

Guide des ateliers thérapeutiques extérieurs.

Concevoir un parcours de soins qui prend vie en extérieur.

Un équipement n'est jamais thérapeutique par lui-même. Il le devient par le regard et l'intention du professionnel qui l'utilise. Les espaces extérieurs offrent une opportunité précieuse de prolonger les prises en soin au-delà des murs. Mouvement, stimulation, interaction et plaisir deviennent alors des leviers thérapeutiques puissants. Ce guide n'est pas un catalogue. Il est pensé comme un outil méthodologique destiné à accompagner les équipes soignantes dans la conception d'un parcours thérapeutique adapté à leurs résidents ou patients. Chaque établissement est unique, chaque équipe a sa propre approche et chaque résident avance à son propre rythme. Ici, nous partageons une démarche et des repères, pas un modèle à reproduire. Le parcours présenté dans ce document s'appuie sur un projet concret mené auprès de personnes cérébrolésées. Ce choix illustre une méthode qui peut être transposée à de nombreuses pathologies et contextes.

Comment utiliser ce guide ? Chaque équipement est présenté sous trois angles : le concept, les mécanismes thérapeutiques mis en jeu, et surtout la place laissée à votre propre réflexion clinique.

Nous vous invitons à personnaliser ce guide, à le compléter, à y consigner vos observations et vos idées. C'est cette appropriation qui en fera un véritable support de projet pour votre établissement.



« Concevoir un atelier thérapeutique extérieur. Une méthode au service de votre pratique. »

Chaque établissement accueille des personnes aux besoins, aux capacités et aux parcours de vie différents. Il n'existe donc pas de parcours thérapeutique universel, prêt à l'emploi. L'objectif de ce guide est de vous proposer une méthode pour concevoir un parcours adapté à votre réalité de terrain. Il s'agit avant tout d'identifier les besoins des personnes que vous accompagnez, puis de définir les objectifs thérapeutiques que vous souhaitez travailler. Les équipements ne sont alors plus une succession d'agrès, mais des supports permettant de mobiliser des fonctions motrices, cognitives, sensorielles ou relationnelles. Un même équipement peut répondre à plusieurs objectifs, et c'est bien le regard du professionnel qui lui donne sa dimension thérapeutique.

Etablissements et services concernés : SMR, MAS, FAM, EAM, IME, IEM, EHPAD, accueil de jour, plateau technique de rééducation.

Publics concernés : Personnes cérébrolésées, AVC, maladies neurodégénératives, handicap moteur, polyhandicap, personnes âgées fragiles, prévention de la perte d'autonomie.

Professionnels impliqués : Psychomotriciens, ergothérapeutes, kinésithérapeutes, enseignants en activité physique adaptée, éducateurs spécialisés, orthophonistes, neuropsychologues, infirmiers, aides-soignants.

Les objectifs thérapeutiques : restaurer les automatismes moteurs, favoriser la verticalisation, améliorer l'équilibre et la coordination, stimuler les fonctions cognitives, prévenir les chutes, renforcer la confiance, maintenir l'autonomie, favoriser les interactions sociales par une activité collective. Créer des situations de coopération et de partage autour d'une activité collective

"Un guide qui évolue avec votre équipe" une invitation à y noter vos adaptations et impressions.

Les porteurs du projet :

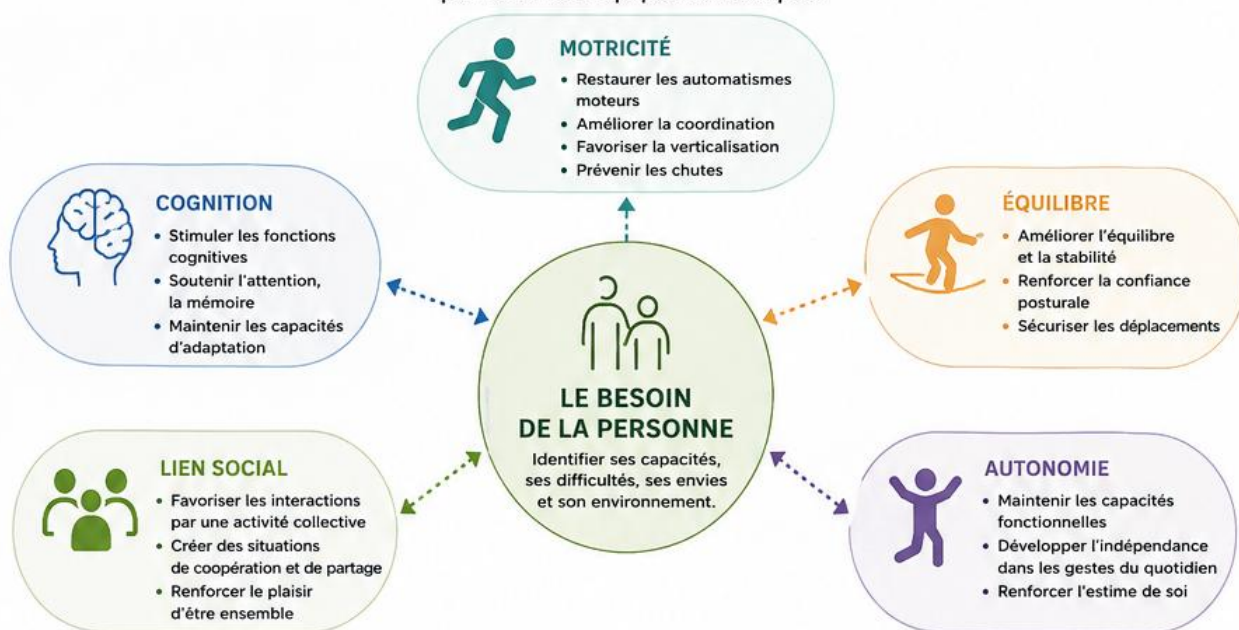
Nom, prénom, fonction et services :

-
-
-
-
-
-
-
-

CONCEVOIR UN ATELIER THÉRAPEUTIQUE EXTÉRIEUR

LA MÉTHODE EN UN COUP D'ŒIL

Partir du besoin de la personne pour définir l'objectif thérapeutique, puis choisir l'équipement adapté.



Un même équipement peut répondre à plusieurs objectifs.
C'est le regard du professionnel et l'intention thérapeutique qui lui donnent tout son sens.

LA MÉTHODE EN 4 ÉTAPES

1 OBSERVER & ÉCOUTER



Recueillir les informations sur la personne : capacités, limites, habitudes de vie, motivations.

2 DÉFINIR LES OBJECTIFS THÉRAPEUTIQUES



Choisir les objectifs prioritaires à travailler (motricité, cognition, équilibre, autonomie, lien social...).

3 CHOISIR LES ÉQUIPEMENTS ADAPTÉS



Sélectionner les équipements qui permettront d'atteindre les objectifs de manière sécurisée et motivante.

4 METTRE EN PLACE, ÉVALUER & AJUSTER



Observer les effets, ajuster les consignes et faire évoluer le parcours au rythme de la personne.

DU BESOIN À L'ÉQUIPEMENT : UN CHOIX GUIDÉ PAR L'OBJECTIF



EXEMPLES DE CORRESPONDANCES OBJECTIFS / ÉQUIPEMENTS



NOTRE PHILOSOPHIE

Le jeu et le plaisir sont des moteurs puissants d'engagement. En extérieur, chaque activité devient un moyen de se dépasser, de partager et de retrouver confiance.



Ce guide est un outil vivant : à vous de l'adapter, de l'enrichir et de le faire évoluer avec votre équipe et les personnes accompagnées.

LES BARRES PARALLÈLES

Retrouver la confiance de marcher

ÉQUILIBRE • VERTICALISATION • MARCHÉ
SCHÉMA CORPOREL • CONFIANCE

La marche est l'un des automatismes les plus complexes du corps humain. Après une chute, une hospitalisation ou une période d'inactivité, il est fréquent que la récupération physique précède le retour de la confiance.

Les barres parallèles offrent un environnement sécurisé permettant à la personne de retrouver progressivement ses repères, de réhabiliter son schéma corporel et de restaurer les automatismes de la marche avant leur réinvestissement dans les situations de la vie quotidienne.



LE PARCOURS DE LA MARCHÉ

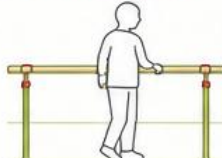
1 JE ME REDRESSE



Je me verticalise progressivement en m'aidant des mains courantes.

Objectif : retrouver une posture stable avant le déplacement.

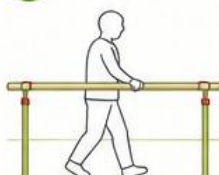
2 JE RETROUVE MES APPUIS



Je transfère mon poids d'un membre à l'autre. Je reprends confiance dans ma capacité à rester debout.

Objectif : restaurer l'équilibre et les automatismes posturaux.

3 JE MARCHÉ



J'avance à mon rythme. Les mains courantes sécurisent chacun de mes pas.

Objectif : retrouver une marche plus naturelle et plus fluide.

4 JE RETROUVE LA VIE QUOTIDIENNE



Je me prépare à retrouver les situations de ma vie : chemin, pente, seuil, trottoir, escalier, jardin...

Objectif : transférer les acquis vers la vie quotidienne.

LES CAPACITÉS SOLlicitÉES

Capacités motrices

- Verticalisation
- Marche
- Équilibre statique et dynamique
- Contrôle postural
- Coordination
- Endurance
- Renforcement musculaire

Capacités cognitives

- Attention
- Anticipation
- Schéma corporel
- Mémoire procédurale
- Orientation dans l'espace
- Confiance en soi

LES BÉNÉFICES ATTENDUS

- ✓ Restauration des automatismes de la marche.
- ✓ Réappropriation du schéma corporel.
- ✓ Diminution de l'appréhension liée aux déplacements.
- ✓ Amélioration de l'équilibre.
- ✓ Renforcement de la stabilité posturale.
- ✓ Développement de la confiance.
- ✓ Préparation au franchissement des obstacles du quotidien.
- ✓ Maintien de l'autonomie fonctionnelle.

LES OBJECTIFS THÉRAPEUTIQUES

- Restaurer les automatismes de la marche fonctionnelle.
- Sécuriser la reprise de la station debout.
- Développer les stratégies d'équilibration.
- Favoriser le transfert de poids.
- Préparer le franchissement des situations rencontrées dans la vie quotidienne.
- Réhabiliter la confiance dans les déplacements.

INDICATIONS CLINIQUES

- Syndrome post-chute
- Déconditionnement moteur
- Rééducation de la marche
- Sarcopénie
- Troubles de l'équilibre
- Troubles neurologiques stabilisés
- Activité Physique Adaptée (APA)
- Prévention des chutes

LE SAVIEZ-VOUS ?

La récupération de la marche ne dépend pas uniquement des muscles.

Après une chute ou une hospitalisation, il est fréquent que les capacités physiques reviennent avant la confiance. La personne peut posséder les ressources nécessaires pour marcher, tout en limitant ses déplacements par peur de tomber.

Les barres parallèles offrent un environnement sécurisé qui permet de restaurer progressivement les automatismes enregistrés dans la mémoire procédurale et de reprendre confiance avant de réinvestir les situations de la vie quotidienne.

POURQUOI INTÉGRER LES BARRES PARALLÈLES DANS UN JARDIN THÉRAPEUTIQUE ?

Le jardin thérapeutique constitue un laboratoire de la vie quotidienne.

Les barres parallèles permettent d'y reproduire les premières étapes du déplacement dans un environnement rassurant avant de retrouver progressivement les situations réelles : un chemin, une pente, un seuil, une marche ou un escalier.

Elles constituent souvent le point de départ du parcours thérapeutique et assurent le lien entre les soins, les activités physiques adaptées et le retour progressif vers une vie plus autonome.

FONCTIONS THÉRAPEUTIQUES PRINCIPALES

	Marche	★★★★★
	Équilibre	★★★★★
	Verticalisation	★★★★★
	Schéma corporel	★★★★★
	Renforcement musculaire	★★★★★
	Mémoire procédurale	★★★★★
	Confiance en soi	★★★★★
	Transfert vers la vie quotidienne	★★★★★

www.jardin-sensoriel.com

sunjeux

Des équipements pensés pour le bien-être, la mobilité et l'autonomie.

NOTRE APPROCHE

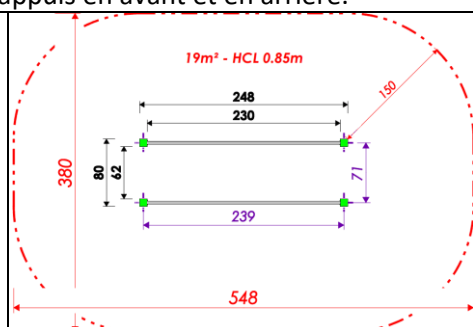
La récupération d'une fonction ne s'arrête pas à la restauration d'une amplitude articulaire ou d'une force musculaire. Elle se poursuit lorsque la personne retrouve la confiance nécessaire pour réinvestir cette capacité dans sa vie quotidienne. Les barres parallèles constituent le trait d'union entre le soin et le retour à une vie autonome.

Les barres parallèles

Les barres parallèles
Réf :ENBP a

Equipement sur la marche.

La base d'un parcours psychomoteur est toujours constituée d'éléments liés à la marche. Ces éléments peuvent être simples comme les barres parallèles qui aideront à se redresser et à faire ses premiers pas en toute autonomie. Travail de stabilisation et de verticalisation du corps, équilibre bipodal, les yeux ouverts puis les yeux fermés. Recherche du meilleur polygone de sustentation permettant l'équilibre. Marche avec et sans appuis en avant et en arrière.



POURQUOI LES BARRES PARALLÈLES ?

La première étape : retrouver la capacité de se mettre debout et de marcher

Dans un parcours de rééducation, la marche constitue un objectif fonctionnel essentiel. Mais avant de pouvoir se déplacer de manière autonome, la personne doit progressivement retrouver la capacité à **se redresser, stabiliser son corps, rechercher ses appuis et organiser ses premiers déplacements**.

Les barres parallèles offrent un environnement particulièrement adapté à cette progression. Elles donnent à la personne des **repères physiques et sécurisants**, tout en permettant au professionnel d'observer et d'adapter l'exercice en fonction de ses capacités.

Un support pour reconstruire progressivement le mouvement

Le travail peut commencer par une simple prise d'appui et un passage de la position assise à la position debout.

Une fois la station debout retrouvée, les exercices peuvent évoluer progressivement :

- maintenir une position stable ;
- déplacer le poids du corps d'un côté à l'autre ;
- retrouver un équilibre bipodal ;
- déplacer un pied puis l'autre ;
- marcher en avant puis en arrière ;
- diminuer progressivement les appuis ;
- travailler avec davantage d'autonomie.

Cette progression permet de **retrouver des repères corporels et des automatismes nécessaires au déplacement**.

Du mouvement contrôlé vers la vie quotidienne

L'intérêt des barres parallèles ne réside donc pas uniquement dans l'exercice réalisé entre les deux barres.

Elles constituent **le premier maillon d'un parcours** dans lequel la personne va progressivement passer d'un mouvement fortement accompagné à un déplacement plus autonome.

Pour une personne cérébrolésée ou victime d'un accident de la route, cette première étape peut ainsi servir de point de départ avant d'aborder des situations plus complexes : changements de surface, franchissement d'obstacles, variations de niveau, équilibre dynamique ou déplacements reproduisant certaines situations de la vie quotidienne.

L'objectif n'est pas de faire « marcher sur des barres parallèles », mais de permettre progressivement à la personne de retrouver suffisamment de confiance, de contrôle et d'autonomie pour marcher dans son environnement.



VOTRE REGARD DE PROFESSIONNEL

Pourquoi cet équipement pourrait-il être intéressant pour les personnes que vous accompagnez ?

Et pour quels autres usages non cités dans ce document ?

LE KIT DE VERTICALISATION

Transfert assis-debout – Autonomie –
Sécurisation des parcours thérapeutiques

Le Kit de verticalisation est constitué de deux poignées ergonomiques implantées à l'entrée des équipements thérapeutiques. Il accompagne les personnes présentant une diminution de leurs capacités motrices dans le passage de la position assise à la station debout.

En facilitant cette étape essentielle, il favorise l'autonomie, sécurise les transferts et permet aux résidents de participer plus facilement aux activités physiques proposées dans le jardin thérapeutique.



ACCESSIBLE

Permet l'accès aux équipements aux personnes en fauteuil roulant.



SÉCURISANT

Points d'appui stables pour un transfert plus sûr et plus autonome.



DURABLE

Matériaux résistants aux intempéries et à un usage intensif en extérieur.



AUTONOMIE

Favorise la participation active et l'indépendance des résidents.

LES 4 ÉTAPES DU TRANSFERT

1 APPROCHE



Le résident se présente en fauteuil roulant devant le kit.

2 PRÉHENSION



Il saisit les deux poignées ergonomiques.

3 VERTICALISATION



Il réalise le passage progressif de la position assise à debout en s'aidant des membres supérieurs.

4 MISE EN ACTIVITÉ



Une fois stabilisé, il accède directement à l'équipement thérapeutique ou au panneau sensoriel.

LES CAPACITÉS SOLLICITÉES



CAPACITÉS MOTRICES

- Transfert assis-debout
- Extension des membres inférieurs
- Renforcement des quadriceps
- Sollicitation des muscles fessiers
- Participation des membres supérieurs à la poussée
- Équilibre statique
- Contrôle postural
- Coordination bras-jambes
- Maintien de la station debout



CAPACITÉS COGNITIVES

- Anticipation du mouvement
- Organisation de la séquence motrice
- Confiance dans le mouvement
- Schéma corporel
- Attention



LES BÉNÉFICES ATTENDUS

- ✓ Facilitation du passage assis-debout
- ✓ Diminution de l'appréhension lors du lever
- ✓ Augmentation de l'autonomie
- ✓ Renforcement des membres inférieurs
- ✓ Amélioration du contrôle postural
- ✓ Sécurisation des transferts
- ✓ Accès facilité aux équipements thérapeutiques
- ✓ Valorisation des capacités restantes



LES OBJECTIFS THÉRAPEUTIQUES



Le Kit de verticalisation permet aux équipes soignantes de travailler un geste fondamental de la vie quotidienne : le transfert de la position assise à la station debout.

Il favorise :

- le renforcement musculaire des membres inférieurs ;
- la participation active des membres supérieurs lors de la poussée ;
- la coordination des mouvements ;
- le maintien des automatismes nécessaires aux transferts ;
- la stabilité posturale avant le début des exercices.

Il constitue une étape préparatoire idéale avant l'utilisation des ateliers de motricité ou des panneaux sensoriels.



Mobilité



Renforcement



Coordination



Équilibre



Autonomie

LES INDICATIONS CLINIQUES



- ✓ Personnes présentant une faiblesse des membres inférieurs
- ✓ Personnes ayant conservé une capacité partielle de mise en charge
- ✓ Personnes utilisant un fauteuil roulant tout en conservant une capacité de verticalisation
- ✓ Résidents présentant un syndrome de désadaptation motrice
- ✓ Personnes en rééducation fonctionnelle
- ✓ Dans les programmes de prévention de la perte d'autonomie



POURQUOI INTÉGRER LE KIT DE VERTICALISATION DANS UN JARDIN THÉRAPEUTIQUE ?



Il constitue la porte d'entrée des activités thérapeutiques et permet aux résidents de retrouver un geste essentiel de la vie quotidienne.



Il encourage la participation active et permet l'accès aux différents ateliers du jardin thérapeutique.



Il sécurise les transferts et limite le recours à l'aide humaine lorsque cela est possible.



Il favorise le maintien des capacités fonctionnelles dans un environnement extérieur stimulant et bienveillant.

LES FONCTIONS THÉRAPEUTIQUES PRINCIPALES



Domaine	Niveau de sollicitation
Renforcement musculaire	★ ★ ★ ☆ ☆
Verticalisation	★ ★ ★ ★ ★
Équilibre	★ ★ ★ ★ ☆
Transfert	★ ★ ★ ★ ☆
Fonctions cognitives	★ ★ ☆ ☆ ☆
Membres supérieurs	★ ★ ★ ☆ ☆
Membres inférieurs	★ ★ ★ ★ ☆
Confiance / autonomie	★ ★ ★ ★ ★



SÉCURITÉ & ACCESSIBILITÉ

Poignées ergonomiques offrant des appuis stables et sécurisés.



