet, protégé par un arceau de sécurité. Il peut aussi être tiré par un cheval ou des chiens de traîneau.

Le « **Buggy Bike** » est destiné à une pratique loisir ou sportive du tout terrain en descente. Il peut aussi se propulser avec les mains sur les pneus des roues arrière mais se pilote avec le guidon (comme un VTT). Les remontées s'effectuent en général par téléski.

Fauteuil destiné à une pratique loisir ou sportive de la randonnée en forêt, en chemin ou montagne. A la montée, il est propulsé par deux moteurs électriques alors que la descente s'effectue en roues libres mais la vitesse peut être régulée.

L'**engin motorisé tout-terrain** est capable de circuler dans les milieux les plus variés (campagne, bord de mer, forêt, neige, sable). Il est compatible avec pratiquement tous les fauteuils manuels et électriques. On y entre avec son fauteuil roulant, en marche arrière, ce qui a pour grand intérêt d'éviter les transferts.

Le **fauteuil de Parapente** et le **parachutisme en tandem** vous feront découvrir votre environnement sous un autre angle.



EN VILLE

Entre le vélo et la trottinette, le **Wellpedy Walk** permet de pratiquer la marche en position « assis debout ». Cette pratique libère 90% du poids du corps et apporte une meilleure répartition du poids restant, afin de rendre l'utilisateur plus autonome.

La **canne-siège** vous soutiendra pour visiter musées et autres galeries d'art. A la fois canne et siège pliant, elle servira de canne d'appoint et permettra de faire une pause en position assise.

Pour se promener : penser au scooter pliable. Vous voulez profiter de vos vacances pour vous balader, mais vous craignez de vous fatiguer si vous vous déplacez trop ? Petit et compact, le **scooter pliable** peut être une solution.

Le **déambulateur avec fauteuil de transfert** s'utilise comme un déambulateur classique et se transforme très facilement en fauteuil de transfert si besoin. Très utile si vous ne pouvez pas marcher très longtemps et que vous souhaitez continuer à profiter de balades sans avoir à vous arrêter.



LE PARACANOË

Le Paracanoë est le canoë-kayak pour les personnes en situation de handicap physique ou sensoriel. C'est une pratique accessible à tous les publics !



L'EMBARCATION

Il suffit de peu de chose pour qu'elle soit accessible. Les kayaks d'initiation parfaitement adaptés à l'activité tourisme doivent regrouper les caractéristiques suivantes :

- stabilité initiale importante
- hiloire renforcé pour faciliter l'embarquement
- équipement intérieur sans aspérités ou points risquant de provoquer des lésions.

⇒ Les hot-dog ou (canoë-raft), seul ou en tandem, sont des embarcations gonflables, stables, sans risque d'aspérité. Idéal pour l'initiation d'un public avec déficit sensitif.

LE CALAGE

Le calage remplit plusieurs fonctions indispensables à une bonne navigation. Le calage permet d'avoir une position confortable et également de transmettre des forces propulsives, équilibratrices ou directionnelles, il constitue également un point de prise d'information sur le comportement de l'embarcation. En fonction des difficultés motrices et sensorielles rencontrées, le pratiquant doit adapter ses calages pour répondre au mieux aux exigences énoncées précédemment.



Des aides peuvent être apportées par des calages complémentaires à ceux proposés d'origine par les constructeurs (coques hautes, gouttières en mousse, calages dorsaux ou latéraux adaptés...). Il existe plusieurs modèles de coques sur le marché, réalisées à l'unité en fonction des besoins des pratiquants (Ex : pour une personne amputée de la jambe gauche, lester le côté gauche du kayak afin d'éviter que l'embarcation ne gite en permanence).

LES VETEMENTS

Les vêtements ont pour fonction de protéger du froid, du soleil et des risques de lésion cutanée par frottement, pincement,.... Il existe de nombreux modèles sur le marché (haut/bas) qui peuvent répondre aux besoins spécifiques de chacun. Dans le cas de l'utilisation d'une coque de maintien, il est préconisé d'utiliser un gilet assurant les fonctions d'auto-retournement. En effet, ces gilets n'ont pas de mousse sur leur face postérieure et évitent une trop grande projection du pagayeur vers l'avant.



LA PAGAIE

Simple ou double, la pagaie peut être utilisée par tout le monde avec quelques aménagements complémentaires en cas de besoin. L'adaptation la plus couramment utilisée en fonction du potentiel moteur ou sensoriel du pagayeur consiste à décroiser les pales (utilisation des pagaies de secours de kayak mer par exemple).

