

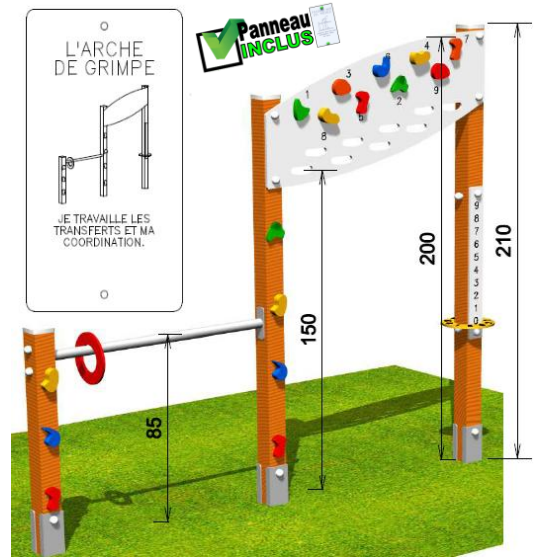
# Arche de grimpe et de coordination EN.ARCHE

L'arche de grimpe est un outil polyvalent à l'usage multiple.

## Activités physiques :

- **Les transferts** : une barre située à 85 cm permet de travailler les transferts du fauteuil à la station debout.
- **La flexion et la propulsion** : en fauteuil ou debout face à l'équipement la main droite sur la barre, je vais chercher les différentes prises de grimpe sur le poteau vertical de gauche, puis la main gauche sur la barre je vais chercher les différentes prises de grimpe sur le poteau vertical de droite. Debout les deux mains sur la barre par un exercice de flexion je cherche à aller le plus bas possible, puis à me redresser en utilisant la masse musculaire de mes membres inférieurs, en cas de difficulté s'aider des membres supérieurs par un effort de traction. Pour terminer l'exercice je passe à plusieurs reprises sous l'arche de grimpe en me baissant.
- **Extension membres supérieurs** : face à l'arche à l'aide des poignées et des prises de grimpe je cherche à aller de plus en plus haut. Cet exercice permet un travail de l'équilibre statique toujours bénéfique pour les syndromes post chute.

**Coordination oculo-manuelle** : face à la barre à deux mains puis avec chaque main je déplace l'anneau rouge sur toute la longueur sans toucher la barre. Sur le même principe un autre exercice est proposé dans l'axe vertical avec un disque jaune gradué de 0 à 9 qu'il faut faire coïncider avec les indications gravées sur le poteau.



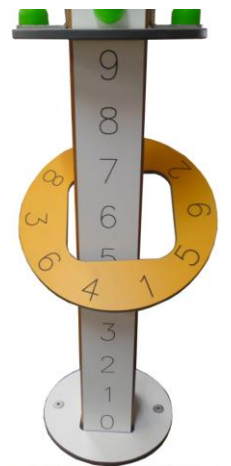
Transferts, mobilisation articulaire et musculaire



Face à l'arche nommer les couleurs. Indiquer l'ordre des chiffres sur le panneau. Proposer une séquence qui associe les chiffres et les couleurs.

## Activités cognitives :

- Face à l'arche nommer les couleurs.
- Indiquer l'ordre des chiffres sur le panneau.
- Proposer une séquence qui associe les chiffres et les couleurs.



- Proposer des jeux de calculs en associant les couleurs et les chiffres.

**Par exemples** : Vert + jaune = ????????? (9 ou 6) ou demander d'additionner les prises oranges (7 + 3 = 10).

Ces exemples d'activités permettent de travailler les praxies, les gnosies (mémoire des chiffres et des couleurs), la mémoire de travail et les fonctions exécutives dans une moindre mesure. Cet équipement est un bon complément aux panneaux d'activités motrices et cognitives qui sont plus orientés sur le raisonnement, la catégorisation, la planification et l'inhibition. (Modèle déposé à l'I.N.P.I)

# ilot d'activités motrices réf: EN.ILOT

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. Existe en trois versions : assis, debout ou assis et debout.



Action motrice bilatérale membres supérieurs

## Lever / Baisser / Pousser / Tirer / Tourner

L'activité physique après AVC est recommandée pour améliorer l'adaptation à l'effort, l'état physique et l'indépendance fonctionnelle. Cet équipement utilise la technique dite "du membre aidé". L'action motrice bilatérale symétrique aide le membre en cours de rééducation. Lorsque les groupes musculaires homologues travaillent simultanément, comme lors de la rééducation bilatérale symétrique, des neurones similaires sont activés dans les deux hémisphères cérébraux. Lors de ce travail bilatéral, la mise en jeu de l'hémisphère sain active l'hémisphère atteint et permet de faciliter le contrôle moteur membre supérieur hémiplégique. L'ilot d'activités motrices utilise ce principe.

Existe pour un usage sur sol meuble ou sur terrasse avec une fixation sur platine.