INSTALLATION

Fixation simple et robuste à l'entrée de nos équipements.



MATÉRIAUX

HPL imputrescible, résistant aux intempéries et aux UV.



POUR TOUS LES NIVEAUX

Adapté à différents niveaux de capacités et à de nombreux profils de résidents.



Ces poignées sont en HPL : Le Panneau Laminé Haute pression (HPL) est un matériau composite à base de fibre de bois et de résine. Totalement insensible à l'humidité et aux aléas climatiques, ce matériau imputrescible présente une parfaite stabilité dimensionnelle et une grande résistance mécanique. Sa forme ergonomique aidera le patient dans son travail de transfert et de maintien dans la station debout.



LE KIT DE VERTICALISATION Ref : Kitver

Kit d'aide à la verticalisation composé de deux poignées pouvant être adaptées à nos modèles



Poignée de maintien ergonomique.

- Aide le patient à se verticaliser.
- Transfert de la position assise à debout.

Sur les panneaux : aide le résident à maintenir une position debout pendant les activités de stimulation cognitive.



La première étape de votre parcours thérapeutique



Ces poignées sont en HPL : Le **Panneau Laminé Haute pression (HPL)** est un matériau composite à base de fibre de bois et de résine. Totalement insensible à l'humidité et aux aléas climatiques, ce matériau imputrescible présente une parfaite stabilité dimensionnelle et une grande résistance mécanique. Sa forme ergonomique aidera le patient dans son travail de transfert et de maintien dans la station debout

POURQUOI LE KIT DE VERTICALISATION ?

Passer de la position assise à la station debout : une étape essentielle vers l'autonomie

La verticalisation constitue souvent une étape préalable au déplacement. Avant de pouvoir marcher, franchir un obstacle ou réaliser une activité debout, la personne doit pouvoir **se redresser, trouver ses appuis, transférer son poids et stabiliser progressivement son corps**.

Le kit de verticalisation apporte des **prises accessibles et sécurisantes** qui permettent au professionnel de travailler spécifiquement cette transition entre la position assise et la position debout.

Un support pour travailler le transfert

Le mouvement peut être décomposé et adapté aux capacités de chacun :

- prendre les poignées et préparer le mouvement ;
- transférer progressivement le poids du corps vers l'avant ;
- solliciter les membres inférieurs pour se redresser ;
- coordonner l'action des membres supérieurs et inférieurs ;
- stabiliser la position debout ;
- maintenir cette position avant d'engager une activité.

L'intérêt est de pouvoir **répéter le geste dans un environnement sécurisé**, puis de faire évoluer progressivement le niveau d'assistance nécessaire.

Préparer les activités qui viennent ensuite

Le kit peut constituer le **premier point d'appui du parcours**.

Une fois la station debout mieux maîtrisée, la personne peut être orientée vers les différents ateliers du parcours : marche, équilibre, franchissement, coordination ou activités réalisées en position debout.

Il peut également être utilisé directement sur certains panneaux d'activités afin de permettre à une personne ayant encore besoin d'un appui de **participer à une activité de stimulation tout en travaillant le maintien de la station debout**. C'est d'ailleurs un usage déjà identifié dans le document.

Une étape qui dépasse la seule verticalisation

Dans le cadre d'un parcours destiné aux personnes cérébrolésées ou victimes d'un accident de la route, le travail du passage assis-debout peut donc être envisagé comme une **mise en situation fonctionnelle** : retrouver progressivement la capacité à se lever, à rester debout et à utiliser cette position pour réaliser les activités de la vie quotidienne.

Le kit n'est pas une fin en soi : il crée les conditions permettant d'aborder les étapes suivantes du parcours avec davantage de sécurité et d'autonomie.



VOTRE REGARD DE PROFESSIONNEL

Pourquoi cet équipement pourrait-il être intéressant pour les personnes que vous accompagnez ?

Et pour quels autres usages non cités dans ce document ?

PASSAGE SUR SOLS ET RONDINS

EN.PSRa

Marcher, ressentir, franchir,
pour retrouver une marche plus sûre
et plus naturelle.

Marcher sur différentes textures puis sur une surface composée de rondins reproduit les irrégularités rencontrées dans les déplacements quotidiens. Les informations sensorielles provenant de la voûte plantaire, associées aux variations d'appuis induites par les rondins, sollicitent simultanément les systèmes proprioceptif, vestibulaire et moteur.

Cet exercice favorise l'adaptation de la marche, améliore les stratégies d'équilibre et participe efficacement à la prévention des chutes chez la personne âgée ou en situation de handicap.



PROPRIOCEPTION
Stimulation
plantaire



ÉQUILIBRE
Statique et
dynamique



SÉCURITÉ
Doubles mains
courantes



ADAPTATION
Posturale et
sensorielle



LES CAPACITÉS SOLLICITÉES

- ✓ Proprioception plantaire
- ✓ Équilibre statique et dynamique
- ✓ Adaptation posturale
- ✓ Coordination des membres inférieurs
- ✓ Levée du pied
- ✓ Anticipation motrice
- ✓ Ajustements vestibulaires
- ✓ Contrôle moteur
- ✓ Schéma corporel
- ✓ Coordination œil-pied
- ✓ Concentration
- ✓ Confiance dans la marche

SUN JEUX



LES BÉNÉFICES ATTENDUS

- ✓ Amélioration de la stabilité lors de la marche
- ✓ Amélioration de l'adaptation du déroulé du pas sur des surfaces variées
- ✓ Réduction du risque de trébuchement
- ✓ Meilleure adaptation aux terrains irréguliers
- ✓ Amélioration de la coordination pied-regard
- ✓ Développement de réactions d'équilibre plus efficaces
- ✓ Fluidité des déplacements
- ✓ Confiance renforcée dans les déplacements extérieurs
- ✓ Stimulation sensorielle agréable et motivante



L'alternance entre textures et surface de marche en rondins développe les automatismes nécessaires pour marcher avec plus d'assurance.



LES OBJECTIFS THÉRAPEUTIQUES

- ✓ Prévention des chutes
- ✓ Rééducation de la marche
- ✓ Adaptation de la marche aux changements de surface
- ✓ Amélioration du contrôle des appuis
- ✓ Développement des ajustements posturaux
- ✓ Réadaptation motrice
- ✓ Amélioration des réactions d'équilibration
- ✓ Stimulation des récepteurs plantaires
- ✓ Optimisation du déroulé du pas
- ✓ Intégration dans un circuit thérapeutique complet



LES INDICATIONS CLINIQUES

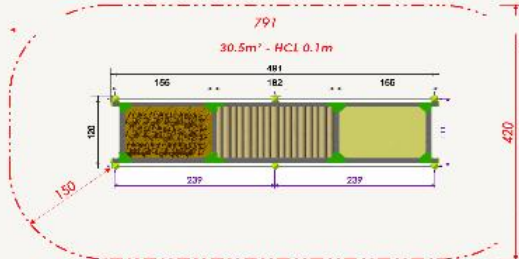
- ✓ Personnes âgées à risque de chute
- ✓ Syndrome post-chute
- ✓ Maladie de Parkinson
- ✓ Troubles vestibulaires légers à modérés
- ✓ Suites d'AVC selon les capacités
- ✓ Rééducation locomotrice
- ✓ Diminution de la levée du pied
- ✓ Troubles neurologiques stabilisés
- ✓ Patients en réadaptation fonctionnelle
- ✓ Adultes en situation de handicap neurologique

DESCRIPTION

Parcours sécurisé équipé de doubles mains courantes comprenant plusieurs compartiments pouvant recevoir différents matériaux (sable, graviers roulés, galets, écorces, copeaux...) associés à une zone de marche sur rondins en bois.

L'alternance des textures et des rondins oblige l'utilisateur à adapter en permanence la hauteur du pas, la longueur de la foulée et la qualité de ses appuis, reproduisant les contraintes rencontrées dans les déplacements quotidiens.

Existe également en version pour terrasse avec fixation sur équerres.



Surface de marche utile : 4,91 m x 1,14 m
Hauteur des mains courantes : 0,85 m

MATÉRIAUX

- Structure aluminium thermolaqué
- Visserie inox
- Revêtement antidérapant
- Rondins bois haute résistance
- Résistant aux intempéries et aux UV

Conçu pour un usage extérieur durable

ÉQUIPEMENT À REMPLIR

- Sable
- Écorces
- Graviers roulés
- Galets
- Relief EPDM
- Copeaux de bois



POURQUOI C'EST ESSENTIEL ?

Les changements de texture et les surfaces irrégulières sont fréquemment responsables d'une perte de stabilité chez les personnes âgées. La marche sur les rondins, associée aux différents sols meubles, sollicite la sensibilité plantaire, l'équilibre et les capacités d'adaptation de la marche. Le cerveau apprend à ajuster en permanence les appuis, la posture et le déroulé du pas afin de sécuriser les déplacements.

**Plus de stabilité, plus d'autonomie,
une marche plus sûre.**



RÉSUMÉ

Le Passage sur sols et rondins est un équipement de rééducation de la marche qui combine la stimulation proprioceptive des différents revêtements de sol à une surface de marche en rondins. Cette alternance de textures et d'appuis sollicite les capacités d'adaptation, l'équilibre et la coordination tout en améliorant la qualité du déroulé du pas. Utilisé dans les jardins thérapeutiques, les parcours de rééducation ou les espaces de prévention des chutes, il contribue au maintien de l'autonomie et à la sécurisation des déplacements des personnes âgées ou en situation de handicap.



**CONFORME
EN 16630**
Équipements de fitness
extérieurs



POUR TOUS
Usage individuel ou
accompagné selon
les capacités



UTILISATION
EHPAD - SSR - FAM - MAS
IME - Hôpitaux - Centres
de rééducation



**IDÉAL POUR JARDINS
THÉRAPEUTIQUES**
Parcours de marche et
prévention des chutes

Passage sols et rondins réf: EN.PSR2

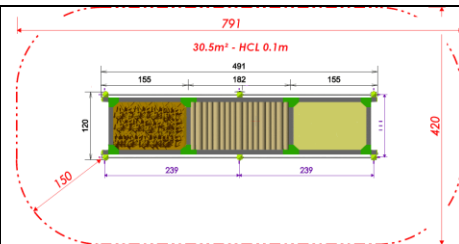
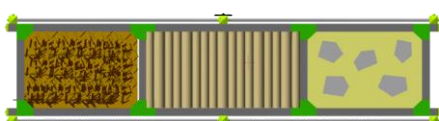
Passage sur sols et rondins : ENPSR2a

Équipement sur la marche et son aspect proprioceptif.

Marcher sur différents types de sols meubles est un exercice de proprioception. Les différentes matières sont ressenties par les terminaisons nerveuses au niveau de la voûte plantaire. Ce ressenti est accentué sur la partie en rondins. Le pas et la posture s'adaptent en fonction de la situation rencontrée. Exercice de prévention de la chute chez la personne âgée. A remplir selon votre convenance : Gravier roulé, gros galets, sable, écorce, relief en epdm. Existe aussi en version pour terrasse : fixation sur équerres.



4m91x1m14



POURQUOI LE PASSAGE SUR SOLS ET RONDINS ?

Réapprendre à adapter son pas aux surfaces rencontrées

Marcher dans la vie quotidienne ne signifie pas uniquement avancer sur une surface régulière. Le sol peut être meuble, irrégulier, souple ou présenter des reliefs. La personne doit alors **adapter son appui, son pas et sa posture** à ce qu'elle ressent sous ses pieds.

Le Passage sur sols et rondins permet de recréer progressivement cette diversité de sensations dans un environnement maîtrisé.

Retrouver les informations provenant des pieds

Les différentes surfaces proposées sollicitent les informations sensorielles perçues au niveau de la plante des pieds. Le changement de texture et, plus particulièrement, le passage sur les rondins amènent la personne à **modifier ses appuis et à adapter son déplacement**.

Le professionnel peut ainsi observer comment la personne réagit lorsqu'elle quitte une surface connue pour une surface différente.

Passer d'une marche sécurisée à une marche adaptée

Dans le parcours, cet équipement intervient après les premières étapes de reprise de la marche.

Il permet progressivement de travailler :

- la perception des appuis plantaires ;
- l'adaptation du pas ;
- les changements de posture ;
- l'équilibre lors du déplacement ;
- la capacité à faire face à une surface inhabituelle ;
- la confiance lors des déplacements.

L'objectif n'est donc pas simplement de « **marcher sur du gravier ou des rondins** », mais de retrouver la capacité à **adapter son déplacement à l'environnement**.

Un travail particulièrement pertinent avant le retour aux déplacements quotidiens

Pour une personne cérébrolésée ou victime d'un accident de la route, cette capacité d'adaptation peut trouver sa place dans la préparation aux situations rencontrées à l'extérieur : changement de revêtement, sol irrégulier, passage d'une surface dure à une surface meuble, petits obstacles ou variations des appuis.

Le parcours peut ainsi faire évoluer la personne d'une marche réalisée dans un environnement très contrôlé vers une marche **plus adaptable et plus fonctionnelle**.

La marche ne consiste pas seulement à avancer : elle consiste aussi à savoir adapter ses appuis à ce que l'on rencontre.



VOTRE REGARD DE PROFESSIONNEL

Pourquoi cet équipement pourrait-il être intéressant pour les personnes que vous accompagnez ?

Et pour quels autres usages non cités dans ce document ?

LE SAUT DE HAIES ÉTROIT

EN.SHEa

Réapprendre à enjamber les obstacles du quotidien en toute sécurité.



ENJAMBER
Franchir les obstacles avec sécurité



ÉQUILIBRE
Maintien et réactions d'équilibre



COORDINATION
Membres inférieurs et dissociation des mouvements



SÉCURITÉ
Doubles mains courantes sécurisantes



Exercice : exercice d'enjambement sur différentes hauteurs.
Les différentes haies permettent d'adapter l'exercice au niveau de chacun.



LES CAPACITÉS SOLLICITÉES

- ✓ Coordination des membres inférieurs
- ✓ Amplitude de flexion de hanche et de genou
- ✓ Équilibre dynamique
- ✓ Contrôle postural
- ✓ Anticipation motrice
- ✓ Dissociation des mouvements
- ✓ Proprioception
- ✓ Planification motrice
- ✓ Concentration
- ✓ Confiance dans les déplacements



LES BÉNÉFICES ATTENDUS

L'enjambement sollicite simultanément l'équilibre, la coordination et la capacité d'anticipation.

La répétition progressive de l'exercice contribue à :

- ✓ améliorer la hauteur du pas ;
- ✓ limiter les risques d'accrochage du pied ;
- ✓ renforcer les réactions d'équilibre ;
- ✓ développer la mobilité des hanches ;
- ✓ améliorer la coordination entre les membres inférieurs ;
- ✓ restaurer la confiance lors des déplacements.



Activité modulable et évolutive pour une progression adaptée à chaque utilisateur.



LES OBJECTIFS THÉRAPEUTIQUES

Le Saut de haies constitue un excellent support de rééducation fonctionnelle.

Il permet notamment de travailler :

- ✓ la prévention des chutes ;
- ✓ la reprise de la marche après hospitalisation ;
- ✓ l'amélioration du franchissement d'obstacles ;
- ✓ la qualité du schéma de marche ;
- ✓ l'augmentation de l'amplitude du pas ;
- ✓ la coordination motrice ;
- ✓ l'autonomie dans les déplacements.

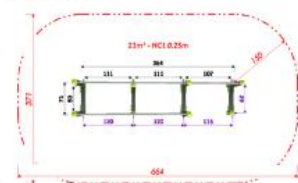


LES INDICATIONS CLINIQUES

Cet équipement est particulièrement indiqué pour :

- ✓ les personnes âgées présentant un risque de chute ;
- ✓ les suites d'AVC ;
- ✓ la maladie de Parkinson ;
- ✓ les troubles vestibulaires légers à modérés ;
- ✓ les troubles neurologiques stabilisés ;
- ✓ les personnes présentant un déficit de coordination ;
- ✓ les personnes ayant une diminution de l'amplitude du pas ;
- ✓ les patients en réadaptation locomotrice ;
- ✓ les adultes en situation de handicap moteur.

DIMENSIONS



VERSIONS DISPONIBLES

Le Saut de haies étroit, comme l'ensemble de nos équipements de psychomotricité, existe en deux largeurs de passage : étroit et large.

Il peut être fabriqué en quatre versions :

- ✓ Bois et inox à sceller au béton
- ✓ Bois et inox fixation par platines ou équerres
- ✓ Alu, inox et HPL à sceller au béton
- ✓ Alu, inox et HPL fixation par platines ou équerres

POURQUOI CET ÉQUIPEMENT EST PARTICULIÈREMENT INTÉRESSANT ?



L'une des principales causes de chute n'est pas uniquement la perte d'équilibre, mais l'incapacité à franchir un obstacle sans modifier correctement son schéma de marche. Un simple seuil de porte, un trottoir, un tuyau d'arrosage, une racine, un jouet oublié au sol ou un rebord de tapis peuvent devenir des obstacles difficiles à franchir lorsque la hauteur du pas diminue.

Le Saut de haies reproduit ces situations dans un environnement parfaitement sécurisé. Grâce à la progression des hauteurs, l'utilisateur réapprend à lever le pied, contrôler son équilibre sur un seul appui et reposer le membre inférieur avec précision.

L'entraînement répété améliore les automatismes nécessaires au franchissement des obstacles rencontrés quotidiennement et participe directement à la prévention des chutes.



LA MARCHÉ NE SE RÉSUMÉ PAS À AVANCER UN PIED DEVANT L'AUTRE

Le cerveau doit en permanence anticiper les obstacles présents sur le trajet et programmer une élévation suffisante du pied tout en maintenant l'équilibre sur le membre opposé.

Cette succession d'ajustements fait intervenir la vision, la proprioception, le système vestibulaire et la coordination musculaire.

Le Saut de haies permet de réentraîner cette chaîne sensorimotrice dans des conditions progressives, reproductibles et sécurisées.

À mesure que la confiance revient, les mouvements deviennent plus fluides et les franchissements plus naturels, favorisant ainsi le maintien de l'autonomie.



CE QUE REPRODUIT CET ÉQUIPEMENT DANS LA VIE QUOTIDIENNE



Trottoir



Seuil de porte



Bordure de jardin



Tapis



Racine



Tuyau d'arrosage



Marche isolée



Obstacle sur un chemin



Jouet laissé au sol



Petit dénivelé

OBJECTIF : RETROUVER LA CAPACITÉ D'ENJAMBER LES OBSTACLES DU QUOTIDIEN AVEC DAVANTAGE DE SÉCURITÉ ET DE CONFIANCE.



SUNJEUX - 19A rue de la Mairie - 59164 Marpent
☎ 03 27 64 67 22 ☎ 06 41 43 43 93 ✉ sunjeux@sunjeux.com
www.jardin-sensoriel.com www.sunjeux.com



VOUS POUVEZ ÊTRE CONSEILLÉ
AU 03 27 64 62 22

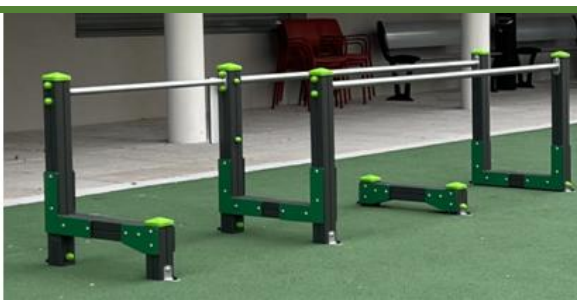
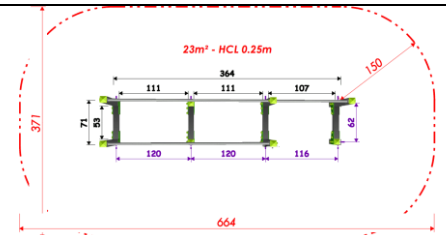
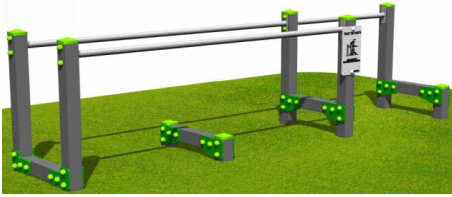
Le Saut de Haies étroit

Le Saut de Haies étroit : ENSHEa

[Vidéo.](#)

Enjambement sur différentes hauteurs.

