

# Cours « rollator » (déambulateur)

- ▶ MARTIGNY 13 SEPTEMBRE 2019
- ▶ ROSITA COSSENTINO PELLETIER
- ▶ ERGOTHÉRAPEUTE INDÉPENDANTE
- ▶ [WWW.ERGOMARIN.CH](http://WWW.ERGOMARIN.CH)

# Cours « rollator »

1

Origine du cours et collaboration avec le Büro für Mobilität de Berne, la ville de Neuchâtel et ProSenectute

2

Cours à 3 modules (organisation, programme et astuces)

3

Le marché des rollators

4

La publicité

- ✓ augmentation du nombre d'utilisateurs de rollator de plus en plus nombreux, sans savoir l'utiliser
- ✓ Malgré la nouvelle loi sur l'égalité pour les handicapés, il y aura toujours des niveaux à franchir (par ex. la loi autorise une petite différence de niveau aux arrêts de bus)
- ✓ Demande initiale émanant de la Conférence pour les personnes handicapées du canton de Berne
- ✓ Soutien institutionnel vite trouvé (autorités + TP)
- ✓ Décision de travailler avec des professionnels
- ✓ 2 cours pilotes dans le canton de Berne en 2013, répétés ailleurs dans le canton depuis, puis dès 2016 à Neuchâtel
- ✓ Aider pas à pas les utilisateurs de rollator à évoluer de manière sûre et autonome dans l'espace public et dans les transports publics.

# Cours « rollator »

# Cours à 3 modules: 1<sup>er</sup> module



Présentations des  
partenaires et des  
participants



Explications des  
modules



Présentation du  
support



Pause



pratique

## Installation de la hauteur des poignées :



Dans une position debout avec les bras le long du corps, la hauteur des poignées du rollator sont au niveau de ses propres poignets.

## Position adéquate pour se déplacer avec le rollator :



**Une bonne tenue du corps devant le rollator est ...**

- 1. Se tenir droit et non pas pencher en avant avec son corps**
- 2. Le poids du corps sur les jambes et non pas sur les bras**
- 3. Les pieds sont au niveau des roues arrière**
- 4. Les pieds sont toujours au centre des 2 roues.**
- 5. Astuces**

## Freiner avec un rollator :



Freiner lorsqu'on se déplace

⇒ En se déplaçant, remonter les freins avec les doigts pour freiner lors des descentes



Freiner à l'arrêt pour s'asseoir

⇒ à l'arrêt, abaisser les freins avec la paume de la main afin de pouvoir s'asseoir en sécurité

# Cours « rollator »

# Cours à 3 modules: 2ème module



Présentation du  
support n°2



Pause



Pratique à l'extérieur



Explication du 3ème  
module (TP et police)

## Se relever d'une chaise :



1. Placer son rollator devant soi au centre
2. Freiner son rollator en pressant les freins vers le bas
3. Se pencher en avant en se tenant des 2 mains aux accoudoirs



4. Lâcher une main d'un accoudoir et saisir la poignée du rollator, idem pour l'autre main



5. Trouver son équilibre et se sentir en sécurité avant de défreiner.

## S'asseoir sur le rollator :



1. Si possible, parquer le rollator contre un mur
2. Freiner le rollator
3. Lentement, se retourner par petits pas
4. Se tenir aux poignées du rollator et s'asseoir lentement



# Monter une marche et basculer le rollator :



1. Freiner des deux mains et basculer sur les roues arrière ;



2. Avancer et poser les roues avant sur la marche ;



3. Monter les roues arrière sur la marche ;



4. Freiner et monter soi-même sur la marche en se penchant en avant.

# Monter une marche en soulevant le rollator :



1. Pour basculer le rollator :  
saisir le placet avec une main,  
de l'autre main placée sur une poignée basculer le rollator  
en pressant sur la poignée vers le bas ;



2. Avancer et poser les roues avant sur la marche ;



3. Monter les roues arrière sur la marche ;



4. Freiner et monter soi-même sur la marche en se penchant en avant.

# Descendre une marche :



1. S'avancer jusqu'au bord de la marche ;



2. Basculer en avant lentement le rollator en descendant les roues avant ;



3. Pousser le rollator jusqu'à ce que les roues arrière descendent de la marche ;



4. Freiner le rollator et descendre soi-même de la marche très lentement.

# Passer un seuil avec le rollator :



1. Monter une roue avant sur le seuil



2. Passer la deuxième roue avant



3. Passer en même temps les roues arrière par dessus le seuil



4. Freiner le rollator et passer soi-même le seuil

# Cours « rollator »

# Cours à 3 modules: 3ème module



Présentation du  
support n°3



Présentation du Büro  
für Mobilität de Berne  
(diapositifs)



Présentation du  
responsable de TP  
(conseils)



Pause



Pratique avec le bus  
à l'extérieur



Echanges et  
évaluation du cours

# Conseils importants pour la conduite d'un rollator dans les transports publics

✓ Pendant les trajets, **s'asseoir** sur les **places réservées**. Ne pas s'asseoir sur le rollator car il pourrait basculer et se renverser.

✓ Mettre les **freins** au rollator **pendant les trajets**.

✓ Utiliser les **portes** avec le symbole « handicap »



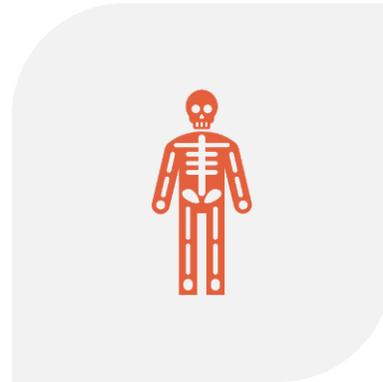
« poussette »



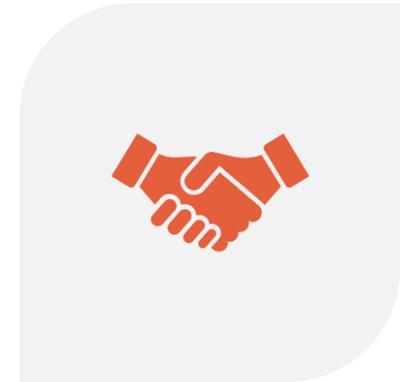
✓ Ces portes restent plus longtemps ouvertes et elles sont plus larges.

- ✓ Demander de **l'aide** si besoin.
- ✓ Faire attention, dans certains trams ou bus, il y a des **marches** et des **espaces** lorsqu'on monte ou on descend. Utiliser les trams et les bus qui ont des **plateformes** pour y accéder. Ces moyens de transports sont spécifiés dans l'horaire des Transports Neuchâtelois.
- ✓ Dans la mesure du possible, utiliser les transports en public en **dehors** des heures de **hautes influences**.
- ✓ Au début, il est conseillé d'exercer l'utilisation de son rollator dans les transports publics avec un **accompagnant professionnel**.

# Cours « rollator » Le marché des rollators



DIFFÉRENTS ROLLATORS :  
POUR TOUS LES GOÛTS ET  
LES PATHOLOGIES



LES FOURNISSEURS

- ▶ Diffusion du cours par les médias
- ▶ Diffusion du cours par les communes
- ▶ Diffusion du cours par la distribution des affiches
- ▶ Diffusion du cours par les clients et le bouche à oreille



Merci de  
votre  
attention!