Informations complémentaires sur :

<https://jardin-sensoriel.com/entretenir-ses-articulations/>



# Panneaux Tourneron réf: EN.TNR

Amplitude articulaire des membres supérieurs

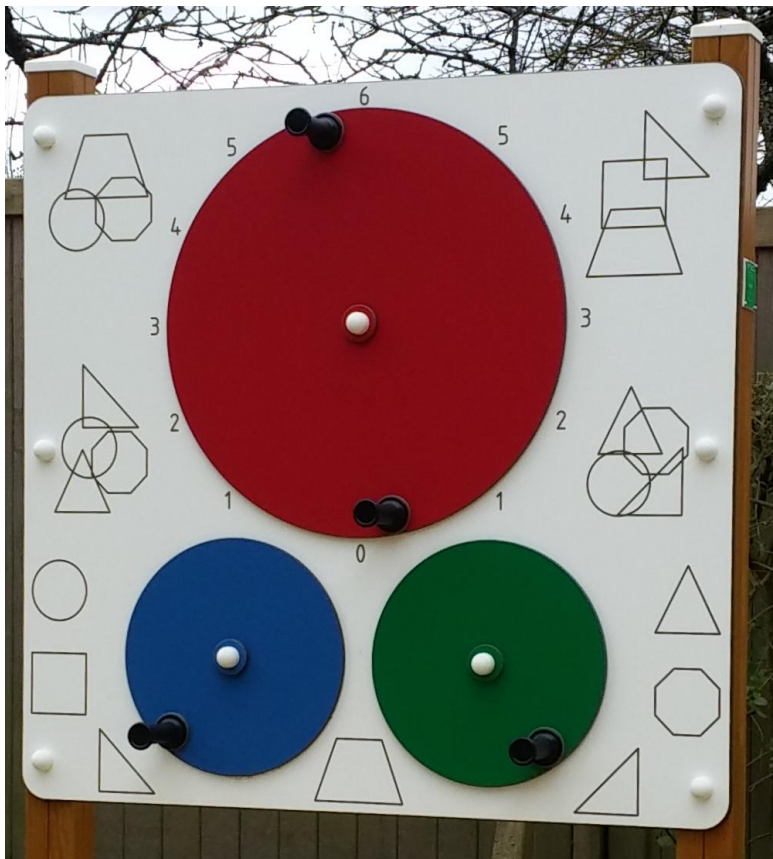
Objectif: Faire travailler les membres supérieurs par l'exercice d'une rotation. Le but n'est pas dans le renforcement musculaire, il y a pas de poids ni de freins sur les différents disques. Chaque disque est libre sur son axe permettant ainsi des mouvements qui peuvent être différents. Nous cherchons à préserver la motricité existante et notamment l'amplitude articulaire qui peut être mesurée sur le disque rouge.



- ❑ Aspect coloré et contrasté pour un bon usage en extérieur.
- ❑ 2 systèmes tournants sur le même axe, disques bleu et vert.
- ❑ 1 système tournant de grand diamètre, disque rouge.
- ❑ Sur le disque du haut, travail des deux bras l'un compensant l'autre.
- ❑ La graduation permet de faire remarquer les progrès constatés.

Activité secondaire, reconnaissance visuelle et tactile :

Dans le bas du panneau des formes simples sont gravées, il faut les retrouver parmi les formes enchevêtrées. Cette activité peut être faite pendant l'exercice pour éviter la lassitude liée à une activité répétitive (tourner des disques). La hauteur sous panneau permet aussi son usage en fauteuil roulant pour les disques du bas.



Modèle déposé à l'I.N.P.I

# Le Tandem réf: EN.FLEX2

Equipement favorisant les activités motrices telles que l'extension des membres supérieur, la flexion et la propulsion des membres inférieurs.

**Le tandem sollicite la totalité de la chaîne articulaire.**



Activités motrices membres supérieurs.

Les bras.



## Comment l'utiliser ?

Face au panneau, les écritures 1 à 7 devant soi, j'attrape les poignées et je descends, toujours en m'aidant des poignées. C'est un travail de flexion, l'objectif est d'arriver à toucher le sol. Ensuite par un travail de propulsion, je remonte, en m'aidant si nécessaire des poignées. Une fois debout j'utilise les prises de grimpe pour aller de plus en plus haut c'est le travail d'extension des bras.



Les hanches

Les genoux

Les pieds

Le tandem.



Derrière le panneau, debout, je me tiens aux poignées représentées par le cercle bleu, je passe un pied sous la pédale du bas (le cercle orange) puis je lève la pédale. Nous savons que chez la personne âgée une des causes de chutes est le fait qu'elle traîne les pieds, dans ce début d'exercice le patient fait une flexion du pied vers le haut pour monter la pédale. Puis c'est le genou et la hanche qui sont mobilisés. Après quelques mouvements, on alterne en changeant de pied et de pédale. Ces exercices simples et sans danger permettent de gagner en amplitude articulaire et de participer au renforcement musculaire. De chaque côté une échelle graduée permet de faire remarquer les progrès constatés.

