

# Les Rendez-Vous de

## CRIAS MIEUX VIVRE

Chaque mois,  
retrouvez nos rendez-vous d'information et  
nos sessions de formation sur des thèmes  
qui vous concernent, vous ou vos proches :  
personne âgée et/ou en situation de handicap,  
en perte d'autonomie.

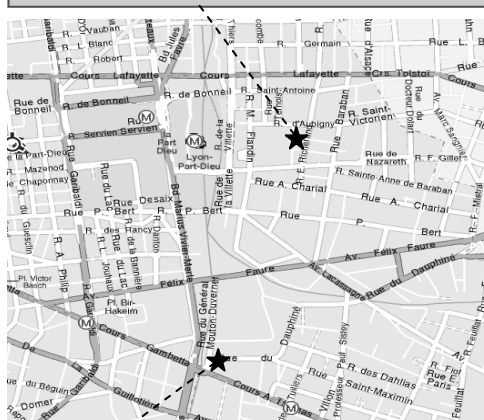
Pour en savoir plus :  
<http://www.criasmv.asso.fr>

RHÔNE  
LE DÉPARTEMENT



Lieu des sessions :

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



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

Nombre de places limité  
Inscription préalable indispensable  
Participation : 15 € pour les 3 sessions

Action soutenue par le Groupe



MANUTENTION - février 2010



Centre du Rhône  
d'Information  
et d'Action Sociale  
pour retraités,  
personnes âgées  
et/ou handicapées

Les Rendez-Vous de

# PERTE DE MOBILITE : LES BONS GESTES POUR SAVOIR AIDER

**MANUTENTION  
ET AIDES TECHNIQUES**  
sensibilisation  
exercices pratiques

1 cours Albert Thomas  
69416 Lyon cedex 03

☎ 04.78.62.98.24

📠 04.78.60.14.21

Site Internet :  
<http://www.criasmv.asso.fr>  
Email : [contact@criasmieuxvivre.fr](mailto:contact@criasmieuxvivre.fr)

# BULLETIN D'INSCRIPTION

À retourner à :

CRIAS MIEUX VIVRE - 1 cours Albert Thomas - 69416 LYON CEDEX 03

Nom : .....

Prénom : .....

Adresse .....

Tél. ....

E-mail : .....

✓ S'inscrit aux sessions « PERTE DE MOBILITÉ : LES BONS GESTES POUR SAVOIR AIDER »  
des mardis 20 avril, 27 avril et 11 mai 2010

✓ Joint le règlement de 15 € par chèque établi à l'ordre de CRIAS MIEUX VIVRE

**Mardi 27 avril 2010**  
**9 h 30 - 12 h 30 ou 14 h - 17 h**  
Session pratique en 2 groupes

Séquence pratique à OCTOLOGIS

- ✓ Transfert autour du lit : rehaussement, retournement, transferts, avec ou sans aides techniques
- ✓ Transferts autour du fauteuil : redressement, transfert assis/debout
- ✓ Relevé de sol
- ✓ Transferts voiture

**Mardi 11 mai 2010**  
**9 h 30 - 12 h 30 ou 14 h - 17 h**  
Session pratique en 2 groupes

Séquence pratique à OCTOLOGIS

- ✓ Transfert autour de la salle d'eau
- ✓ Transfert aux W.C.
- ✓ Retour sur les deux premières séquences et sur l'application des conseils sur le lieu de vie avec rappel sur certaines techniques si besoin
- ✓ Visite de l'appartement-témoin OCTOLOGIS avec présentation des aides techniques

*NB - Chaque transfert sera abordé en plusieurs points en fonction de l'aide nécessaire : assistance verbale, aide humaine légère, aide humaine lourde.*

## **PERTE DE MOBILITÉ : LES BONS GESTES POUR SAVOIR AIDER**

Accompagner à son domicile une personne âgée et/ou une personne en situation de handicap peut confronter les aidants, familiaux et familiaux, à des difficultés physiques dont ils pourraient se prémunir en apprenant à faire les bons gestes, à utiliser la bonne technique... pour « s'économiser », ne pas s'épuiser.

« Savoir aider », cela s'apprend. Les ergothérapeutes de CRIAS MIEUX VIVRE vous proposent 3 sessions de sensibilisation et d'exercices pratiques :

**Mardi 20 avril 2010**  
**9 h 30 - 12 h 30**  
Session théorique

- ✓ Présentation de l'ergothérapie et du déroulement de la formation
- ✓ Tour de table : présentation des « aidants » et des « aidés »
- ✓ Conseils d'économie rachidienne
- ✓ Les escarres : définition, facteurs de risques, conseils de prévention
- ✓ Information sur les différents modes de prescription et de financement et sur le rôle des revendeurs médicaux