Certains pagayeurs expérimentés se sont fabriqués des orthèses personnalisées permettant de randonner de longues heures malgré une difficulté initiale de préhension.

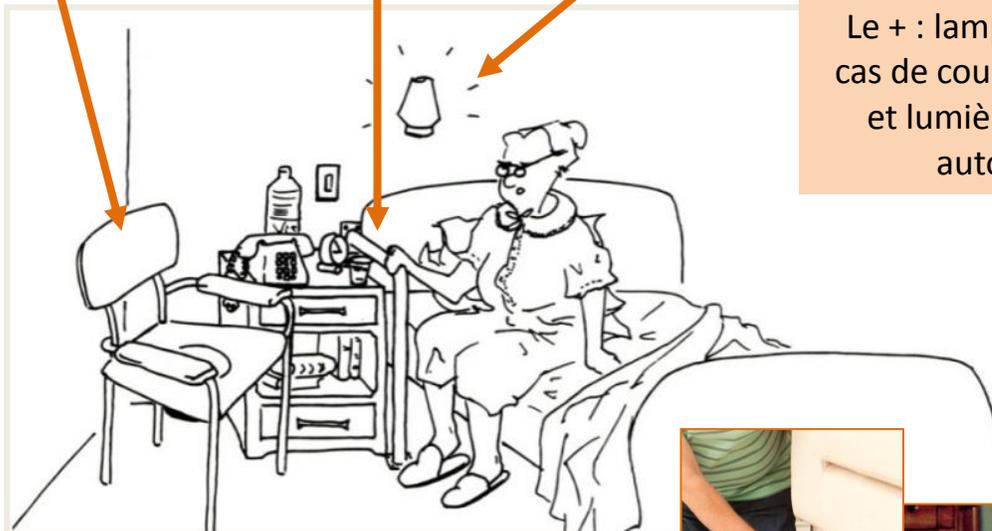


CONSEILS POUR BIEN VIVRE CHEZ SOI : LA CHAMBRE

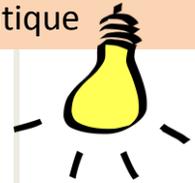
**Siège
garde-robe**

**Barrière
de lit**

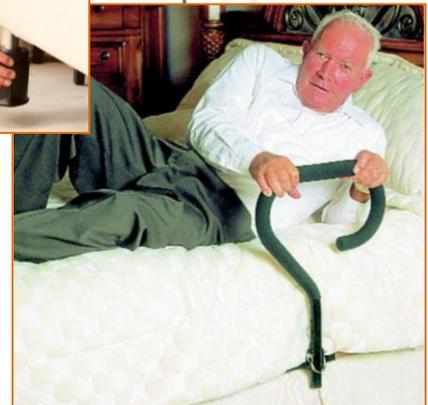
Lampe à proximité du lit, à
allumer avant de se lever



Le + : lampe de poche en
cas de coupure de courant
et lumière à détection
automatique

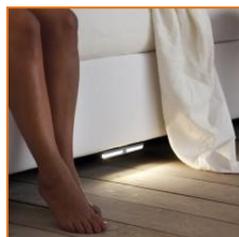


**Lunettes, téléphone et verre
d'eau** accessibles sans se pencher



AUTRES CONSEILS

- Placer l'interrupteur du couloir à proximité de la porte de la chambre ou avoir une veilleuse qui éclaire le trajet vers les toilettes la nuit. Encore mieux, les lumières à détection de passage !
- Si vous avez des difficultés à sortir du lit, il existe des cales de rehaussement. C'est parfois une bonne alternative à la location d'un lit médicalisé.
- Porter des chaussons qui tiennent bien aux pieds et prendre le temps de se lever.



LES BIJOUX MEDICAUX

► OBJECTIFS

Pouvoir communiquer immédiatement, de manière très simple, des données essentielles en cas d'urgence en portant au poignet ou autour du cou, un bijou gravé avec son nom, le n° de téléphone d'une personne à prévenir et ses éventuelles pathologies, antécédents ou contre-indications médicales.

► POUR QUI ?

Toutes les personnes qui, à un moment donné, risquent de se retrouver en difficulté, sans pouvoir communiquer leur identité (confusion, inconscience, jeunes enfants), toutes celles porteuses d'une pathologie à risque et tous ceux qui pratiquent des activités physiques modérées ou intenses.