Une des principales causes de chutes est l'incapacité d'enjamber avec sécurité un obstacle. Exercice d'enjambement sur différentes hauteurs. On enjambe progressivement sur différentes hauteurs.





POURQUOI LE SAUT DE HAIES ?

Réapprendre à franchir un obstacle en toute sécurité

Dans la vie quotidienne, un déplacement peut être interrompu par un obstacle : un seuil, une marche, un objet au sol, une bordure ou une irrégularité du chemin.

Franchir un obstacle demande de **lever suffisamment le pied, contrôler son déplacement, maintenir son équilibre et coordonner ses mouvements**. Une difficulté dans cette séquence peut perturber la marche et augmenter le risque de chute.

Le Saut de haies permet de travailler cette capacité dans un environnement **progressif et maîtrisé**, avec des hauteurs d'obstacles adaptées aux possibilités de la personne. La fiche actuelle présente justement l'équipement comme un exercice d'enjambement sur différentes hauteurs.

Décomposer puis reconstruire le mouvement

L'exercice peut être abordé progressivement :

- identifier l'obstacle ;
- préparer son déplacement ;
- lever le pied suffisamment pour le franchir ;
- contrôler la pose du pied ;
- transférer son poids sur l'appui suivant ;
- retrouver une marche régulière après le franchissement.

Les mains courantes permettent également de disposer d'un **repère et d'un appui sécurisant** lorsque cela est nécessaire.

Retrouver la confiance dans le franchissement

Après une chute, une hospitalisation ou une période de réduction importante des déplacements, certains gestes peuvent devenir appréhendés.

Le franchissement répété d'obstacles de hauteur progressive permet au professionnel d'adapter la difficulté aux capacités de la personne et de l'accompagner vers une réalisation plus autonome.

L'objectif n'est pas de « sauter » au sens sportif du terme, mais de **réapprendre à lever le pied, franchir et retrouver son équilibre**.

Une compétence directement transférable au quotidien

Dans le cadre d'un parcours destiné notamment aux personnes cérébrolésées ou victimes d'un accident de la route, le Saut de haies constitue une étape intéressante entre la marche sur un parcours sécurisé et les déplacements dans un environnement réel.

Franchir un obstacle, c'est être capable de modifier momentanément sa façon de marcher sans perdre son équilibre.



VOTRE REGARD DE PROFESSIONNEL

Pourquoi cet équipement pourrait-il être intéressant pour les personnes que vous accompagnez ?

Et pour quels autres usages non cités dans ce document ?

SAUT DE PUCE

Répéter le mouvement pour progressivement l'automatiser



ENJAMBEMENT RÉGULARITÉ COORDINATION RYTHME AUTOMATISATION ÉQUILIBRE

Guide des Ateliers Thérapeutiques



- Enjambement cyclique et répétitif
- Même hauteur et même longueur de passage
- Simple appui ou double appui
- Travail progressif de la régularité
- Version étroite pour un usage maîtrisé
- Version large pour un travail plus dynamique

LE PRINCIPE : RÉPÉTER POUR AUTOMATISER

Lever le genou → franchir → allonger la jambe → poser → recommencer

Le Saut de puce permet de travailler l'enjambement de façon cyclique, régulière et répétitive. Les obstacles sont disposés à même hauteur et sur une même longueur de passage. Cette stabilité crée des repères constants et facilite la répétition de la même séquence motrice.

L'exercice peut être réalisé avec un simple appui ou un double appui du pied, puis progressivement avec l'alternance des deux pieds. L'enjambement peut être travaillé sur et entre les barres.

- Bois ou métal, à sceller ou pour terrasse



LE PARCOURS DE L'AUTOMATISATION

1

JE DÉCOUVRE

Je franchis chaque obstacle en contrôlant mon mouvement.

Contrôle

→

2

JE RÉPÈTE

Je reproduis la même séquence sur plusieurs obstacles.

Répétition

→

3

J'ENCHAÎNE

Je recherche une cadence régulière et un mouvement plus fluide.

Rythme

→

4

J'AUTOMATISE

La séquence devient progressivement plus naturelle.

Automatisation

DEUX VERSIONS POUR PROGRESSER

SAUT DE PUCE ÉTROIT — ENSPEa

Une configuration destinée à un travail progressif et sécurisé. Elle permet de décomposer le mouvement, de contrôler les appuis et de rechercher progressivement une cadence régulière.

- ✓ Simple ou double appui
- ✓ Travail contrôlé
- ✓ Progression vers l'automatisation

SAUT DE PUCE LARGE — ENSPLa

Une configuration destinée à un travail plus dynamique. Lorsque le mouvement est maîtrisé, la vitesse d'enchaînement peut augmenter et l'exercice peut être réalisé en courant.

- ✓ Déplacement dynamique
- ✓ Augmentation progressive de la vitesse
- ✓ Automatisation intégrée au déplacement

CAPACITÉS SOLLICITÉES

- Coordination des membres inférieurs
- Levée du genou
- Enjambement
- Alternance des appuis
- Régularité du pas
- Cadence et rythme

BÉNÉFICES ATTENDUS

- Meilleure régularité du déplacement
- Enchaînement plus fluide des appuis
- Progression dans l'enjambement
- Renforcement des repères moteurs
- Développement de l'automatisation
- Passage progressif du contrôle vers la fluidité

OBJECTIFS & INDICATIONS

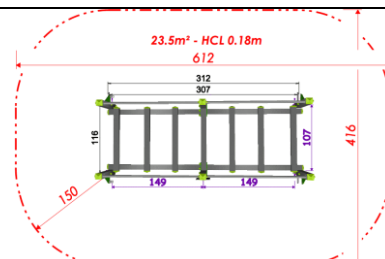
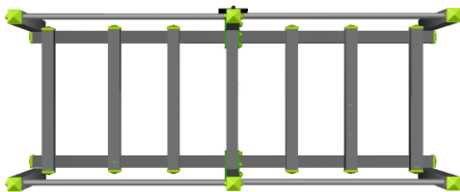
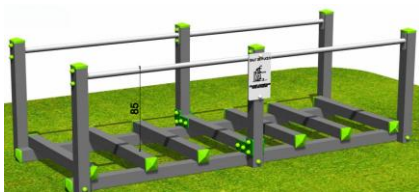
- Rééducation et réapprentissage de la marche
- Travail de l'enjambement et des appuis
- Coordination et régularité du pas
- Perte ou difficulté d'automatismes
- Syndrome parkinsonien avec freezing

Le Saut de puce

Saut de puce large: ENSPLa

Enjambement sur la même longueur et hauteurs.

Enjambement d'une façon automatisée et répétitive. Obstacle de même hauteur sur la même longueur cela permet de travailler la régularité de l'enjambement. Lever les genoux pour éviter l'obstacle, allonger la jambe et la reposer. L'enjambement peut se faire un pied à la fois ou alternativement avec les deux.



POURQUOI LE SAUT DE PUCE DANS SA VERSION LARGE ?

De l'apprentissage du franchissement vers un déplacement plus dynamique

Après avoir travaillé le franchissement d'obstacles de différentes hauteurs, la version large du Saut de puce permet d'aborder une étape plus dynamique du parcours.

La régularité des obstacles et leur répétition permettent de rechercher progressivement **la fluidité et l'automatisation du mouvement** : lever les genoux, franchir, allonger la jambe, reposer le pied et enchaîner avec l'obstacle suivant.

Une progression vers davantage d'autonomie

La largeur de l'installation offre également davantage de possibilités d'utilisation.

Dans un premier temps, la personne peut conserver **un ou deux appuis** pour se sécuriser et contrôler son déplacement.

Puis, en fonction de ses capacités, les appuis peuvent être diminués afin de rechercher une marche plus autonome.

Lorsque les capacités le permettent, l'exercice peut devenir **plus dynamique**, avec une augmentation de la vitesse et une utilisation plus proche d'une activité physique.

Une étape vers le retour aux activités extérieures

Dans le cadre du parcours destiné notamment aux personnes cérébrolésées ou victimes d'un accident de la route, cette version large peut correspondre à une phase plus avancée de la récupération.

L'objectif est progressivement de quitter un exercice très contrôlé pour retrouver **une capacité de déplacement plus spontanée, plus fluide et plus dynamique**.

Elle peut ainsi accompagner une personne qui se rapproche d'un retour à domicile et qui doit retrouver non seulement la capacité de marcher, mais également **la possibilité de se déplacer avec davantage d'aisance dans son environnement quotidien et de reprendre certaines activités physiques**.

Une même installation, plusieurs niveaux de progression

Le Saut de puce large peut donc accompagner différentes étapes :

avec appui → avec moins d'appui → sans appui → déplacement plus rapide → utilisation plus dynamique.

Cette progression permet au professionnel d'adapter l'exercice aux capacités de chacun, sans transformer l'équipement en exercice sportif imposé.

Lorsque la personne progresse, l'objectif n'est plus seulement de franchir l'obstacle : il devient possible de retrouver de la fluidité, de la vitesse et du plaisir dans le mouvement.



VOTRE REGARD DE PROFESSIONNEL

Pourquoi cet équipement pourrait-il être intéressant pour les personnes que vous accompagnez ?

Et pour quels autres usages non cités dans ce document ?

LE DÔME PMR

Franchir en toute sécurité

Réf : **ENDOPa**  **USAGE PIÉTON & PMR**

Le Dôme PMR est un agrès de franchissement conçu pour travailler la coordination entre la posture et le mouvement, afin de favoriser un état d'équilibre optimal et de réaliser une action motrice sécurisée.

Sa conception permet un usage piéton et PMR.

La difficulté se situe principalement sur la longueur de l'exercice et non sur l'inclinaison du plancher, adaptée à un usage en sécurité.



LE CONCEPT

Le franchissement sollicite simultanément la posture et le mouvement.



COORDINATION POSTURE – MOUVEMENT :
l'usager adapte en permanence son équilibre à la progression sur la surface.



FRANCHISSEMENT SÉCURISÉ :
la longueur de l'agrès crée un défi progressif sans accentuer l'inclinaison.



USAGE PIÉTON & PMR :
conçu pour être accessible aux personnes à mobilité réduite.



SÉCURITÉ OPTIMALE :
plancher à faible pente pour un usage sûr et confiant.



UNE PROGRESSION SUR LA LONGUEUR

- 1 JE M'ENGAGE** J'entre dans l'atelier et je trouve ma posture.
- 2 JE FRANCHIS** Je coordonne posture et mouvement pendant le déplacement.
- 3 JE POURSUIS** Je progresse sur la longueur de l'exercice.
- 4 JE MAÎTRISE** Je réalise un déplacement plus efficace et stable.

CARACTÉRISTIQUES & CONFIGURATION

- ✓ Référence : ENDOPa – Dôme PMR
- ✓ Usage piéton et PMR
- ✓ Plancher adapté à un usage en fauteuil roulant
- ✓ Difficulté principalement liée à la longueur de l'exercice
- ✓ Configuration pensée pour le franchissement et le déplacement

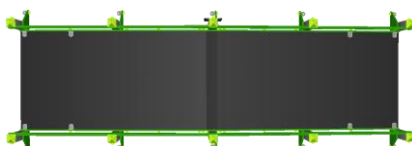
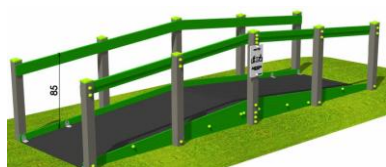


Le Dôme réf: EN.DOPa

Le Dôme PMR : ENDOPa

Exercice de franchissement.

Les agrès de franchissement font partis des activités locomotrices qui permettent d'assurer la coordination entre la posture et le mouvement pour maintenir un état d'équilibre optimal et réaliser l'action motrice la plus efficace. Le dôme PMR est adapté pour un usage piéton la difficulté étant sur la longueur de l'exercice et non pas sur l'inclinaison du plancher qui est adapté à un usage en fauteuil roulant.



POURQUOI LE DÔME PMR ?

Se rapprocher des situations rencontrées dans la vie quotidienne

Le Dôme PMR permet de proposer une **mise en situation proche de la réalité** : celle d'un déplacement sur un plan incliné, comme une personne peut en rencontrer sur les accès PMR des communes, des administrations, des commerces ou de nombreux lieux publics.

Après avoir travaillé la verticalisation, la marche, l'équilibre et l'adaptation des appuis sur différents parcours, cette étape permet d'introduire une nouvelle difficulté : **se déplacer sur une pente tout en conservant sa stabilité et ses capacités de déplacement.**

Apprendre à se déplacer sur un plan incliné

À pied comme en fauteuil roulant, le changement de niveau modifie les repères habituels.

La personne doit adapter sa posture, ses appuis et son déplacement. Les mains courantes permettent, lorsque cela est nécessaire, de disposer d'un point d'appui sécurisant. Le professionnel peut également accompagner la personne et ajuster le niveau d'aide en fonction de ses capacités.

Le travail peut ainsi être réalisé progressivement : **avec appui, avec l'aide du professionnel, puis avec davantage d'autonomie**, en fonction des objectifs définis.

Une étape vers le retour à l'extérieur

L'intérêt du Dôme PMR est justement de faire le lien entre **la rééducation et les situations que la personne devra retrouver dans son quotidien.**

Le plan incliné n'est plus seulement un exercice : il devient une situation familière que la personne apprend à appréhender, à maîtriser et à reproduire avec davantage d'assurance.

Être capable de franchir une pente dans un environnement sécurisé peut contribuer à renforcer la confiance dans ses propres capacités et à préparer progressivement la personne à retrouver davantage d'autonomie dans ses déplacements.

Nous sommes alors **à un pas du retour à domicile et de la vie à l'extérieur** : retrouver suffisamment de confiance pour sortir, accéder à un commerce, entrer dans une administration, se déplacer dans sa commune ou simplement reprendre des habitudes de vie plus autonomes.

L'objectif n'est pas seulement de franchir une pente. Il est de permettre à la personne de retrouver confiance dans sa capacité à se déplacer dans le monde réel.



VOTRE REGARD DE PROFESSIONNEL

Pourquoi cet équipement pourrait-il être intéressant pour les personnes que vous accompagnez ?

Et pour quels autres usages non cités dans ce document ?

LA BOSSE & ESCALIER

Retrouver la confiance pour franchir les obstacles du quotidien

FRANCHISSEMENT ÉQUILIBRE ESCALIER
PENTE SCHÉMA CORPOREL CONFIANCE

Chaque déplacement comporte des obstacles : une pente, une marche, un trottoir, un pont, un escalier ou une différence de niveau.

La bosse & escalier permettent de retrouver progressivement les automatismes nécessaires pour franchir ces situations dans un environnement sécurisé.

L'alternance entre montée, descente, pente et franchissement sollicite simultanément l'équilibre, la coordination, la proprioception et la confiance indispensables au retour à une mobilité autonome.



JARDIN-SENSORIEL

Guide des Ateliers Thérapeutiques

- Parcours complet : pente, sommet, descente et escalier
- Mains courantes des deux côtés
- Structure robuste et sécurisante
- Surface antidérapante et demi-rondins sensoriels
- Adapté à tous les niveaux de capacité
- Utilisation en intérieur ou en extérieur

LE PARCOURS DE FRANCHISSEMENT

1 JE MONTE L'ESCALIER



Je mobilise mes jambes et j'utilise les mains courantes si nécessaire.

Objectif :
Préparer l'effort de montée en améliorant la propulsion.

2 JE DESCENDS L'ESCALIER



Je retrouve les automatismes de franchissement d'un escalier.

Objectif :
Préparer les déplacements de la vie quotidienne.

3 JE MONTE LA BOSSE



Je contrôle ma vitesse et transfère mon poids vers l'avant.

Objectif :
Réduire l'appréhension des descentes.

4 JE DESCENDS LA BOSSE



Je retrouve les automatismes de franchissement d'une descente.

Objectif :
Préparer les déplacements de la vie quotidienne.

LES CAPACITÉS SOLLICITÉES



Capacités motrices

- Franchissement
- Montée
- Descente
- Marche en pente
- Marche sur escaliers
- Équilibre dynamique
- Contrôle postural
- Coordination
- Propulsion
- Freinage du mouvement
- Renforcement musculaire
- Mobilité articulaire



Capacités cognitives

- Anticipation
- Planification motrice
- Attention
- Adaptation du pas
- Appréciation des distances
- Confiance en soi
- Orientation spatiale
- Double tâche

LES BÉNÉFICES ATTENDUS

- ✓ Réapprentissage du franchissement.
- ✓ Amélioration de la montée et de la descente.
- ✓ Développement de la puissance des membres inférieurs.
- ✓ Renforcement de l'équilibre dynamique.
- ✓ Diminution de la peur du vide.
- ✓ Amélioration de la stabilité posturale.
- ✓ Meilleure perception plantaire.
- ✓ Préparation au retour à domicile.

LES OBJECTIFS THÉRAPEUTIQUES

- ⊗ Restaurer les automatismes de franchissement.
- ⊗ Développer les réactions d'équilibre.
- ⊗ Améliorer le contrôle postural.
- ⊗ Favoriser le transfert du poids du corps.
- ⊗ Renforcer les membres inférieurs.
- ⊗ Stimuler la proprioception plantaire.
- ⊗ Préparer les déplacements en extérieur.
- ⊗ Restaurer la confiance lors des changements de niveau.

INDICATIONS CLINIQUES

- Syndrome post-chute
- Rééducation de la marche
- Rééducation après prothèse de hanche
- Rééducation après prothèse du genou
- AVC stabilisé
- Maladie de Parkinson
- Sarcopénie
- Déconditionnement moteur
- Troubles de l'équilibre
- Activité Physique Adaptée (APA)
- Prévention des chutes

LE SAVIEZ-VOUS ?

La descente d'un escalier est souvent plus difficile que la montée. Elle sollicite davantage le contrôle postural, les contractions musculaires excentriques et la capacité à transférer son poids vers l'avant, ce qui explique pourquoi elle est fréquemment source d'appréhension après une chute.



POURQUOI INTÉGRER LA BOSSE & ESCALIER DANS UN JARDIN THÉRAPEUTIQUE ?

Parce que la plupart des situations de la vie quotidienne ne se déroulent jamais sur un sol parfaitement plat. Cet équipement permet d'enchaîner plusieurs situations fonctionnelles : pente, sommet, descente, escalier, changement de niveau. Il constitue un véritable laboratoire du déplacement où le patient retrouve progressivement les capacités nécessaires pour évoluer dans son environnement réel.



NOTRE APPROCHE

Retrouver son autonomie ne consiste pas uniquement à marcher. Il faut pouvoir monter un trottoir, descendre un escalier, franchir une passerelle ou traverser un pont sans hésitation. La bosse & escalier recréent ces situations dans un environnement sécurisé afin que la confiance revienne avant le retour dans la vie quotidienne.



SÉCURITÉ OPTIMALE

Mains courantes continues, surface antidérapante.



ACCESSIBLE À TOUS

Adapté à différents niveaux de capacité.

FONCTIONS THÉRAPEUTIQUES PRINCIPALES

Franchissement	★★★★★
Montée / Descente	★★★★★
Équilibre dynamique	★★★★★
Contrôle postural	★★★★★
Renforcement musculaire	★★★★★
Proprioception plantaire	★★★★★
Appréhension du vide	★★★★★
Confiance en soi	★★★★★
Prévention des chutes	★★★★★
Transfert vers la vie quotidienne	★★★★★

www.jardin-sensoriel.com

sunjeux

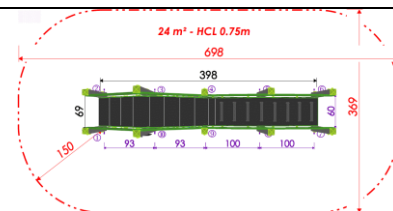
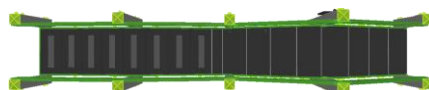
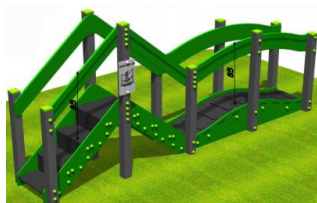
Des équipements pensés pour le bien-être, la mobilité et l'autonomie.

