



# Perte de mobilité : les bons gestes pour SAVOIR AIDER

## Session 1

Sensibilisation  
informations théoriques  
Lundi 14 décembre 2009  
De 9 h 30 à 12 h 30

## Session 2

Séance pratique  
Transferts autour  
du lit, du fauteuil,  
de la voiture  
Relevé de sol  
Lundi 21 décembre 2009  
De 9 h 30 à 12 h 30 (groupe 1)  
De 14 h à 17 h (groupe 2)

## Session 3

Séance pratique  
Transferts autour de la salle d'eau,  
des toilettes,  
Présentation des aides techniques  
Lundi 11 janvier 2010  
De 9 h 30 à 12 h 30 (groupe 1)  
De 14 h à 17 h (groupe 2)

Action soutenue par le Groupe



Destinés aux **aidants non professionnels**  
de personnes à mobilité réduite, ces ateliers  
animés par des ergothérapeutes proposent :

*C'est quoi ?*

- Conseils sur les bonnes postures
- Apprentissage des gestes adéquats pour les transferts (changements de position)
- Mises en situation pratique dans un appartement adapté : OCTOLOGIS
- Conseils pour la prévention des escarres
- Découverte d'aides matérielles

*C'est quand ?*

Inscription préalable indispensable  
Participation : 15 € pour les 3 sessions  
Renseignements : 04 78 62 98 24

*C'est comment ?*

★ 1 cours Albert Thomas  
CRIAS MIEUXVIVRE  
M° Sans-Souci  
Bus Manufacture des Tabacs  
(1ère session théorique)

*C'est où ?*

★ 28 rue Etienne Richerand  
Appartement de  
démonstration  
OCTOLOGIS  
(2 sessions pratiques)