Voir la vidéos en flashant le qrcode.

<https://youtu.be/EJOBwpG9STI>



Activités motrices membres supérieurs et inférieur

# Panneaux Anneaux réf: EN.PL21

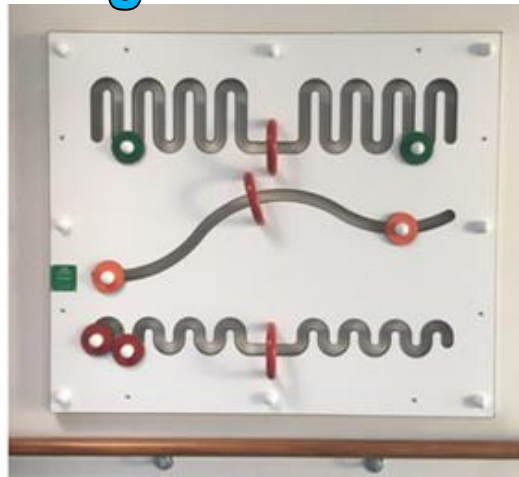
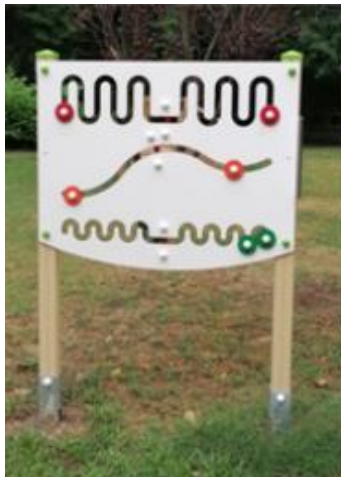


**Objectif:** Motricité fine, Circuit d'adresse, rééducation perceptivo-motrice. Travail sur l'organisation du mouvement, aide la personne âgée ou handicapée atteinte de troubles de la coordination.

**Utilisation :** Déplacez les anneaux de trous en trous en les tournant. Une fente dans l'anneau permet le déplacement.



# Panneaux Les grandes ondes Réf: EN.OND



**Principe :** 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 sinusoides 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. Existe aussi en version mural.

## Barres parallèles: Variation Réf: EN.BPVAR

Ensemble de barres parallèles et de curseurs qui sont à déplacer en amplitude verticale et horizontale. Utilisation possible des curseurs des deux côtés.

Site de référence pour ce type d'activité :  
<https://jardin-sensoriel.com/entretenir-ses-articulations/>

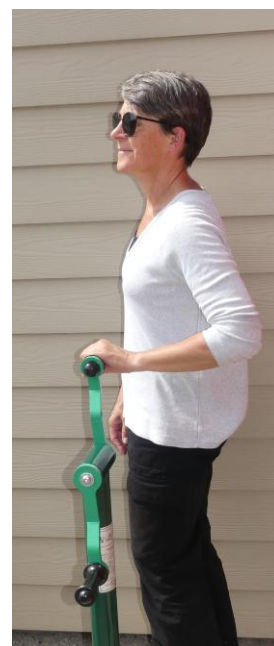


Coordination bilatérale du mouvement

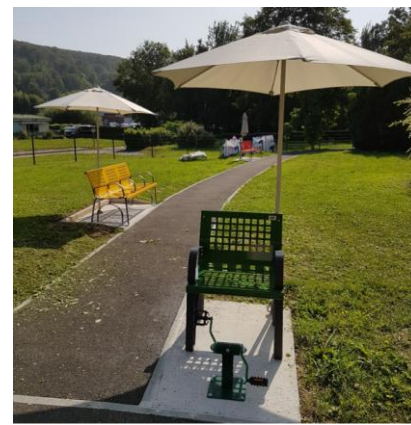
# Médalier réf: 81266.

Exercice de mobilisation articulaire et musculaire pour les membres supérieurs par l'action d'une rotation. Pour un usage debout l'usage peut se faire sur le côté ou face à l'équipement. L'usage en fauteuil roulant se fait face à l'équipement. Hauteur d'assise : 462mm.

Activités motrices membres supérieurs et inférieurs



# Pédalier EN.80913



# Pédalier et médailier APL-F



Le pédalier / médailier APL-F permet un usage du pédalier assis face à un siège.  
Le médailier peut être utilisé en position assise ou debout.



Le pédalier et le médailier ne sont pas solidarisés leur fonctionnement est indépendant.



Activités motrices des membres supérieurs et inférieurs.

## Le Transat ATT



Vous pouvez retrouver ce type d'équipements à cette adresse:

<https://jardin-sensoriel.com/parcours-de-marche-et-de-reeducation/>

SUNJEUX 19A rue de la Mairie 59164 Marpent  
03 27 64 67 22 06 41 43 43 93 [sunjeux@sunjeux.com](mailto:sunjeux@sunjeux.com)  
<https://jardin-sensoriel.com/> [www.sunjeux.com](http://www.sunjeux.com)

**sunjeux**