La Bosse / Escalier

La Bosse / Escalier : ENBEa

Exercice de franchissement.

La bosse escalier permet de solliciter les capacités motrices des membres inférieurs ainsi que la traction sur les membres supérieurs à l'aide des mains courantes pour la montée. Le dôme de franchissement est constitué de demi-rondins qui permettront également un ressenti au niveau de la sensibilité tactile plantaire, surtout qu'avec l'âge, la sensibilité tactile diminue à l'extrémité distale des membres inférieurs. Equipement sur le contrôle postural, la flexion des membres inférieurs, l'appréhension du vide.



POURQUOI LA BOSSE / ESCALIER ?

Retrouver les automatismes nécessaires pour monter et descendre

Monter ou descendre un escalier fait partie des gestes les plus courants de la vie quotidienne. Pourtant, après un accident, une lésion cérébrale, une période d'immobilisation ou une perte de capacités motrices, ce mouvement qui semblait autrefois automatique peut devenir difficile, voire source d'appréhension.

La Bosse / Escalier permet de **reproduire cette situation dans un environnement sécurisé**, en sollicitant progressivement les capacités nécessaires au franchissement d'un changement de niveau.

Solliciter les membres inférieurs et organiser le mouvement

La montée demande un engagement important des membres inférieurs et une capacité à transférer son poids d'un niveau à l'autre. Les mains courantes offrent parallèlement la possibilité de prendre appui et, lorsque cela est nécessaire, de solliciter les membres supérieurs pour accompagner le mouvement.

Le professionnel peut ainsi travailler progressivement :

- la flexion des membres inférieurs ;
- le transfert du poids du corps ;
- la montée d'une marche puis de l'autre ;
- la coordination entre les membres inférieurs et supérieurs ;
- le contrôle postural ;
- la capacité à regarder et à anticiper le niveau suivant ;
- puis la descente, qui demande une autre organisation du mouvement.

La présence des demi-rondins (ou surépaisseur) apporte également une variation du contact sous les pieds et peut solliciter les informations sensorielles plantaires.

La descente : une étape à ne pas négliger

Dans la vie quotidienne, savoir monter ne suffit pas. **Il faut également être capable de redescendre.**

La descente demande à la personne de contrôler son mouvement, de gérer son transfert de poids et de placer son pied avec précision sur le niveau inférieur. Elle peut également être davantage appréhendée lorsque la personne perçoit le changement de hauteur ou le vide devant elle.

L'exercice permet donc de travailler cette situation progressivement, en donnant au professionnel la possibilité d'adapter le niveau d'accompagnement aux capacités de la personne.

Du franchissement sécurisé vers les situations de la vie quotidienne

Dans le parcours destiné notamment aux personnes cérébrolésées ou victimes d'un accident de la route, la Bosse / Escalier constitue une étape importante avant le retour à des déplacements plus autonomes.

Après avoir retrouvé la station debout, la marche et la capacité à franchir des obstacles, **il s'agit maintenant de retrouver la capacité à changer de niveau.**

Un escalier à franchir, une marche à monter, un trottoir à négocier ou quelques marches à descendre sont autant de situations que la personne pourra retrouver en sortant de l'établissement.

L'objectif n'est pas simplement de monter et descendre un équipement. Il est de permettre à la personne de retrouver progressivement un mouvement plus automatique, plus maîtrisé et surtout suffisamment confiant pour pouvoir réinvestir les situations de la vie quotidienne.



VOTRE REGARD DE PROFESSIONNEL

Pourquoi cet équipement pourrait-il être intéressant pour les personnes que vous accompagnez ?

Et pour quels autres usages non cités dans ce document ?



La poutre d'équilibre accompagne les personnes dans la reconquête de leur autonomie en développant l'équilibre, la coordination, le contrôle postural et la confiance dans les déplacements.

Véritable support thérapeutique, elle s'adapte au niveau de chaque utilisateur et accompagne sa progression tout au long de sa rééducation.

POUTRE D'ÉQUILIBRE



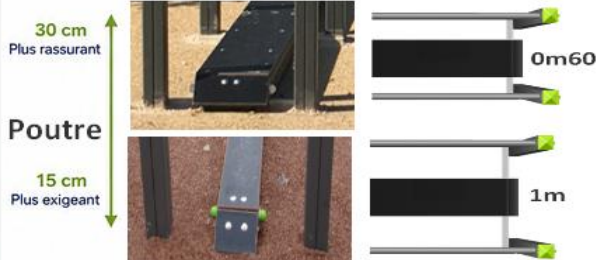
LES POINTS FORTS

- 4 configurations adaptées au niveau d'autonomie
- Utilisation intérieure et extérieure des mains courantes
- Compatible avec le Kit de Verticalisation
- Activités individuelles ou de groupe
- Exercices moteurs, cognitifs et fonctionnels
- Progression thérapeutique évolutive
- Favorise le retour à l'autonomie et la confiance en soi

Marcher • S'équilibrer • Coordonner ses mouvements Retrouver progressivement son autonomie
Un espace thérapeutique pour retrouver confiance dans ses déplacements

4 CONFIGURATIONS DISPONIBLES

2 largeurs de mains courantes



Le choix de la configuration (largeur de la poutre et unité de passage) est déterminé lors de la conception du projet en fonction du public accueilli.

DOMAINES DE TRAVAIL

ÉQUILIBRE	MARCHE	COORDINATION	DOUBLE TÂCHE	RENFORCEMENT	VIE QUOTIDIENNE
Travail de l'équilibre statique et dynamique, polygone de sustentation	Marche avant, arrière, latérale, variation de vitesse et de longueur de pas	Coordination membres supérieurs / membres inférieurs	Situations motrices et cognitives simultanées	Renforcement musculaire, équilibre unipodal, transfert de poids	Apprentissage des gestes de la vie quotidienne en sécurité

EXEMPLES D'EXERCICES RÉALISABLES (LISTE NON EXHAUSTIVE)



PROGRESSION THÉRAPEUTIQUE

- Appui à deux mains
- Appui à une main
- Appui intermittent
- Sans appui
- Double tâche
- Activités de la vie quotidienne

La progression de l'utilisateur ne repose pas sur une modification de l'équipement, mais sur l'évolution des exercices proposés par le professionnel.



PARCOURS THÉRAPEUTIQUE



Chaque étape prépare la suivante pour accompagner la personne vers plus d'autonomie.

LE SAVIEZ-VOUS ?

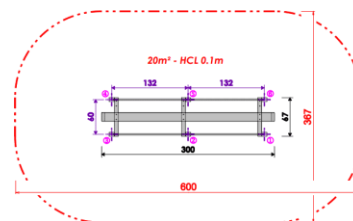
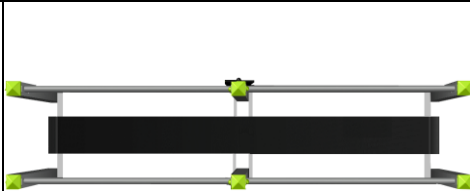
La marche est une succession de déséquilibres et de rééquilibres. Apprendre à transférer le poids du corps sur un membre inférieur avant le pas suivant est essentiel pour sécuriser la marche et prévenir les chutes.

La Poutre d'équilibre

La poutre d'équilibre:
ENPE15Ea

Exercice d'équilibre.

Permet d'améliorer la coordination et la stabilisation des membres inférieurs et supérieurs du corps. Recherche du polygone de sustentation, aide la personne à se réapproprier son corps et à l'investir plus positivement par une meilleure organisation du mouvement et de la posture.



POURQUOI LA POUTRE D'ÉQUILIBRE ?

Travailler l'équilibre dans une situation de plus en plus exigeante

L'équilibre ne consiste pas seulement à rester debout sans tomber. Il s'agit pour la personne de **contrôler sa posture, organiser ses mouvements et adapter ses appuis** pour maintenir son corps dans une situation stable.

La poutre d'équilibre permet de réduire volontairement la largeur de la surface de déplacement et d'amener ainsi la personne à rechercher en permanence le meilleur équilibre possible.

Elle sollicite notamment la coordination et la stabilisation des membres inférieurs et supérieurs, ainsi que l'organisation du mouvement et de la posture.

Un équipement qui peut évoluer avec les capacités de la personne

L'un des intérêts de cet équipement est qu'il **existe en différentes versions**, permettant d'adapter le niveau de difficulté aux capacités de la personne accompagnée.

Cette possibilité est particulièrement intéressante dans un parcours destiné à des personnes présentant des niveaux de handicap ou de récupération très différents.

La poutre peut ainsi être envisagée comme un support de progression :

découvrir l'équilibre → prendre confiance → stabiliser ses appuis → coordonner ses mouvements → réduire progressivement les aides → gagner en autonomie.

Le professionnel peut choisir la configuration la plus adaptée au moment du parcours, puis faire évoluer la difficulté lorsque les capacités de la personne le permettent.

L'objectif n'est donc pas de placer immédiatement la personne dans une situation difficile, mais de **lui proposer un niveau de challenge suffisamment important pour la faire progresser, sans la mettre en échec.**

Réinvestir son corps et retrouver confiance dans ses déplacements

Après un accident ou une lésion cérébrale, la personne peut avoir perdu certains repères corporels ou appréhender des situations qui étaient auparavant naturelles.

Le travail sur la poutre permet de porter une attention particulière aux appuis, à la position du corps et aux ajustements nécessaires pour conserver son équilibre.

Progressivement, la personne peut ainsi **mieux percevoir ses possibilités, reprendre confiance dans ses capacités et réinvestir son corps dans le mouvement.**

Une étape vers des déplacements plus sûrs

Dans le parcours, la poutre intervient comme une situation d'équilibre plus exigeante que la marche sur une surface large et stable.

Elle prépare ainsi à certaines situations du quotidien dans lesquelles il faut pouvoir conserver son équilibre tout en se déplaçant dans un espace plus contraint : passer dans un endroit étroit, contourner un obstacle, modifier son appui ou retrouver rapidement sa stabilité.

L'objectif n'est pas simplement de réussir à marcher sur une poutre. Il est d'apprendre à mieux contrôler son équilibre pour pouvoir se déplacer avec davantage de sécurité et de confiance dans son environnement.



VOTRE REGARD DE PROFESSIONNEL

Pourquoi cet équipement pourrait-il être intéressant pour les personnes que vous accompagnez ?

Et pour quels autres usages non cités dans ce document ?

LE PLATEAU D'ÉQUILIBRE ET DE PROPRIOCEPTION

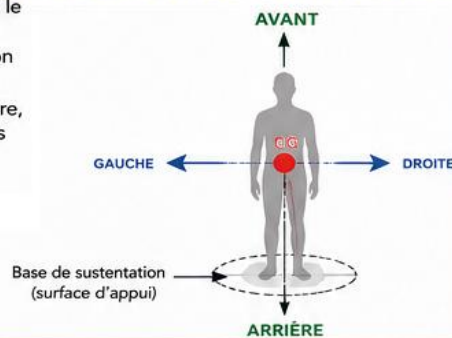
Rééducation de l'équilibre – Proprioception – Contrôle postural – Prévention des chutes

Le Plateau d'équilibre et de proprioception est un atelier thérapeutique spécialement conçu pour la rééducation des stratégies d'équilibration. Inspiré du plateau de Freeman et adapté aux personnes âgées ou en situation de handicap, il propose une progression d'exercices permettant de stimuler les mécanismes proprioceptifs, d'améliorer le contrôle postural et de restaurer les automatismes indispensables au maintien de l'équilibre. Grâce à ses mains courantes sécurisées et à la progression de ses ateliers, il permet une prise en charge individualisée tout en favorisant le maintien de l'autonomie.

LE CENTRE DE GRAVITÉ ET LES STRATÉGIES D'ÉQUILIBRATION

Notre corps est en équilibre lorsque le centre de gravité (CG) se situe à l'intérieur de la base de sustentation (surface d'appui des pieds).

Pour maintenir ou retrouver l'équilibre, le corps utilise différentes stratégies d'équilibration en fonction de la direction du déséquilibre.



PLAN SAGITTAL (avant / arrière)

Le corps se déplace vers l'avant ou vers l'arrière. La stratégie d'équilibration est principalement assurée par les CHEVILLES.



PLAN FRONTAL (gauche / droite)

Le corps se déplace vers la gauche ou vers la droite. La stratégie d'équilibration est principalement assurée par les GENOUX et le BASSIN.



A Atelier A Plan incliné fixe

Retrouver la verticalité



Le résident prend place sur un plateau incliné, les talons étant plus hauts que les pointes de pieds. Cette inclinaison déplace naturellement le centre de gravité vers l'avant. L'objectif est de retrouver progressivement une posture verticale stable en sollicitant les réactions automatiques d'équilibration.

Capacités sollicitées

- Réactions posturales
- Contrôle postural
- Perception de la verticale
- Informations plantaires



C Atelier C Plateau mobile latéral

Contrôler les déplacements latéraux



Le plateau est mobile de gauche à droite. Le thérapeute guide l'exercice :
« Maintenez la position à droite. »
« Conservez cette position quelques secondes. »
« Maintenant, maintenez la position à gauche. »
Le maintien du plateau est obtenu principalement grâce aux mouvements des genoux et du bassin, développant ainsi les capacités de stabilisation latérale.

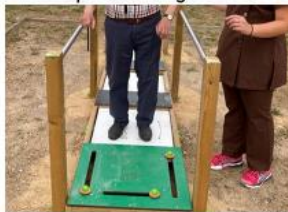
Capacités sollicitées

- Contrôle latéral
- Coordination des membres inférieurs
- Mobilité des genoux
- Mobilité du bassin



E Atelier E Plateau mobile avant / arrière

Réduquer la stratégie de cheville



Le plateau oscille dans le plan sagittal. Les ajustements posturaux sont réalisés essentiellement par les chevilles. Le résident développe progressivement sa capacité à contrôler les déplacements antéro-postérieurs de son centre de gravité.

Capacités sollicitées

- Dorsiflexion
- Flexion plantaire
- Mobilité des chevilles
- Contrôle antéro-postérieur



F Atelier F Équilibre unipodal



Le résident prend appui sur une seule jambe. Avec le pied libre, il déplace les curseurs selon différentes trajectoires. Les empreintes gravées dans le HPL assurent un positionnement reproductible des pieds et facilitent le suivi de la progression. Cet exercice associe équilibre, coordination et précision du geste.

Capacités sollicitées

- Équilibre unipodal
- Coordination motrice
- Dissociation des membres inférieurs
- Contrôle moteur



LES CAPACITÉS SOLLICITÉES



CAPACITÉS MOTRICES

- Réactions d'équilibration
- Contrôle postural
- Proprioception
- Équilibre statique
- Équilibre dynamique
- Mobilité des chevilles
- Mobilité des genoux
- Mobilité du bassin
- Renforcement des muscles stabilisateurs
- Coordination des membres inférieurs
- Appui unipodal



CAPACITÉS COGNITIVES

- Attention
- Concentration
- Anticipation
- Planification motrice
- Mémoire procédurale
- Schéma corporel

LES BÉNÉFICES ATTENDUS

- ✓ Rééducation des stratégies d'équilibration
- ✓ Développement des réactions posturales automatiques
- ✓ Amélioration de la proprioception
- ✓ Renforcement des muscles stabilisateurs
- ✓ Amélioration du contrôle postural
- ✓ Meilleure stabilité lors de la marche
- ✓ Réduction du risque de chute
- ✓ Développement de la confiance dans les déplacements
- ✓ Maintien de l'autonomie



LES OBJECTIFS THÉRAPEUTIQUES

- Réduire les stratégies d'équilibration.
- Stimuler les mécanismes proprioceptifs.
- Rétablir les automatismes posturaux inscrits dans notre mémoire procédurale.
- Développer les capacités de stabilisation.
- Renforcer les muscles antigravitaires.
- Améliorer le contrôle du centre de gravité.
- Prévenir les chutes.
- Maintenir l'autonomie fonctionnelle.

LES INDICATIONS CLINIQUES

- ✓ Prévention des chutes
- ✓ Syndrome post-chute
- ✓ Troubles de l'équilibre
- ✓ Déconditionnement physique
- ✓ Sarcopénie
- ✓ Rééducation neurologique stabilisée
- ✓ Maladie de Parkinson (stades précoces)
- ✓ Suites d'AVC stabilisées
- ✓ Activité Physique Adaptée (APA)
- ✓ Maintien de l'autonomie



LE SAVIEZ-VOUS ?

Les réactions qui nous permettent de retrouver automatiquement notre équilibre après un déséquilibre sont principalement gérées par la mémoire procédurale. Cette mémoire, qui enregistre les automatismes moteurs acquis au cours de la vie, peut être entretenue et **rééduquée** grâce à des exercices répétés, progressifs et adaptés.

Le Plateau d'équilibre et de proprioception ne cherche pas seulement à améliorer la performance sur un atelier. Il contribue à rétablir les automatismes posturaux inscrits dans notre mémoire procédurale, afin de retrouver des réactions plus rapides et plus efficaces face aux situations de déséquilibre rencontrées dans la vie quotidienne.

POURQUOI INTÉGRER CE PLATEAU DANS UN JARDIN THÉRAPEUTIQUE ?

Le Plateau d'équilibre et de proprioception transforme un exercice de rééducation en une activité motivante réalisée en extérieur. Sa progression pédagogique, allant d'un travail statique jusqu'à l'équilibre unipodal, permet d'accompagner chaque résident selon ses capacités. En sollicitant successivement les différentes stratégies d'équilibration, il contribue à renforcer les mécanismes de stabilisation et à favoriser leur transfert vers les gestes de la vie quotidienne. Il devient ainsi un outil majeur des programmes de prévention des chutes et de maintien de l'autonomie.



LES FONCTIONS THÉRAPEUTIQUES PRINCIPALES



ÉQUILIBRE

★★★★★



PROPRIOCEPTION

★★★★★



PRÉVENTION DES CHUTES

★★★★★



RENFORCEMENT MUSCULAIRE

★★★★☆



COORDINATION

★★★★☆



MÉMOIRE PROCÉDURALE

★★★★☆



ENDURANCE

★★★☆☆



CONFIANCE / AUTONOMIE

★★★★★

Réduire les automatismes de l'équilibre, c'est prévenir les chutes et préserver l'autonomie.

Le Plateau d'équilibre et de proprioception

Le Plateau d'équilibre et de proprioception :

ENPEQa

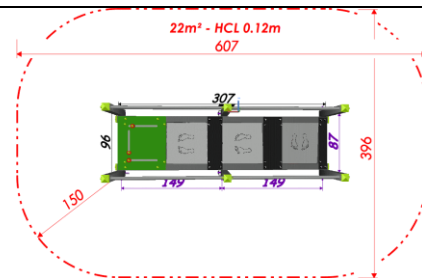
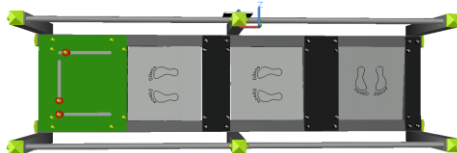
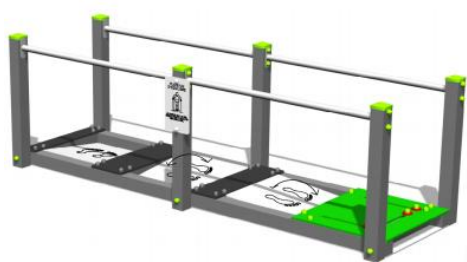
La vidéo:

<https://youtu.be/LYQ4Ppte7h8?t=194>

Equilibre et proprioception.

La fonction d'équilibration est affaire de statique et de dynamique cet équipement permet de travailler l'équilibre et la posture sous toutes ses formes.

- D'une façon statique sur un plan incliné.
- De gauche à droite sur un plateau mobile
- D'avant en arrière sur un autre plateau mobile.
- Sur un pied, en déplaçant des curseurs mobiles.