Pour ces maladies notamment : allergie alimentaires, allergies médicamenteuses, maladie d'Alzheimer, asthme, autisme, défibrillateur implanté, diabète, don d'organes, épilepsie, glaucome, hémophilie, maladie cardiaque, insuffisances rénales et surrénalienne, maladie rares/orphelines, pacemaker

► COMMENT ?

Il existe trois systèmes actuellement :

- Médaille gravée avec les informations écrites directement
- Médaille avec code QR gravé lisible grâce au smartphone disposant d'une connexion internet, pour la sécurité des données code PIN présent au verso de la médaille (coté peau) et suivant les modèles un 2^{ème} niveau de sécurité avec mot de passe donné par le propriétaire du bijou pour des informations plus confidentielles
- Bijou avec clé USB intégré : nécessite l'utilisation un périphérique informatique

► INFORMATIONS SOUVENT NOTEES :

- prénom,
- contact d'urgence,
- allergie,
- antécédents médicaux,
- groupe sanguin,
- médicaments...

Nom	Photo	Description	Prix indicatif
<p>MyPom</p> <p>http://www.mypom.fr/fr/</p>		<p>Votre bracelet ou votre pendentif d'identification médicale va alerter les médecins, infirmiers ou services de premiers secours de vos antécédents médicaux pour faciliter les soins et qu'aucune minute ne soit perdue. Pour tous les âges, multiples possibilités</p>	<p>A partir de 14.99€</p>
<p>Id-ie</p> <p>https://www.id-vie.fr/</p>		<p>Bracelets / collier / médaille</p> <p>Pour tous les âges, multiples personnalisations</p>	<p>A partir de 19,90€</p>
<p>http://www.data-vitae.com/fr</p>		<p>gravure de 6 lignes de 22 caractères chacune (5 lignes pour le modèle « Bout chou »</p>	<p>A partir de 18€</p>
<p>https://www.liva.fr/</p>		<p>QR code est un code-barres en deux dimensions renvoyant vers un lien URL entièrement personnalisable</p> <p>À chaque flash du QR code, votre fiche contenant les informations que vous aurez renseignées apparaîtra sur le smartphone du « flasheur ».</p>	<p>45€</p>
<p>https://www.mymdband.fr/LandingPage.aspx</p>		<p>Obtention des informations par flash du QR code présent sur le bracelet au recto (sur le verso code PIN pour sécuriser la lecture des informations) : donne accès à une page internet d'identification. Il y a deux niveaux de sécurité des informations choisis par l'utilisateur (pour le 2^{ème} niveau le patient doit lui-même fournir le mot de passe aux professionnels médicaux).</p>	<p>48€ (bracelet + 1an d'abonnement annuel)</p>

<p>http://www.silincode.fr/bracelet-sos/</p> <p>Revendu dans les pharmacies et parapharmacies</p>		<p>Le Bracelet Silincode SOS contient un QR Code unique, relié à un compte Silincode SOS personnel et sécurisé, accessible via notre application ou notre site internet.</p> <p>En cas d'urgence, si votre QR Code est scanné, il est alors possible de vous identifier, de contacter vos proches et de connaître votre profil médical.</p> <p>Lors du scan du QR code envoi d'un mail aux contacts pré-choisis pour information de l'utilisation + envoi de géolocalisation approximative</p>	<p>A partir de 14,50€ suivant les revendeurs</p>
<p>BRACELET USB D'IDENTITÉ MÉDICALE D'URGENCE UTAG ICE</p> <p>Exemple de site revendeur :</p> <p>http://www.centraledelascurite.com/bracelet-usb-didentite-medicale-durgence-utag-xml-493_627_831-1593.html</p>		<p>Clé USB avec données d'identification et données médicales. Chacun choisit de compléter le formulaire inclus dans la clé USB</p> <p>Existe en version plaque/collier ou bracelet</p> <p>Nécessite que les secours aient un support informatique avec eux</p>	<p>A partir de 29€ pour le bracelet</p>
<p>Bracelet NFSAVE</p> <p>https://www.nfsave.fr/</p>		<p>Bracelet en silicone qui fonctionne sans batterie, sans internet et qui est waterproof. Il s'agit d'un bracelet avec une puce. Le dossier médical pourra être complété par les professionnels médicaux à condition d'avoir l'appareil NFSave. En cas d'utilisation du bracelet, les secours devront également avec l'application dédiée pour lire les données qui sont cryptées.</p> <p>Actuellement, ce bracelet est présent uniquement dans le Morbihan car cette technologie nécessite que les secours et les professionnels médicaux soient équipés de l'application. Un déploiement national du système est prévu d'ici début 2018</p>	<p>20€</p>