POURQUOI LE PLATEAU D'ÉQUILIBRE ET DE PROPRIOCEPTION ?

Explorer et réorganiser son équilibre dans différentes situations

L'équilibre ne se résume pas à rester debout sans tomber. Il doit en permanence s'adapter aux mouvements du corps, aux déplacements du poids et aux modifications des appuis.

Le plateau d'équilibre et de proprioception permet justement de travailler cette capacité d'adaptation, **en statique comme en dynamique**, dans un environnement contrôlé. Il offre plusieurs situations qui peuvent être proposées progressivement selon les capacités de la personne.

Des situations d'équilibre variées

Le travail peut être proposé :

- **en statique, sur un plan incliné**, afin d'observer et de solliciter les ajustements posturaux ;
- **de gauche à droite**, sur un plateau mobile ;
- **d'avant en arrière**, sur un autre plateau mobile ;
- **en appui unipodal**, tout en déplaçant des curseurs mobiles.

Ces différentes configurations permettent au professionnel de faire varier la difficulté et d'observer comment la personne organise ses appuis et adapte sa posture lorsque son équilibre est sollicité.

Apprendre à réagir lorsque l'équilibre est perturbé

Dans la vie quotidienne, le déséquilibre peut apparaître lors d'un changement de direction, d'un déplacement du poids du corps, d'un appui moins stable ou simplement lorsqu'il faut libérer un pied pour effectuer une action.

Le plateau permet de créer volontairement ces situations de déséquilibre, de manière progressive. La personne peut ainsi apprendre à **percevoir la modification de ses appuis, ajuster sa posture et retrouver une position stable**.

Pour une personne cérébralisée ou ayant subi un accident, ce travail peut s'inscrire dans la recherche d'une meilleure maîtrise des réactions posturales et dans la récupération progressive de repères corporels.

Une progression qui peut être construite avec le professionnel

L'intérêt du plateau réside aussi dans la possibilité de faire évoluer la situation :

stabilité → déséquilibre contrôlé → adaptation des appuis → déplacement du poids → travail dynamique → situations plus complexes.

Le professionnel peut ainsi choisir la situation correspondant au niveau de la personne et augmenter progressivement la difficulté, sans la mettre inutilement en échec.

De l'équilibre contrôlé aux situations de la vie quotidienne

Ce travail prend tout son sens lorsqu'il est mis en relation avec les situations que la personne devra retrouver à l'extérieur : **se déplacer, changer de direction, déplacer son poids, prendre appui, libérer un pied, se stabiliser après un mouvement.**

Le plateau devient alors un support permettant de travailler les mécanismes d'équilibre avant de les réinvestir dans des situations de déplacement plus complexes.

L'objectif n'est pas simplement de tenir en équilibre sur un plateau. Il est d'apprendre à son corps à réagir et à s'adapter lorsque les conditions d'équilibre changent.



VOTRE REGARD DE PROFESSIONNEL

Pourquoi cet équipement pourrait-il être intéressant pour les personnes que vous accompagnez ?

Et pour quels autres usages non cités dans ce document ?

LE TABOURET D'ÉQUILIBRE

Retrouver les automatismes de l'équilibre en toute sécurité

Le Tabouret d'Équilibre transforme une simple position assise en un véritable exercice d'équilibre actif. Installé sur un ressort multidirectionnel, l'utilisateur est amené à rechercher en permanence son point d'équilibre face aux légères perturbations du support. Cette instabilité volontaire stimule naturellement les réactions de redressement, les ajustements posturaux anticipés et les réflexes automatiques indispensables au maintien de l'équilibre dans la vie quotidienne.

Grâce à ses poignées ergonomiques, le résident évolue dans un environnement rassurant qui favorise l'engagement moteur sans appréhension de la chute.



ÉQUILIBRE • POSTURE • COORDINATION
PRÉVENTION DES CHUTES



SÉCURITÉ
Poignées latérales ergonomiques pour plus d'aisance et de confiance.

MOBILITÉ
Ressort multidirectionnel pour des mouvements doux et contrôlés.

STABILITÉ
Structure robuste et résistante adaptée à un usage intensif extérieur.

LES CAPACITÉS SOLLICITÉES



ÉQUILIBRE STATIQUE
Recherche d'une posture stable malgré les mouvements du tabouret.



ÉQUILIBRE DYNAMIQUE
Chaque déplacement du centre de gravité impose une correction automatique de la posture.



CONTRÔLE DU CENTRE DE GRAVITÉ
Apprentissage du déplacement puis du recentrement du poids de corps.



AJUSTEMENTS POSTURAUX
Les muscles stabilisateurs interviennent en permanence pour maintenir l'alignement du tronc.



MÉMOIRE PROCÉDURALE
La répétition des exercices entretient les automatismes moteurs essentiels aux réflexes parachute.



COORDINATION MOTRICE
Les activités avec ballon mobilisent les membres supérieurs, inférieurs et le tronc de manière coordonnée.

GROUPES MUSCULAIRES ET ARTICULAIRES SOLLICITÉS



TRONC

- Abdominaux profonds (transverse)
- Obliques
- Grand droit
- Paravertébraux
- Multifides
- Gainage permanent et stabilisation du bassin

BASSIN

- Muscles fessiers
- Contrôle des mouvements latéraux

MEMBRES INFÉRIEURS

- Quadriceps • Ischio-jambiers • Adducteurs
- Abducteurs • Triceps sural • Jambier antérieur
- Adaptation constante des appuis des pieds

ARTICULATIONS MOBILISÉES



Chevilles



Genoux



Hanches



Bassin



Colonne lombaire



Colonne dorsale

L'ensemble fonctionne comme une véritable chaîne cinétique de stabilisation

COMPRENDRE LE POLYGONE DE SUSTENTATION

Le polygone de sustentation correspond à la surface délimitée par les points d'appui du corps sur le sol. Plus cette surface est importante, plus l'équilibre est facile à maintenir. À l'inverse, lorsque les appuis se rapprochent, le maintien de l'équilibre devient plus exigeant et nécessite des ajustements posturaux plus rapides et plus précis.

PIEDS ÉCARTÉS



Polygone de sustentation
GRAND
Grande stabilité

PIEDS SOUS LES ÉPAULES



Polygone de sustentation
MOYEN
Stabilité modérée

PIEDS RAPPROCHÉS



Polygone de sustentation
PETIT
Stabilité diminuée



Plus le polygone de sustentation est petit, plus le corps doit produire des ajustements posturaux rapides pour garder le centre de gravité à l'intérieur de la base de support.

PROGRESSION DES EXERCICES

1



PIEDS LARGEMENT ÉCARTÉS

Le polygone de sustentation est important. Découverte des mouvements du tabouret et prise de confiance.

2



PIEDS SOUS LES ÉPAULES

La surface d'appui diminue. Les muscles stabilisateurs du tronc et des membres inférieurs travaillent davantage.

3



PIEDS RAPPROCHÉS

Les ajustements posturaux deviennent plus rapides. Les réactions automatiques de redressement sont fortement sollicitées.

4



EXERCICES LUDIQUES (DOUBLE TÂCHE)

Lancers de ballon, passes avec les pieds, consignes cognitives... L'attention partagée se rapproche des situations de la vie quotidienne.

BÉNÉFICES ATTENDUS

- ✓ Amélioration du contrôle postural assis
- ✓ Développement des réactions d'équilibre
- ✓ Renforcement des muscles stabilisateurs
- ✓ Amélioration de la proprioception
- ✓ Entretien de la mobilité articulaire
- ✓ Diminution de la peur de la chute
- ✓ Amélioration de la confiance dans les déplacements
- ✓ Préparation au passage assis-debout



LE REGARD DU THÉRAPEUTE

Observer la qualité des ajustements posturaux, la symétrie des appuis plantaires, la mobilité du bassin, la capacité à recentrer le centre de gravité après une perturbation, la fluidité des mouvements de redressement ainsi que l'aisance de la respiration pendant l'effort. Une diminution progressive des appuis ou l'ajout d'une double tâche (lancer de ballon, consigne cognitive) permet d'augmenter la difficulté tout en restant dans une situation sécurisée.



OBJECTIFS THÉRAPEUTIQUES

Le Tabouret d'Équilibre permet de recréer des situations d'instabilité contrôlée dans lesquelles le cerveau doit analyser rapidement les informations issues de la vision, de l'oreille interne et des récepteurs proprioceptifs des muscles et des articulations.

La répétition de ces situations entretient les circuits de la **mémoire procédurale**, véritable mémoire des automatismes. Ce sont ces automatismes qui permettent de déclencher rapidement les **réflexes parachute**, c'est-à-dire les réactions instinctives de protection qui apparaissent lors d'une perte d'équilibre.

Chez la personne âgée, ces automatismes tendent à s'appauvrir lorsqu'ils ne sont plus sollicités. Les exercices réalisés sur le Tabouret d'Équilibre contribuent ainsi à préserver ces réponses motrices essentielles à la **prévention des chutes**.

INFORMATIONS PRATIQUES

VERSION À SCÉLER AU BÉTON
(RÉF. JR18A)



VERSION SUR PLATINE
À FIXER (RÉF. JR18AT)



USAGE
EXTÉRIEUR



ACIER
THERMOLAQUÉ



RÉSISTANT
INTÉMPIÉS



ENTRETIEN
FACILE

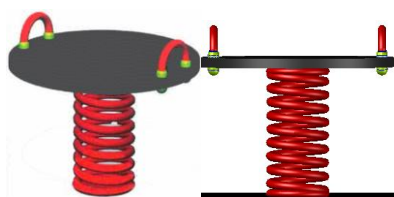
UN OUTIL THÉRAPEUTIQUE LUDIQUE ET SÉCURISANT POUR PRÉSERVER L'ÉQUILIBRE, L'AUTONOMIE ET LA QUALITÉ DE VIE.

Le Tabouret d'équilibre

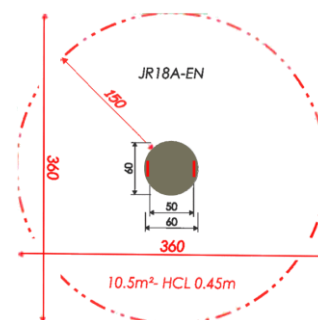
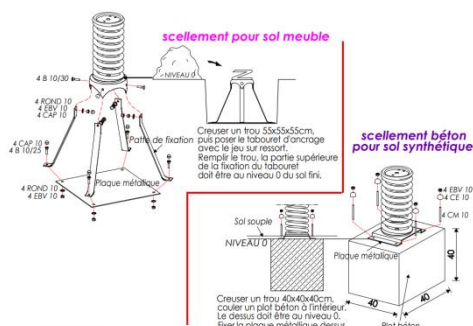
Le Tabouret d'équilibre : ENJR18At

Activité sur la prévention des chutes.

La perturbation mécanique du ressort engendre un changement du centre de gravité qu'il faut rétablir. Ces ajustements posturaux réactionnels interviennent pour restaurer l'équilibre postural. Le thérapeute pourra contribuer à la perturbation du tabouret afin de stimuler l'aspect reflexe du rétablissement de l'équilibre. Grâce aux réactions de redressement ou la mise en place d'ajustements posturaux anticipés cette activité permettra de travailler la posture en position assise et contribuera à la prévention de la chute chez la personne âgée ou handicapée.



A déterminer



POURQUOI LE TABOURET D'ÉQUILIBRE ?

Travailler l'équilibre et le contrôle du corps en position assise

L'équilibre ne se travaille pas uniquement debout. **La position assise nécessite elle aussi une organisation du tronc, des appuis et des réactions posturales**, notamment lorsque le corps est mis en mouvement ou que le centre de gravité se déplace.

Le tabouret d'équilibre, grâce à son système à ressort, crée une instabilité contrôlée. La personne doit alors réagir pour retrouver une position stable. Le professionnel peut également provoquer de petites perturbations afin d'observer et de solliciter les réactions d'équilibre.

Solliciter le tronc, la chaîne abdominale et les jambes

Cette instabilité demande un engagement du corps pour maintenir ou retrouver une position équilibrée.

Le travail peut ainsi être orienté vers :

- **le contrôle du tronc et de la chaîne abdominale ;**
- la stabilisation du bassin ;
- les réactions d'équilibre ;
- la mobilisation et l'engagement des membres inférieurs ;
- la coordination entre le haut et le bas du corps ;
- les ajustements posturaux lorsque le centre de gravité se déplace.

Le niveau de sollicitation peut être adapté aux capacités de la personne, en jouant notamment sur l'amplitude et la nature des mouvements proposés.

Retrouver des réactions qui étaient autrefois automatiques

Après un accident ou une atteinte neurologique, certains gestes ou certaines réactions qui étaient auparavant réalisés sans y penser peuvent nécessiter davantage d'attention et de contrôle.

Le travail répétitif et progressif permet de **solliciter ces réactions posturales et ces automatismes moteurs**, dans une situation où la personne est assise et donc différente des exercices réalisés debout.

L'objectif n'est pas de reproduire artificiellement un mouvement, mais de permettre progressivement au corps de **retrouver des réponses plus fluides et mieux coordonnées.**

Et si l'exercice devenait simplement... un jeu ?

C'est là que le tabouret devient particulièrement intéressant.

Il peut servir de support à une activité ludique : **attraper un ballon, le recevoir, le lancer, viser une cible ou shooter dans un ballon.**

La personne ne pense alors plus nécessairement à « travailler son équilibre ». Elle réalise une activité qui a du sens et qui mobilise naturellement son corps : regarder, anticiper, se redresser, déplacer son poids, utiliser ses jambes, coordonner son geste et réagir à ce qui se passe.

Le jeu devient alors un moyen de faire travailler les automatismes sans donner à l'activité l'apparence d'un exercice de rééducation.

Cette dimension ludique est particulièrement intéressante pour maintenir l'engagement et varier les situations proposées par le professionnel.

Une autre façon de travailler avant le retour aux activités quotidiennes

Le tabouret permet donc de travailler l'équilibre **sans être obligatoirement en situation de marche.**

Il peut trouver sa place entre les exercices très analytiques et les activités fonctionnelles : la personne est assise, mais elle doit déjà **contrôler son corps, réagir, coordonner ses mouvements et retrouver des automatismes.**

Et surtout, le professionnel peut transformer le support en une véritable situation d'activité : ballon, cible, jeu à deux, échanges avec un autre participant...

L'objectif n'est pas simplement de rester assis en équilibre. Il est de permettre à la personne de retrouver progressivement des réactions posturales, des automatismes et le plaisir de bouger, y compris à travers une activité ludique.



VOTRE REGARD DE PROFESSIONNEL

Pourquoi cet équipement pourrait-il être intéressant pour les personnes que vous accompagnez ?

Et pour quels autres usages non cités dans ce document ?

AIRE DE TRANSFERT ET DE VERTICALISATION

Simuler pour mieux retrouver son autonomie

Réf : ENATVa



USAGE PMR



LE CONCEPT

Reproduire une situation réelle de la vie quotidienne pour s'entraîner en sécurité.



MISE EN SITUATION RÉALISTE :

reproduction du côté d'un véhicule avec portière et poignées d'appui.



TRANSFERT SÉCURISÉ :

les appuis identiques à ceux d'un véhicule permettent d'apprendre ou de réapprendre le transfert en toute confiance.



VERTICALISATION :

une barre de soutien en face de l'équipement permet de travailler le passage assis-debout.



AUTONOMIE ET CONFIANCE :

préparer le retour à des situations concrètes de la vie quotidienne.

UTILISATION

TRANSFERT

L'autonomie d'une personne dépend aussi de sa possibilité de faire son transfert en toute sécurité, que cela soit depuis son lit, d'un fauteuil ou de toute autre situation.

L'équipement Aire de transfert et de verticalisation permet de simuler les transferts de la vie courante comme aussi celui de devoir monter ou descendre d'un véhicule avec ou sans fauteuil roulant.



UNE PROGRESSION ADAPTÉE

- 1 Préparer le mouvement**
Observer, se positionner, repérer les appuis.
- 2 Rechercher les appuis**
Utiliser la poignée, le bord de la porte ou le carreau abaissé.
- 3 Transférer**
Effectuer le transfert avec contrôle et coordination du mouvement.
- 4 Se verticaliser**
S'appuyer sur la barre en face pour passer en position debout.
- 5 Répéter et gagner en autonomie**
Répéter le geste pour gagner en fluidité, en sécurité et en confiance.

CAPACITÉS SOLLICITÉES



Capacités motrices

- Transfert
- Verticalisation
- Équilibre statique et dynamique
- Contrôle postural
- Coordination



Capacités cognitives

- Attention
- Planification du mouvement
- Mémoire procédurale
- Confiance en soi

BÉNÉFICES ATTENDUS

- ✓ Sécurisation des transferts au quotidien
- ✓ Amélioration de la verticalisation et de l'équilibre
- ✓ Développement de l'autonomie fonctionnelle
- ✓ Restauration de la confiance dans les gestes de la vie quotidienne
- ✓ Préparation au retour à l'utilisation d'un véhicule

INDICATIONS CLINIQUES

- Syndrome post-chute / post-traumatique
- Lésions médullaires
- Troubles de l'équilibre et de la marche
- Déconditionnement moteur
- Rééducation après hospitalisation
- Maladies neurologiques
- Activité Physique Adaptée (APA)

FONCTIONS THÉRAPEUTIQUES PRINCIPALES



Transfert

★★★★★



Verticalisation

★★★★★



Équilibre

★★★★★



Schéma corporel

★★★★★



Renforcement musculaire

★★★★★



Confiance en soi

★★★★★



Autonomie au quotidien

★★★★★

NOTRE APPROCHE

L'éducation thérapeutique passe aussi par la mise en situation. L'Aire de transfert et de verticalisation permet d'apprendre, de s'entraîner et de retrouver les gestes indispensables à son autonomie, dans un environnement sécurisé et bienveillant.

www.jardin-sensoriel.com

sun jeux

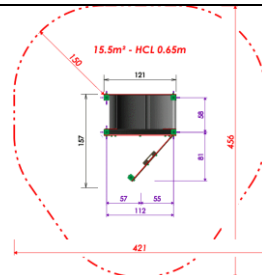
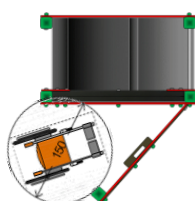
Des équipements pensés pour le bien-être, la mobilité et l'autonomie.

Aire de transfert et de verticalisation

Aire de transfert et de verticalisation : ENATVa

Exercice de transfert.

L'autonomie d'une personne dépend aussi de sa possibilité de faire son transfert en toute sécurité, que cela soit depuis son lit, d'un fauteuil ou de toute autre situation. L'équipement Aire de transfert et de verticalisation permet de simuler les transferts de la vie courante comme aussi celui de devoir monter ou descendre d'un véhicule avec ou sans fauteuil roulant.



Pourquoi l'Aire de Transfert et de Verticalisation ?

« Reproduire dans un environnement sécurisé une situation que la personne devra retrouver dans sa vie quotidienne. »

L'ATV constitue **un pont entre la rééducation et le retour à domicile**

L'autonomie ne se résume pas à la capacité de se déplacer. Elle dépend également de la possibilité de réaliser, en toute sécurité, les transferts nécessaires aux activités de la vie quotidienne.

Pour une personne utilisant un fauteuil roulant, **entrer et sortir d'un véhicule constitue une situation particulièrement concrète et souvent complexe**. L'Aire de Transfert et de Verticalisation a été conçue pour permettre au professionnel de reproduire cette situation dans un environnement sécurisé et adapté à la rééducation.

Une mise en situation proche de la réalité

L'équipement reproduit le côté d'un véhicule, avec **une ouverture et une portière**, afin de retrouver les principaux repères nécessaires au transfert.

La personne peut ainsi apprendre ou réapprendre à organiser son mouvement, à rechercher ses appuis et à coordonner les différentes étapes du transfert.

La présence de la portière permet notamment de retrouver **un appui que la personne pourra être amenée à utiliser dans son véhicule**, par l'intermédiaire de la poignée ou de la portière elle-même.



Travailler progressivement le transfert

Une barre positionnée face à l'équipement permet également de travailler **le passage de la position assise à la position debout**, étape fondamentale dans la récupération de l'autonomie.

Le professionnel peut ainsi adapter l'exercice aux capacités de la personne et faire évoluer progressivement le niveau d'assistance nécessaire.

Préparer le retour aux situations quotidiennes

L'intérêt de l'Aire de Transfert et de Verticalisation est de permettre de passer progressivement **d'un exercice de réadaptation à une situation fonctionnelle concrète**.

Le travail peut notamment porter sur :

- le passage fauteuil → station debout ;
- la recherche et l'utilisation des appuis ;
- l'organisation du transfert ;
- l'entrée dans un véhicule ;
- la sortie du véhicule ;
- la répétition du geste jusqu'à son acquisition ou son amélioration.

L'objectif n'est pas seulement de réaliser un transfert sur l'équipement, mais de préparer la personne à retrouver cette capacité dans son environnement quotidien.

Une étape vers l'autonomie retrouvée

Un transfert réussi demande à la personne de **préparer son mouvement, identifier ses appuis, déplacer son poids, coordonner ses gestes et enchaîner plusieurs actions dans le bon ordre.**

Après un accident ou une atteinte neurologique, cette succession peut être devenue difficile ou nécessiter une attention importante. La répétition dans un environnement sécurisé permet alors de **retrouver progressivement des repères et des automatismes moteurs.**

L'intérêt de l'ATV est justement de pouvoir travailler ces différentes étapes avant de les retrouver dans les conditions réelles : **avec un fauteuil, face à une portière, avec les appuis disponibles et les contraintes liées à l'environnement.**

On retrouve ainsi la logique générale du parcours : **partir d'une situation contrôlée pour progressivement se rapprocher des exigences de la vie quotidienne. L'objectif n'est pas seulement de réussir un transfert sur l'équipement. Il est de permettre à la personne de retrouver suffisamment de maîtrise, de confiance et d'autonomie pour réaliser ce transfert dans son environnement réel.**



VOTRE REGARD DE PROFESSIONNEL

Pourquoi cet équipement pourrait-il être intéressant pour les personnes que vous accompagnez ?

Et pour quels autres usages non cités dans ce document ?

UN ÉQUIPEMENT NÉ DU TERRAIN



Né d'une observation en centre de rééducation fonctionnelle, l'îlot d'activités motrices s'inspire des exercices bilatéraux et de la rééducation en miroir utilisés notamment après un AVC.

Le membre sain accompagne le membre atteint pour favoriser la récupération des gestes fonctionnels.

LES MOUVEMENTS PROPOSÉS



LEVER



BAISSER



POUSSER

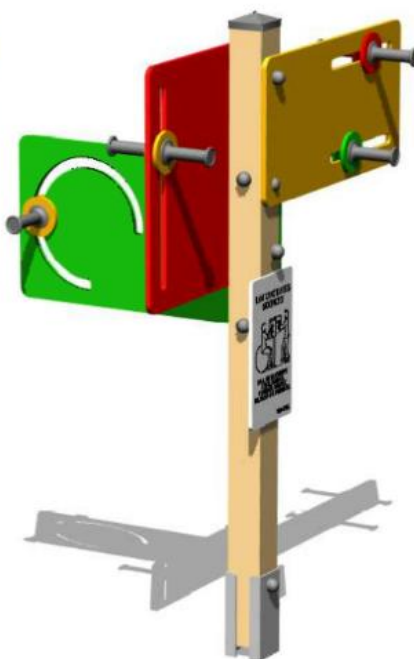


TIRER



TOURNER

Utilisation debout ou assise



JUSTIFICATION CLINIQUE

La mobilisation bilatérale est une approche reconnue en rééducation neurologique. Elle contribue à :



STIMULER LA NEUROPLASTICITÉ

La répétition des mouvements favorise la création de nouvelles connexions nerveuses.



FAVORISER LA RÉCUPÉRATION MOTRICE

Le membre sain accompagne le membre atteint lors des exercices symétriques ou en miroir.



DÉVELOPPER LA COORDINATION DES DEUX MEMBRES SUPÉRIEURS

Les mouvements simultanés, alternés ou dissociés améliorent le contrôle moteur et la précision gestuelle.



RETROUVER LES GESTES DU QUOTIDIEN

Lever, pousser, tirer, tourner... autant de mouvements indispensables à l'autonomie.

LA SPÉCIFICITÉ DU PANNEAU JAUNE

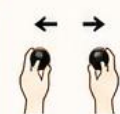


DEUX POIGNÉES INDÉPENDANTES

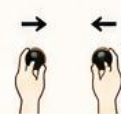
Elles permettent de réaliser :



POUSSER SIMULTANÉMENT



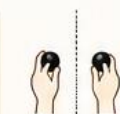
TIRER SIMULTANÉMENT



POUSSER D'UN CÔTÉ ET TIRER DE L'AUTRE



ALTERNER LES MOUVEMENTS



MOBILISER CHAQUE MEMBRE SÉPARÉMENT

Cette conception autorise un travail progressif allant du mouvement symétrique aux coordinations les plus complexes.



LE SAVIEZ-VOUS ?

Les exercices croisés (pousser d'une main tout en tirant avec l'autre) sollicitent simultanément :



LA COORDINATION INTERHÉMISPHERIQUE



LA PLANIFICATION MOTRICE



LES FONCTIONS EXÉCUTIVES



L'ATTENTION PARTAGÉE



LA COORDINATION BIMANUELLE

Ils associent ainsi travail moteur et stimulation cognitive.

CAPACITÉS DÉVELOPPÉES



Mobilité articulaire (épaules, coudes, poignets)



Coordination bimanuelle



Dissociation des mouvements



Contrôle moteur et planification



Renforcement musculaire



Endurance fonctionnelle



Contrôle postural



Précision gestuelle



INDICATIONS THÉRAPEUTIQUES



RÉÉDUCATION POST-AVC



PATHOLOGIES NEUROLOGIQUES (sclérose en plaques, Parkinson...)



TRAUMATISME CRÂNIEN et lésions cérébrales acquises



GÉRIATRIE

Entretien de la mobilité et de l'autonomie



ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE (APA) Programmes personnalisés



ARTHROSE • RHUMATISMES

Prévention des raideurs et entretien articulaire



LES BÉNÉFICES



Favorise la récupération fonctionnelle et l'autonomie



Développe la coordination des membres supérieurs



Stimule la neuroplasticité grâce à la répétition des mouvements



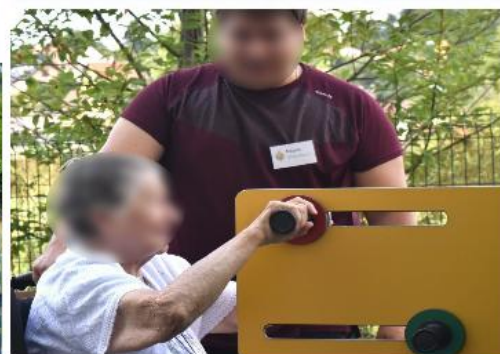
Permet un travail symétrique, alterné ou dissocié selon les objectifs



Encourage une pratique thérapeutique motivante en extérieur

Le mot du concepteur

« Cet équipement est né d'une observation de terrain auprès de professionnels de la rééducation. J'ai souhaité concevoir un outil simple, évolutif et accessible, permettant de retrouver les gestes essentiels du membre supérieur tout en favorisant la coordination des deux bras. Chaque mouvement a été pensé pour répondre à une logique thérapeutique au service de l'autonomie. »

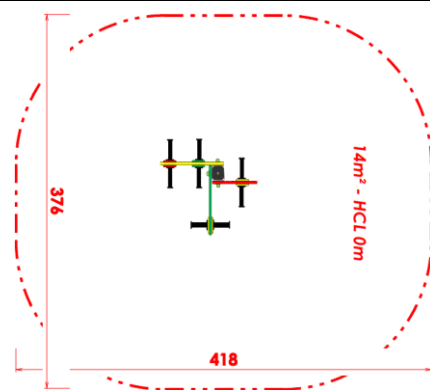
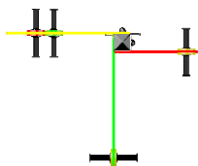
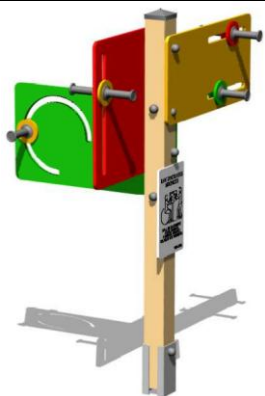


Ilot d'activités motrices

Ilot d'activités motrices : ENILOTDA
Utilisations debout ou assise.

Activités motrices membres supérieurs.

Exercices physiques misent en œuvre pour agir sur les problèmes musculaires, l'amplitude articulaire, la coordination, la sensibilité, la force et l'endurance. L'objectif est de donner les moyens de retrouver une meilleure fonctionnalité des membres supérieurs, notamment en cas de grippage articulaire, de douleurs rhumatismales et arthrosiques. Lever, baisser, tirer, pousser, tourner.



POURQUOI L'ÎLOT D'ACTIVITÉS MOTRICES ?

Des mouvements simples pour travailler des fonctions essentielles

L'îlot d'activités motrices propose des actions très simples et facilement identifiables : **lever, baisser, pousser, tirer, tourner**.

Ces mouvements peuvent pourtant mobiliser de nombreuses capacités : amplitude des membres supérieurs, force, coordination, dissociation des mouvements et contrôle du geste.

L'intérêt de cet équipement est précisément de partir de **gestes simples, proches des actions que nous réalisons quotidiennement**, afin de permettre au professionnel de construire des exercices adaptés aux capacités et aux objectifs de la personne.

Une coordination à deux mains particulièrement intéressante

L'utilisation des deux mains permet de travailler la **coordination bimanuelle** : les deux membres supérieurs peuvent être sollicités simultanément, de manière symétrique ou dans des actions différentes.

Cette coordination est importante dans de nombreuses activités quotidiennes : **saisir, déplacer, ouvrir, fermer, porter, pousser ou manipuler un objet**.

Le professionnel peut ainsi faire varier les consignes, la vitesse, l'amplitude ou la résistance afin d'adapter progressivement l'activité.

Un équipement qui peut devenir une véritable activité de groupe

L'autre intérêt de l'îlot est qu'il ne nécessite pas forcément une utilisation individuelle.

Plusieurs personnes peuvent être réunies autour d'une même activité, ce qui donne une dimension supplémentaire au travail moteur. Chacun peut réaliser son mouvement, attendre son tour, reproduire une consigne ou participer à une activité collective.

Cette dimension ludique et sociale peut rendre l'activité **plus attrayante et plus spontanée**, notamment lorsque les exercices sont intégrés dans un petit jeu ou un défi collectif.

On ne demande alors plus simplement à la personne de « faire un mouvement ». On lui propose **une activité à partager avec les autres**, dans laquelle le mouvement devient un moyen de participer.

Du mouvement simple vers les gestes du quotidien

L'îlot permet ainsi de travailler progressivement :

lever → baisser → pousser → tirer → tourner → coordonner → enchaîner les mouvements → réaliser une activité.

Cette progression permet au professionnel de partir d'un mouvement élémentaire puis de construire des situations de plus en plus fonctionnelles.

L'objectif n'est pas seulement de réaliser des mouvements sur l'équipement. Il est de permettre à la personne de retrouver davantage de contrôle, de coordination et d'aisance dans des gestes qu'elle pourra réinvestir dans ses activités quotidiennes.



VOTRE REGARD DE PROFESSIONNEL

Pourquoi cet équipement pourrait-il être intéressant pour les personnes que vous accompagnez ?

Et pour quels autres usages non cités dans ce document ?

PANNEAU LES GRANDES ONDES

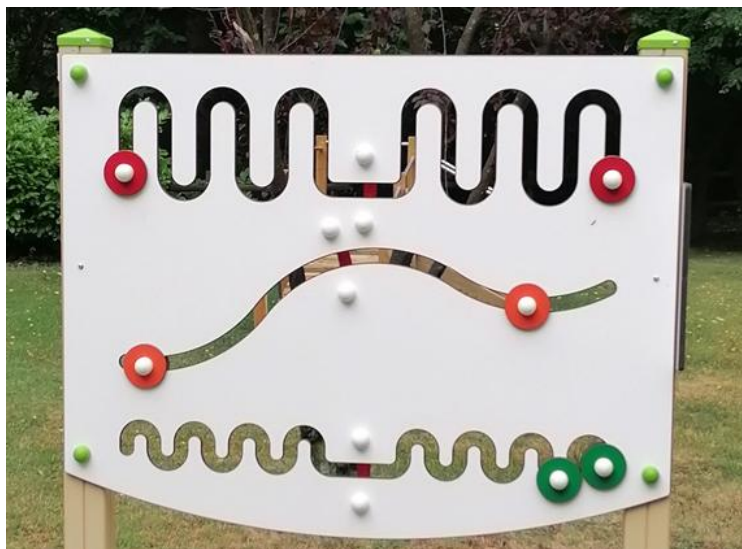
Coordination bimanuelle • précision du geste • stimulation cognitive

Un outil interactif pour stimuler la coordination, la motricité des membres supérieurs et les capacités cognitives dans une approche ludique et progressive.

Réf. : ENONDa

PRINCIPE

Trois trajectoires sinusoïdales disposées à différentes hauteurs et présentant des amplitudes différentes. Les curseurs peuvent être déplacés avec les deux mains, dans le même sens, en opposition ou l'un vers l'autre.



LE CONCEPT

Coordonner les deux mains en adaptant le geste à des trajectoires variables. La progression de bas en haut augmente la complexité des trajectoires et permet d'adapter l'exercice aux capacités de la personne.

UNE PROGRESSION DU SIMPLE AU COMPLEXE

NIVEAU VERT	NIVEAU ORANGE	NIVEAU ROUGE
Trajectoires simples Déplacer les curseurs avec une ou deux mains.	Trajectoires intermédiaires Augmenter l'amplitude et varier la coordination.	Trajectoires complexes Combiner opposition, convergence et adaptation.
COORDINATION BIMANUELLE Mobiliser les deux membres supérieurs simultanément ou alternativement : même sens, opposition, convergence et dissocation.	COORDINATION OCULO-MANUELLE Suivre visuellement la trajectoire et ajuster le mouvement de la main selon la hauteur, l'amplitude et le parcours.	ATTENTION & PLANIFICATION Solliciter l'attention, l'anticipation et l'ajustement du geste. Les consignes peuvent combiner plusieurs contraintes.



Au-delà de la motricité, Les Grandes Ondes répondent au besoin de manipuler, toucher et observer, notamment chez les personnes vieillissantes présentant des troubles cognitifs. Une activité simple et sensorielle qui favorise l'interaction avec l'environnement.

sunjeux

BÉNÉFICES ATTENDUS

- ✓ Coordination des deux mains
- ✓ Précision et contrôle du geste
- ✓ Amplitude progressive
- ✓ Attention et anticipation
- ✓ Engagement dans une activité ludique

UTILISATION PAR LES PROFESSIONNELS

Ergothérapeutes • psychomotriciens • professionnels en activité physique adaptée • équipes de réadaptation.

L'exercice peut être individualisé selon les capacités de la personne et servir de support d'observation de la coordination et de l'adaptation du geste.

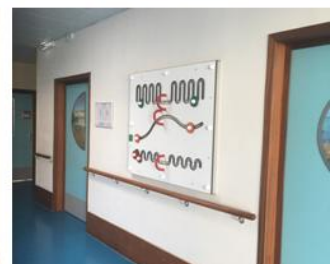
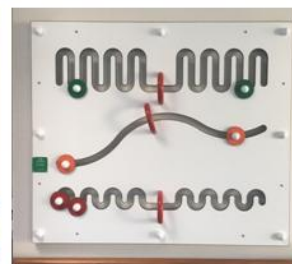
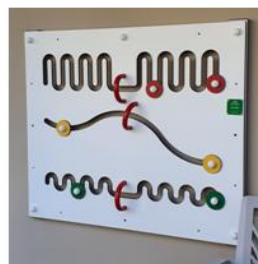
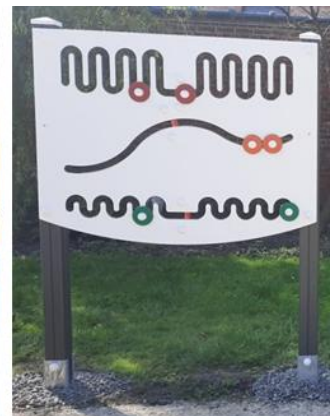
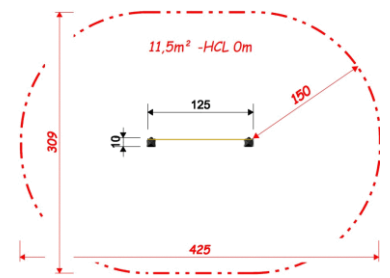
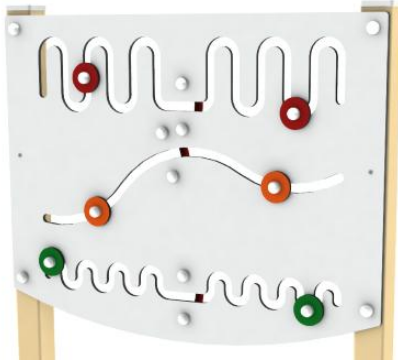
LES GRANDES ONDES — Un panneau interactif pour coordonner, mobiliser et stimuler les capacités cognitives dans une approche ludique et progressive.

Le panneau Les Grandes Ondes.

Panneau d'activités les grandes ondes :
ENONDat

Coordination et amplitude articulaire.

Ce panneau est constitué de plusieurs curseurs mobiles colorés qui peuvent être déplacés. Au fur et à mesure des exercices qui se font de bas en haut, la difficulté augmente. Trois niveaux de difficultés : vert, orange et rouge. Sur chacune des sinusoïdes les curseurs permettent de travailler avec les deux membres en même temps ou l'un après l'autre, dans le même sens, en opposition ou l'un vers l'autre.



POURQUOI LE PANNEAU « LES GRANDES ONDES » ?

Travailler la précision et la coordination du geste

Les Grandes Ondes proposent plusieurs trajectoires sur lesquelles la personne doit déplacer un ou plusieurs curseurs. La diversité des parcours permet de **faire varier progressivement l'amplitude du mouvement et le niveau de difficulté**. L'exercice demande de suivre visuellement la trajectoire tout en contrôlant le déplacement de la main. Il sollicite ainsi la **coordination oculo-manuelle**, la précision et la maîtrise du geste.

Une motricité fine qui peut être progressivement sollicitée

Le déplacement des curseurs demande un contrôle précis du mouvement. La personne doit ajuster son geste, respecter la trajectoire et adapter son déplacement aux changements de direction.

Le professionnel peut ainsi construire une progression autour de plusieurs éléments :

contrôler son geste → suivre une trajectoire → gagner en précision → fluidifier le mouvement → augmenter progressivement la difficulté.

Cette progression permet d'adapter l'activité aux capacités de chacun, sans chercher immédiatement la performance.

Travailler avec une ou deux mains

L'un des intérêts du panneau est de pouvoir faire évoluer l'activité en utilisant **un ou plusieurs curseurs simultanément**.

Avec les deux mains, différentes consignes peuvent être proposées :

- déplacer les curseurs **dans le même sens** ;
- les déplacer **en opposition** ;
- les faire progresser **l'un vers l'autre** ;
- coordonner simultanément les deux mouvements.

On passe alors d'un travail de précision avec une main à un travail de **coordination bimanuelle**, qui demande d'organiser et de contrôler deux mouvements en même temps.

Une difficulté qui peut évoluer avec la personne

Les différentes trajectoires permettent au professionnel de choisir une situation adaptée aux capacités de la personne puis de faire évoluer progressivement l'exercice.

Une main → deux mains → même direction → directions opposées → trajectoires plus complexes.

Cette progression rend les réussites visibles et permet de proposer un niveau de difficulté suffisamment stimulant sans mettre inutilement la personne en échec.

Une activité qui associe mouvement, regard et attention

Même si l'objectif premier reste moteur, l'activité mobilise également l'attention nécessaire pour **observer la trajectoire, suivre le mouvement et respecter la consigne donnée**.

Le professionnel peut donc utiliser les Grandes Ondes comme un support de travail à dominante motrice, tout en y associant, selon les besoins, des consignes sollicitant davantage l'attention ou l'organisation du geste.

L'objectif n'est pas simplement de déplacer un curseur le long d'une trajectoire. Il est de permettre à la personne de retrouver progressivement précision, coordination et maîtrise du geste, en faisant évoluer la difficulté au rythme de ses capacités.



VOTRE REGARD DE PROFESSIONNEL

Pourquoi cet équipement pourrait-il être intéressant pour les personnes que vous accompagnez ?

Et pour quels autres usages non cités dans ce document ?

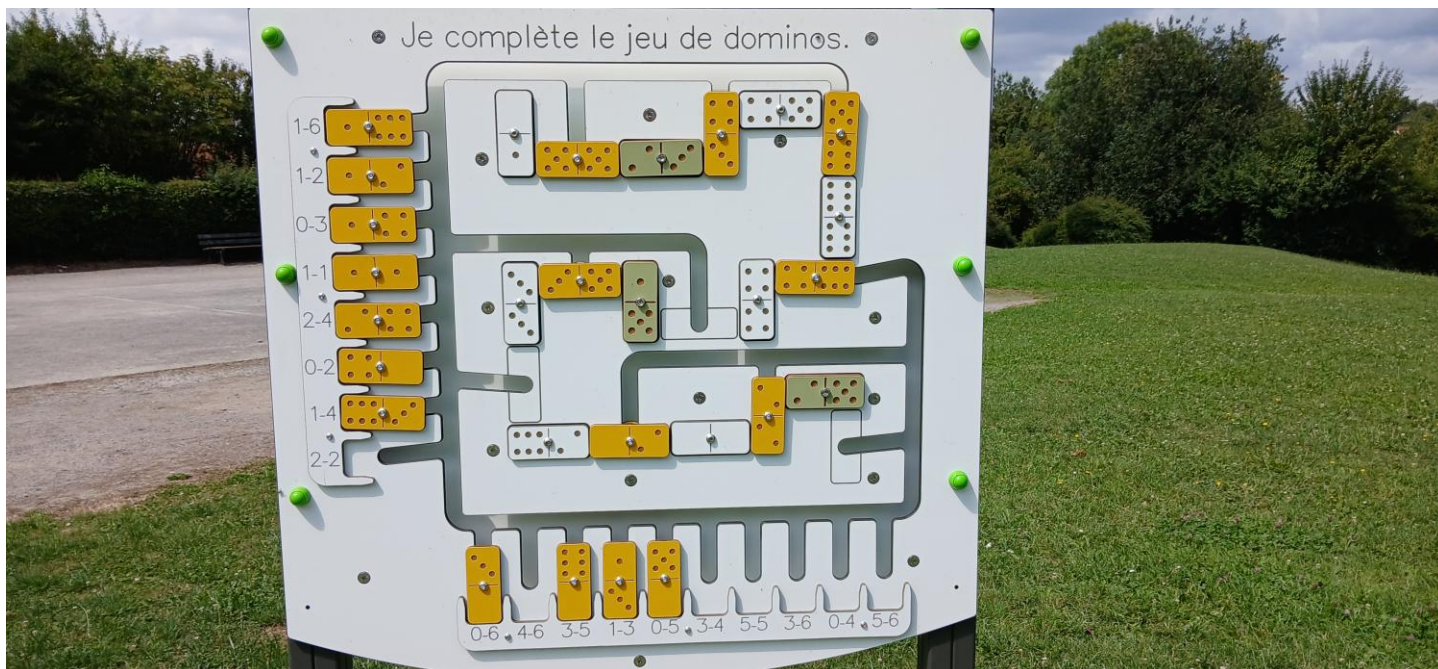
PANNEAU D'ACTIVITÉS LE ROTAMINO

Jeu de dominos • attention • fonctions exécutives • interaction



LE CONCEPT

Un outil de stimulation cognitive inspiré du domino. Les dominos blancs sont fixes, les dominos orange se déplacent le long des glissières gravées et les dominos verts peuvent tourner. Cette conception permet de varier les situations de jeu et de proposer une difficulté progressive, sans changer la règle fondamentale.



LES MÉCANISMES MIS EN JEU

ATTENTION SÉLECTIVE

Rechercher une cible précise parmi de nombreuses combinaisons et ne pas se laisser distraire.

MÉMOIRE DE TRAVAIL

Conserver la consigne et les informations utiles au fil de la partie.

PRISE DE DÉCISION

Choisir le domino pertinent et l'emplacement où le placer.

JUGEMENT & VÉRIFICATION

Contrôler la suite réalisée et repérer une éventuelle erreur.

ATTENTION SOUTENUE

Rester concentré pendant toute la partie et maintenir la stratégie.

FLEXIBILITÉ MENTALE

S'adapter lorsque la situation change, par exemple lorsqu'une erreur est introduite.

RÉSOLUTION DE PROBLÈMES

Identifier les associations possibles et construire progressivement une solution.

UNE PROGRESSION SANS MISE EN ÉCHEC

PROGRESSIVITÉ

Une partie peut être déjà amorcée et ne demander que quelques placements. Grâce notamment aux jokers, la conception conserve une solution logique et permet de valoriser la réussite plutôt que de mettre la personne en situation d'échec.



INTERGÉNÉRATIONNEL ET LUDIQUE — Une même activité peut réunir des enfants, des adultes et des personnes âgées, avec des niveaux d'accompagnement et de difficulté différents.

Le panneau Rotamino

Panneau d'activités Le Rotamino

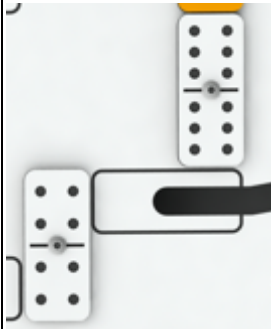
Jeu sur les troubles de l'attention.

Le Rotamino est un jeu où il faut compléter une partie de dominos en faisant se toucher deux valeurs identiques. Les dominos sur lesquels il n'y a pas d'indication de point (Les jokers) peuvent être mis à côté de n'importe quel domino.

Constitution du panneau :

Des emplacements sont prévus où les dominos doivent être placés en début de partie.

Une indication gravée symbolise le domino par exemple 1-3.



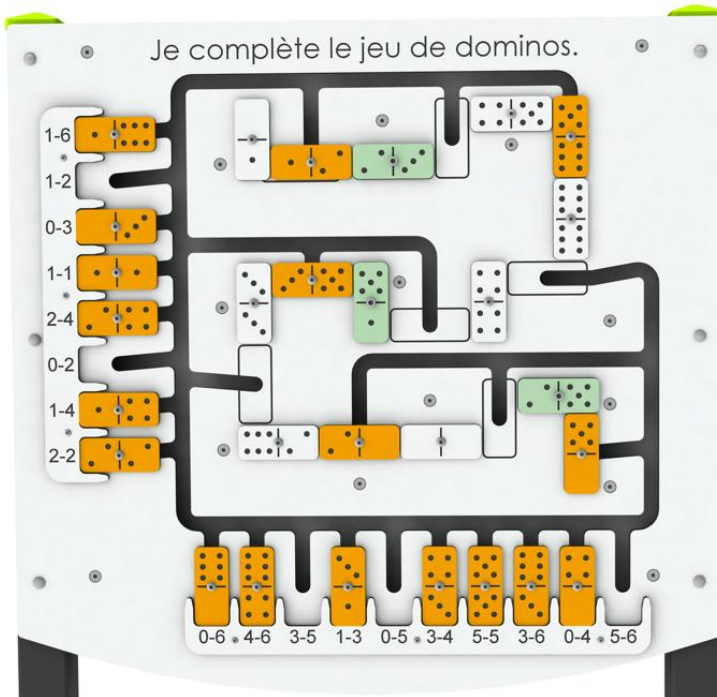
Les dominos blancs sont fixés sur le panneau. Les emplacements où il faut mettre les dominos sont symbolisés par un contour gravé. Des glissières permettent le déplacement des dominos orange. Une troisième série de dominos (en vert) sont mobiles en rotation afin de multiplier le nombre de combinaisons.



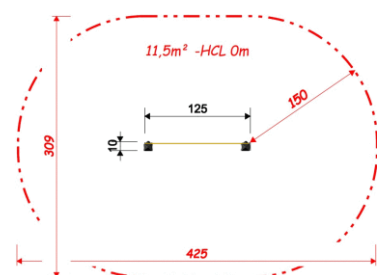
L'utilisation est particulièrement indiquée chez les personnes qui nécessitent une stimulation sur le plan des fonctions exécutives.

Les fonctions cognitives les plus sollicitées sont les suivantes :

1. Les capacités attentionnelles :



- a. Attention sélective (le fait de se concentrer sur un seul domino à la fois, pour le faire glisser jusqu'à son emplacement-cible, et ce, sans se laisser distraire par les autres dominos) ;
- b. Attention soutenue (le fait de rester concentré tout au long du jeu pour répondre de façon adaptée aux consignes données) ;
2. La mémoire de travail (le fait de retenir la consigne donnée pour pouvoir la mettre en œuvre durant la partie) ;
3. Flexibilité mentale (lorsqu'il s'agit de changer la consigne quand on demande au joueur de se tourner pendant qu'on introduit une erreur sur le tableau) ;
4. Prise de décisions (c'est le joueur qui choisit le domino et l'emplacement sur lequel le placer) ;
5. Résolution de problèmes (puisque'il s'agit de trouver les dominos correspondant à chaque emplacement) ;
6. Jugement (lorsqu'il faut repérer le domino disposé sur un mauvais emplacement).





POURQUOI LE ROTAMINO ?

Observer, organiser et accomplir une tâche

Le Rotamino propose une activité familière, inspirée du principe du domino, mais qui demande à la personne de **chercher, associer, déplacer et organiser les éléments afin de construire une chaîne cohérente**.

L'intérêt de cette activité est de mobiliser plusieurs fonctions en même temps : **observer une situation, comprendre une consigne, rechercher une information pertinente, choisir une action et vérifier le résultat obtenu**.

La personne n'est donc pas simplement confrontée à un exercice isolé : elle doit **mener une tâche jusqu'à son accomplissement**.

Un travail de l'attention... mais pas seulement

Le Rotamino peut notamment solliciter :

- l'**attention visuelle et soutenue** ;
- l'observation et la recherche d'informations ;
- la **mémoire de travail** ;
- la capacité à planifier une action ;
- la prise de décision ;
- la flexibilité lorsqu'une situation change ;
- la résolution de problème.

La progression peut être adaptée afin que la personne puisse commencer par une situation simple et progressivement prendre en compte davantage d'éléments.

Organiser son mouvement pour atteindre un objectif

L'aspect cognitif est directement associé à une **action motrice**.

La personne doit saisir les éléments, les déplacer, les faire glisser ou les faire pivoter pour parvenir au résultat recherché.

Le geste n'est donc pas indépendant de la réflexion : **il est au service d'un objectif**.

Cette association entre observation, décision et mouvement permet de travailler l'**organisation du geste et la motricité fine**, tout en donnant une finalité concrète à chaque action.

Une tâche avec un objectif clairement identifiable

L'un des intérêts du Rotamino est de donner à la personne **un but à atteindre** : compléter la chaîne.

Elle peut ainsi comprendre immédiatement ce qu'elle cherche à réaliser et constater progressivement son avancement.

Cette notion d'**accomplissement d'une tâche** est importante : la personne ne réalise pas une succession de mouvements sans finalité. Elle doit organiser ses actions pour parvenir à un résultat.

Un support ludique qui peut éviter la mise en échec

Le principe du domino rend l'activité immédiatement accessible et peut favoriser l'adhésion. Le jeu donne une dimension ludique à une activité qui peut pourtant mobiliser des fonctions cognitives et motrices complexes.

La difficulté peut être progressivement augmentée, tout en conservant une solution logique. **L'objectif est de stimuler la réflexion et la recherche de stratégie sans placer systématiquement la personne en situation d'échec.**

Le professionnel peut ainsi observer non seulement la réussite finale, mais également **la manière dont la personne s'y prend pour résoudre la tâche.**

L'objectif n'est pas simplement de réussir une chaîne de dominos. Il est de mobiliser, dans une même activité, l'observation, l'attention, la réflexion, l'organisation du mouvement et la motricité fine, jusqu'à l'accomplissement d'une tâche.



VOTRE REGARD DE PROFESSIONNEL

Pourquoi cet équipement pourrait-il être intéressant pour les personnes que vous accompagnez ?

Quels autres usages, exercices ou situations pourriez-vous imaginer avec cet équipement ?

Par exemple : une fois la chaîne réalisée, introduire volontairement une erreur et demander à la personne de l'identifier et de la corriger.

Quel regard vos collègues portent-ils sur cet équipement et sur ses possibilités ?

Animatrice, psychologue, neuropsychologue, ergothérapeute, éducateur, enseignant APA...

BABYFOOT EXTÉRIEUR

Réf. : Outdoor • SUPPORT D'ACTIVITÉ MOTRICE & COGNITIVE



Une activité ludique qui mobilise la verticalisation, la coordination et le mouvement.

LE CONCEPT

Le Babyfoot extérieur transforme une activité familière et intergénérationnelle en support d'activité motrice et cognitive. En position debout, les mains sur les poignées apportent un repère sécurisant et permettent de solliciter simultanément les membres supérieurs, les appuis et les déplacements latéraux. Le plaisir du jeu favorise une participation spontanée, sans donner à l'activité l'apparence d'un exercice de rééducation.



LES MÉCANISMES MIS EN JEU

VERTICALISATION

Le jeu se pratique debout et invite à maintenir une position verticale pendant plusieurs minutes. Cette activité s'inscrit dans une démarche de lutte contre la sédentarité et la grabatation.

MEMBRES SUPÉRIEURS

Pousser, tirer et tourner les barres sollicitent les mouvements des membres supérieurs, notamment les mouvements de pronation et de supination.

COORDINATION OCULOMOTRICE

Le joueur suit visuellement la trajectoire de la balle et agit avec les poignées. Le regard, l'attention et le geste sont coordonnés dans une tâche concrète et motivante.

ÉQUILIBRE & DÉPLACEMENT

Pour changer de position le long du babyfoot, le joueur réalise de petits déplacements latéraux. Le maintien de l'équilibre mobilise les muscles posturaux.

UNE ACTIVITÉ QUI PEUT ÊTRE PROGRESSIVE

L'activité peut être adaptée au niveau de la personne : jouer quelques minutes, utiliser davantage les appuis, augmenter progressivement les déplacements, puis intégrer une dimension de jeu plus active.

AJOUTER UNE DIMENSION COGNITIVE

Une dimension cognitive peut être ajoutée simplement : après chaque but, demander le score, puis combien de points restent à atteindre pour arriver à 11. La personne doit alors conserver l'information et effectuer un calcul simple en situation.

LUDIQUE, SOCIALE & INTERGÉNÉRATIONNELLE

Le caractère ludique et familial du babyfoot facilite une activité partagée avec un proche, un accompagnant ou un autre résident. La famille peut ainsi devenir actrice d'un temps court et régulier de mobilisation.

CARACTÉRISTIQUES

HAUTEUR	LONGUEUR	LARGEUR	POIDS
93 cm	158 cm	100 cm	80 kg

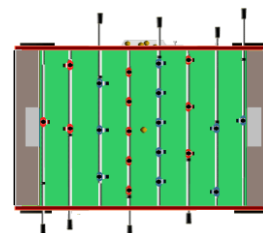
Babyfoot extérieur

Babyfoot extérieur réf :
Outdoor

**Objectif: activité ludique basée sur la verticalisation
et la coordination oculomotrice.**

Au-delà de l'aspect ludique et intergénérationnel, l'usage d'un babyfoot permet de proposer une activité debout. La verticalité permet de lutter contre la grabatation, le fait de tenir les poignées la personne se sent en sécurité et en oublie le temps qui passe. Ces quelques minutes de jeu participent à la nécessité d'avoir au minimum une vingtaine de minutes d'activités motrices par jour. Au même titre que la marche le système osseux, les cartilages, les muscles, les tendons et ligaments, la circulation veineuse, la ventilation respiratoire et les fonctions d'équilibration bénéficient de la verticalisation pendant cette pause récréative. D'un point de vue neurologique, nous sommes dans de la coordination oculomotrice, d'un point de vue articulaire pour les membres supérieurs on pousse les barres, on les tire, on les tourne par des mouvements de pronations et de supinations, on se déplace aussi le long du babyfoot. Le maintien de l'équilibre est assuré par la contraction des muscles striés antigravitaires.

Hauteur : 93 cm - Longueur : 158 cm - Largeur 100 cm - Poids : 80 kg





Pourquoi le baby-foot

Une activité ludique qui mobilise le corps, le regard et la cognition

Le baby-foot est une activité familière, immédiatement identifiable et naturellement ludique. Pourtant, derrière le jeu se cachent de nombreuses possibilités d'utilisation thérapeutique : **se verticaliser, maintenir la station debout, déplacer ses appuis, coordonner ses mouvements, mobiliser les membres supérieurs, observer, anticiper et mémoriser.**

Se mettre debout et bouger sans avoir l'impression de faire un exercice

La position debout autour du baby-foot permet de travailler la **verticalisation et le maintien de la station debout**. Les mains sur les poignées offrent un point d'appui rassurant, tandis que le jeu amène naturellement la personne à effectuer de **petits déplacements latéraux**, à transférer son poids d'un pied à l'autre et à ajuster son équilibre. L'activité peut ainsi contribuer à lutter contre la sédentarité et à réintroduire progressivement du mouvement dans une situation qui reste avant tout... un moment de jeu.

Coordonner le regard et le geste

Suivre la balle, anticiper sa trajectoire, déplacer les joueurs et agir au bon moment sollicitent la **coordination oculo-manuelle**, l'attention visuelle et la précision du geste.

Les mouvements des poignées — pousser, tirer, tourner — permettent également de mobiliser les membres supérieurs et de travailler différentes coordinations.

Faire travailler la mémoire de travail... en jouant

Le jeu peut facilement être associé à de petites consignes cognitives.

Par exemple, après chaque but, demander à la personne de **mémoriser le score**, puis de calculer combien de points il reste avant d'atteindre 11. On peut également faire varier les consignes ou demander de retenir plusieurs informations. Le jeu devient alors un support pour solliciter **l'attention, la mémoire de travail, le calcul et le respect d'une consigne**, sans nécessairement donner à la personne le sentiment d'effectuer un exercice cognitif.

Et si le baby-foot devenait aussi une véritable activité sportive ?

L'intérêt du baby-foot est de pouvoir **faire évoluer considérablement le niveau de sollicitation**.

Selon les capacités de la personne, la partie peut être courte et très contrôlée, centrée sur la verticalisation, les déplacements et la coordination. Mais elle peut aussi devenir une activité plus dynamique, mobilisant davantage **l'endurance, l'attention soutenue, la vitesse de réaction et la répétition des mouvements**.

Une partie prolongée oblige à rester engagé dans l'activité, à suivre continuellement la balle, à réagir aux actions de l'adversaire et à maintenir son attention dans la durée.

On passe ainsi progressivement **de l'exercice thérapeutique à une activité physique, sportive et sociale**, toujours portée par le plaisir du jeu.

Un équipement qui s'adapte aux personnes et aux situations

Le baby-foot existe également en **version intérieure et en version PMR**, permettant d'adapter son utilisation aux capacités des personnes, à leur environnement et au projet de l'établissement.

Il peut être utilisé individuellement, à deux, en petit groupe ou dans un contexte intergénérationnel. Cette dimension collective est importante : **jouer ensemble crée naturellement des situations d'échange, de coopération, d'attente, de communication et de partage**.

Le plaisir comme moteur de l'activité

C'est peut-être finalement l'une de ses principales forces.

Le baby-foot est associé au jeu, à la convivialité et au plaisir. Cette dimension ludique peut favoriser l'adhésion et permettre de répéter des mouvements, de maintenir une position ou de soutenir une attention prolongée **sans que l'activité soit vécue comme une séance de rééducation traditionnelle**.

L'objectif n'est donc pas simplement de jouer au baby-foot. Il est de pouvoir utiliser le jeu comme support pour travailler le mouvement, l'équilibre, la coordination, l'attention, la mémoire, l'endurance et les interactions sociales — en faisant évoluer la difficulté et les objectifs selon les capacités de chacun



VOTRE REGARD DE PROFESSIONNEL

Pourquoi cet équipement pourrait-il être intéressant pour les personnes que vous accompagnez ?

Quel regard vos collègues portent-ils sur cet équipement et sur ses possibilités ?

Animatrice, psychologue, neuropsychologue, ergothérapeute, éducateur, enseignant APA...

Un accompagnement pour passer de l'idée au projet

L'envie de créer un parcours thérapeutique extérieur est souvent là, mais sa mise en œuvre peut soulever de nombreuses questions.

Par où commencer ? Quels équipements choisir ? Comment les associer aux objectifs de l'équipe ? Quelles contraintes d'implantation prendre en compte ? Quelles normes et quelles exigences techniques respecter ? Comment présenter et formaliser le projet ?

Il n'est pas nécessaire d'avoir toutes les réponses pour commencer.

SUNJEUX accompagne les établissements dans cette réflexion, en s'appuyant sur les besoins des personnes accompagnées, les objectifs des professionnels et les contraintes propres à chaque site.

Cet accompagnement peut prendre différentes formes :

- échanges avec les équipes ;
- réflexion clinique et fonctionnelle ;
- formations et présentations en visioconférence pour mieux comprendre le concept et les possibilités offertes par les équipements ;
- aide à la définition du parcours ;
- réflexion sur son implantation ;
- élaboration de **projets et de dossiers complets et personnalisés**.

La conception d'un parcours thérapeutique extérieur ne se limite en effet pas au choix d'une liste d'équipements. Elle nécessite de mettre en relation **les besoins des personnes, les objectifs thérapeutiques, les usages envisagés, l'environnement et les contraintes techniques du site.**

L'objectif est de permettre à chaque équipe de passer progressivement de l'idée à un projet construit, argumenté et réalisable, en étant accompagnée à chaque étape.

Ce guide vous donne des repères pour commencer cette réflexion. **Vous n'avez pas à la mener seuls : SUNJEUX peut vous accompagner pour la poursuivre, l'approfondir et la transformer en un véritable projet d'établissement.**

LA PAROLE EST À VOUS

Votre regard sur le concept, les équipements et l'accompagnement

Après avoir parcouru ce guide et découvert les différentes possibilités offertes par les équipements, nous souhaitons recueillir votre regard.

Ce document est aussi un support d'échange : vos remarques, vos questions et vos observations peuvent contribuer à faire évoluer la réflexion et à préciser votre projet.

1. Que pensez-vous du concept proposé ?

Le principe d'un parcours thérapeutique extérieur répond-il, selon vous, aux besoins des personnes que vous accompagnez ?

2. Quels équipements ou quelles activités ont particulièrement retenu votre attention ? Pourquoi ?

3. Que pensez-vous de l'accompagnement proposé par SUNJEUX ?

Les échanges, les explications, les formations en visioconférence et la possibilité d'être accompagné dans la construction du projet répondent-ils à vos attentes ?

4. Ce projet répond-il aux attentes de votre équipe ?

Quelles seraient, selon vous, les prochaines étapes ou les éléments qui mériteraient d'être approfondis ?



UN MOT, UNE IDÉE, UNE ATTENTE...

Si vous deviez retenir une seule idée de ce guide, laquelle serait-ce ?

DE LA RÉFLEXION AU PROJET : LES ASPECTS TECHNIQUES

Un projet thérapeutique doit aussi trouver sa place sur le terrain

Imaginer un parcours thérapeutique est une première étape. Sa réalisation nécessite ensuite de vérifier qu'il peut s'intégrer concrètement dans l'environnement de l'établissement.

L'espace disponible, la configuration du terrain, les accès, les circulations, les contraintes d'implantation, l'accessibilité et les conditions d'installation sont autant d'éléments qui doivent être pris en compte dès la conception du projet.

C'est pourquoi la réflexion ne se fait pas uniquement avec les professionnels qui utiliseront les équipements. **Les services techniques et les personnes chargées de l'aménagement du site ont également toute leur place dans cette démarche.**

Étudier la faisabilité avant de réaliser

Un équipement peut être parfaitement adapté aux objectifs thérapeutiques et pourtant nécessiter une réflexion particulière concernant son implantation.

Où l'installer ? Quelle surface prévoir ? Comment organiser les circulations autour des équipements ? Comment préserver les espaces nécessaires à leur utilisation ? Comment prendre en compte les contraintes propres au terrain ?

Ces questions peuvent être étudiées en amont afin d'éviter les mauvaises surprises au moment de la réalisation.

Des plans pour accompagner votre projet

SUNJEUX peut accompagner l'établissement dans cette étape en travaillant avec les équipes concernées à partir des caractéristiques réelles du site.

Des plans d'implantation peuvent être réalisés afin de visualiser le projet, de vérifier son intégration dans l'espace disponible et de faciliter les échanges entre les équipes soignantes, les services techniques et la direction.

L'objectif est de confronter le projet imaginé aux réalités du terrain et de rechercher, avec l'établissement, la solution la plus adaptée.

Une vérification qui fait partie intégrante du projet

Les caractéristiques techniques et les informations présentées dans les pages suivantes permettent de disposer des éléments nécessaires à cette étude.

Elles constituent une base de travail pour les professionnels, mais **chaque implantation doit être étudiée au regard du site qui lui est destiné.**

Notre accompagnement peut ainsi se poursuivre jusqu'à la construction d'un projet cohérent dans ses dimensions thérapeutiques, fonctionnelles et techniques.

Après avoir réfléchi à ce que l'on souhaite faire, il faut maintenant vérifier comment le réaliser.



Un dossier personnalisé pour faciliter vos démarches

Chaque projet étant différent, **SUNJEUX peut également vous accompagner dans la constitution d'un dossier personnalisé**, adapté à votre établissement, à vos objectifs et aux besoins des personnes accompagnées.

Ce dossier peut notamment permettre de **présenter le projet, ses objectifs, les équipements envisagés, leur intérêt pour les personnes accompagnées ainsi que les éléments nécessaires à son financement.**

Cette prestation est proposée gratuitement. Elle permet de structurer et de mettre en forme un document argumenté, qui pourra servir de support dans vos démarches auprès des organismes susceptibles de participer au financement du projet.

L'objectif est simple : vous aider à transformer une idée en un projet clairement présenté, compréhensible et défendable

 LES DIMENSIONS DES ÉQUIPEMENTS 			
EN.BPa	BARRES PARALLELES (marche)	2,48	0,8
KITVERa	KIT DE VERTICALISATION 2 POIGNEES + BOULONNERIE	0,30	0,07
EN.PSR2a	PASSAGE SOL RONDINS version large(marche et proprioception)	4,91	1,2
EN.SHEa	SAUT DE HAIES version Etroite, enjambement sur la hauteur	3,00	0,71
EN.SPLa	SAUT DE PUCES LARGE enjambement d'obstacles avec régularité	3,00	1,14
EN.DOPa	DOME PMR FAUTEUIL ET PIETON (franchissement)	4,20	1,34
EN.BEa	BOSSE ESCALIER (franchissement)	4,01	0,69
EN.PE15Ea	POUTRE D'EQUILIBRE larg 15 cm version Etroite	3,12	0,7
EN.PEQa	PLATEAUX D'EQUILIBRE et PROPRIOCEPTION	3,07	0,96
EN.JR18Aa	TABOURET D'Équilibre A RESSORT	0,60	0,6
EN.ATVa	AIRE DE TRANSFERT ET DE VERTICALISATION	1,20	0,69
EN.ILOTD	ILOT D' ACTIVITES MOTRICES debout : lever, baisser, pousser, tourner...	1,00	1
OND	PANNEAU LES GRANDES ONDES coordination bilatérale du mouvement	1,25	0,15
RPMRTM	PANNEAU ROTAMINO activité cognitive sur les capacités attentionnelles	1,25	0,15
OUTDOOR	BABYFOOT pour l'extérieur en HPL et INOX + house de protection	1,50	1

 DOSSIERS TECHNIQUES Plans, fiches techniques, normes et certifications  CONSULTEZ LES DOSSIERS TECHNIQUES	
EN.BPa M-MARCH3A-EN	BARRES PARALLELES (marche) https://jardin-sensoriel.com/pdfm/M-MARCH3A-EN%20Barres%20parall%C3%A9les%20ENBP.a.pdf
KITVERa M-KITVER	KIT DE VERTICALISATION 2 POIGNEES + BOULONNERIE https://jardin-sensoriel.com/pdfm/KITVER%20METAL%20-Montage.pdf
EN.PSR2a M-MARCH8FA-EN	PASSAGE SOL RONDINS version large(marche et proprioception) https://jardin-sensoriel.com/pdfm/M-MARCH8FA-EN%20Passage%20sols%20et%20rondins%20ENPSRa.pdf
EN.SHEa M-MARCH6A-EN	SAUT DE HAIES version Etroite, enjambement sur la hauteur https://jardin-sensoriel.com/pdfm/M-MARCH6A-EN%20Saut%20de%20Haies%20ENSHEa.pdf
EN.SPLa M-MARCH10-EN	SAUT DE PUCES LARGE enjambement d'obstacles avec régularité https://jardin-sensoriel.com/pdfm/M-MARCH10%20EN%20Saut%20de%20puces%20ENSPLa.pdf
EN.DOPa M-MARCH7A-EN	DOME PMR FAUTEUIL ET PIETON (franchissement) https://jardin-sensoriel.com/pdfm/M-MARCH7A-EN%20D%C3%B4me%20PMR%20ENDOPa.pdf
EN.BEa M-MARCH11-EN	BOSSE ESCALIER (franchissement) https://jardin-sensoriel.com/pdfm/M-MARCH11-EN%20Bosse%20Escalier%20ENBEa.pdf
EN.PE15Ea M-MARCH4C-EN	POUTRE D'EQUILIBRE larg 15 cm version Etroite https://jardin-sensoriel.com/pdfm/M-MARCH4C-EN%20Poutre%20d'%C3%A9quilibre%20ENPE15Ea.pdf
EN.PEQa M-MARCH17-EN	PLATEAUX D'EQUILIBRE et PROPRIOCEPTION https://jardin-sensoriel.com/pdfm/M-MARCH17-EN%20Plateau%20d'%C3%A9quilibre%20et%20de%20proprioception%20ENPEQa.pdf

La norme EN16630 : sécurité et conformité des équipements sportifs de plein air.

Objectif de la norme

La norme EN16630 définit les exigences de sécurité relatives à la conception, la fabrication, l'installation, le contrôle et la maintenance des équipements fixes d'entraînement physique (fitness) installés en extérieur et en accès libre.

Nos équipements sont conçus et fabriqués selon cette norme, garantissant ainsi une utilisation sécurisée et une réduction significative des risques d'accident.

Rôle des organismes de contrôle

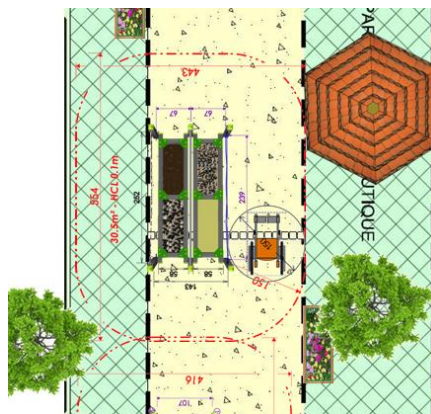
Les organismes agréés vérifient la conformité des installations par rapport à la norme et aux recommandations du fabricant, en s'assurant notamment :

- Du respect des zones d'évolution (espaces libres autour des appareils),
- De la bonne installation des équipements,
- Et de la sécurité d'usage des utilisateurs.

Exemples d'installation

✓ Installation conforme à la norme

- Zone d'évolution de 1,50 m minimum autour de chaque appareil, matérialisée en pointillé rouge.
- Aucun obstacle à l'intérieur de cette zone (haies, bancs, poteaux, luminaires, etc.).



✗ Installation non conforme

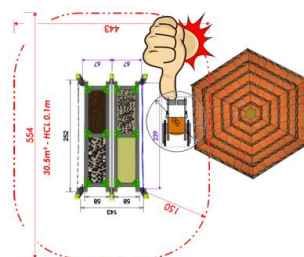
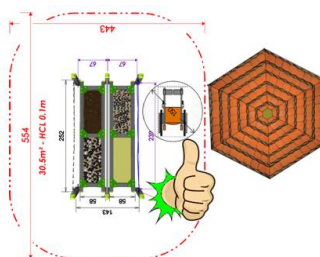
- Présence d'une haie ou d'un élément de mobilier à moins de 1,50 m.
- Chevauchement des zones d'évolution entre deux appareils.
- Poteaux ou éléments fixes gênant la rotation d'un fauteuil roulant.

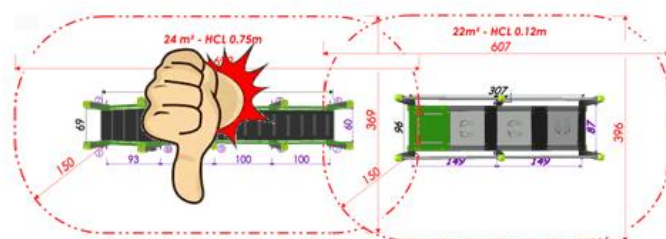
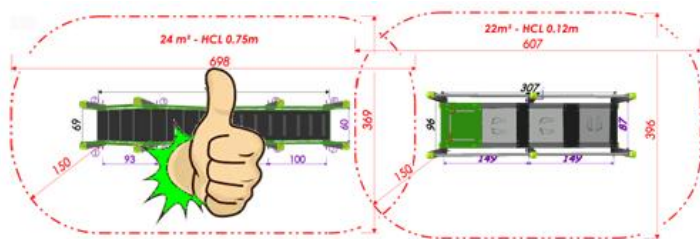
⚠ Le non-respect des zones d'évolution engage la responsabilité de l'installateur et de l'exploitant, mais pas celle du fabricant.



Distances à respecter

- 1,50 m minimum autour de chaque équipement, libre de tout obstacle.
- 1,50 m entre deux équipements.





Équipements non concernés par la norme EN16630

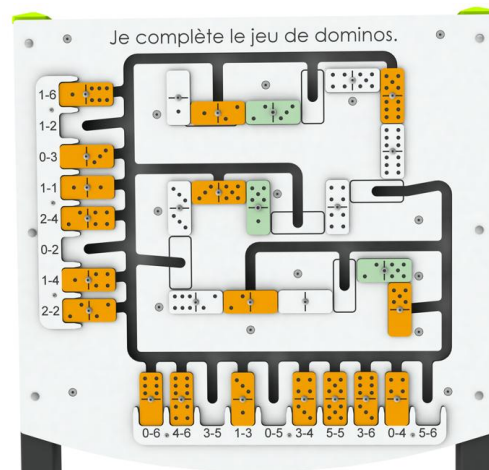
Certains dispositifs ne relèvent ni de la norme EN16630, ni d'aucune autre norme spécifique, car ils ne sont ni des agrès de fitness, ni des jeux pour enfants.

Ils visent à travailler :

- La coordination.
- La planification des gestes.
- Les fonctions exécutives.
- Ou les différentes formes de mémoire.

Ces équipements, considérés comme du mobilier urbain, incluent par exemple :

- Le Rotamino.
- Le Pétanque Basket.
- Et les panneaux d'activités cognitives.



➔ Ils ne nécessitent aucune zone d'évolution particulière ni revêtement de sol spécifique.

Panneaux d'information complémentaires

Pour prévenir tout usage inadapté, notamment par les enfants, il est recommandé d'installer un panneau d'information précisant la fonction et la destination des équipements.

Exemple : « *Attention – Cet espace n'est pas une aire de jeux pour enfants.* »

Usage libre en espace public

Dans le cadre d'un accès libre (parc, jardin public, espace communal),

le respect strict de la norme EN16630 est obligatoire.

Un panneau d'information destiné au public doit y être visiblement installé.



**Certains équipements présentés ont fait l'objet d'un dépôt à l'I.N.P.I.
La copie ou l'inspiration n'est donc pas autorisée.**

JE PASSE À L'ACTION

Mon projet de parcours thérapeutique extérieur

Vous avez commencé à réfléchir à votre projet ?

Cette fiche vous permet de rassembler vos premières idées avant un premier échange avec SUNJEUX.

Il n'est pas nécessaire que le projet soit déjà défini : **quelques éléments suffisent pour commencer.**

1. 🧑 POUR QUI ?

Les personnes que nous souhaitons accompagner :

☐ Personnes cérébrolésées

☐ AVC

☐ Handicap moteur

☐ Maladies neurodégénératives

☐ Personnes âgées fragiles

☐ Autre :

Quelques besoins ou difficultés que nous souhaitons prendre en compte :

2. 🎯 POURQUOI ?

Quels objectifs aimerions-nous travailler ?

☐ Verticalisation

☐ Marche et déplacements

☐ Équilibre

☐ Coordination

☐ Franchissement d'obstacles

☐ Prévention des chutes

☐ Fonctions cognitives

☐ Autonomie

☐ Confiance en soi

☐ Activité physique

☐ Lien social / activité collective

☐ Autre :

Nos priorités :

1.

2.

3.

3. 🧩 LES ÉQUIPEMENTS QUI M'INTÉRESSENT

Après la lecture du guide, quels équipements ont retenu mon attention ?

Équipement

Pourquoi ?

.....	
.....	
.....	
.....	
.....	

Il n'est pas nécessaire de choisir définitivement.

Cette première sélection servira simplement de point de départ à la réflexion.

4. MON SITE

Avons-nous déjà identifié l'emplacement ?

☐ Oui ☐ Non ☐ À définir

Surface approximative disponible :

À préparer si possible :

- ☐ Photos de l'espace disponible
- ☐ Plan ou plan cadastral
- ☐ Dimensions approximatives
- ☐ Contraintes particulières du terrain
- ☐ Accès / circulations
- ☐ Emplacement envisagé

SUNJEUX peut travailler avec les équipes et les services techniques à partir des caractéristiques réelles du site et réaliser des plans d'implantation pour vérifier la faisabilité du projet.

5. QUI PORTE LE PROJET ?

Professionnel(s) ou service(s) à l'origine de la réflexion :

.....
.....

Les personnes à associer au projet :

- ☐ Équipe soignante
- ☐ Rééducateurs
- ☐ Psychologue / neuropsychologue
- ☐ Ergothérapeute
- ☐ Enseignant APA
- ☐ Éducateur
- ☐ Services techniques
- ☐ Direction
- ☐ Autre :

JE CONTINUE À ME DOCUMENTER

Vous souhaitez aller plus loin ?

Retrouvez d'autres ressources, exemples de réalisations et informations sur les jardins et ateliers thérapeutiques extérieurs :

[🔗 jardin-sensoriel.com/se-documenter/](https://jardin-sensoriel.com/se-documenter/)

ET MAINTENANT ?

Vous avez une idée, même incomplète ?

Contactez SUNJEUX au 03 27 64 67 22 ou par mail à sunjeux@sunjeux.com

Vous pouvez nous transmettre cette fiche, vos premières réflexions, quelques photos du site et, si vous en disposez, vos plans.

Nous pouvons ensuite vous accompagner pour :

Échanger → réfléchir → définir → implanter → formaliser → faciliter vos démarches de financement

SUNJEUX peut notamment vous accompagner dans la réflexion clinique et fonctionnelle, la définition du parcours, son implantation et l'élaboration d'un **dossier personnalisé**.

Ce dossier permet de présenter le projet, ses objectifs, les équipements envisagés et leur intérêt pour les personnes accompagnées. Il peut également servir de support dans les démarches auprès des organismes susceptibles de participer à son financement. **Cette prestation est proposée gratuitement.**

Dossier réalisé par : Houssin Jean-Pierre
SUNJEUX 19A rue de la Mairie 59164 Marpent
03 27 64 67 22 sunjeux@sunjeux.com
<https://jardin-sensoriel.com/>
<https://www.sunjeux.com/>

