



Transfert assisté dans la voiture

Monter dans une voiture peut constituer un transfert difficile. Au début, on peut avoir besoin de l'aide d'une ou de deux personnes, en fonction de la hauteur de la voiture et de vos aptitudes. Avec de l'entraînement, certaines personnes apprennent à effectuer le transfert par elles-mêmes. Effectuez toujours le transfert avec votre thérapeute avant de l'essayer seul.

Mettre le fauteuil roulant en position pour le transfert

1. Retirez le repose-pied sur le côté où vous effectuez le transfert.
2. Placez le fauteuil roulant à un petit angle aussi près du siège que possible.
3. Retirez l'accoudoir et le protège-vêtements sur le côté où vous effectuez le transfert.
4. Appliquez les freins.
5. Posez les pieds sur le sol les tournant dans le sens opposé au transfert.

Transfert avec une planche

Beaucoup de personnes ont besoin d'une planche pour créer un pont entre le fauteuil roulant et le siège. Mettez un bout de la planche sur le siège du fauteuil, un peu sous vos fesses. L'autre bout de la planche doit être mis sur le siège de la voiture. Vérifiez que les deux bouts reposent solidement sur les deux surfaces. Pour le transfert vers la voiture, on a parfois besoin d'une planche plus longue que pour les autres transferts.

Positions des auxiliaires

L'auxiliaire peut se tenir devant ou derrière vous. S'il y en a deux, ils peuvent occuper les deux positions. Assurez-vous que les aides sont suffisamment forts et bien formés pour vous aider à effectuer le transfert.

Derrière : Un auxiliaire peut se tenir derrière votre fauteuil roulant. Il ou elle vous aidera à effectuer le transfert en se penchant sur le dossier et soulever vos fesses, votre ceinture ou la partie supérieure de vos pantalons.

Devant : S'il y a assez d'espace, un auxiliaire peut se tenir devant vous en faisant face au fauteuil. Lors du transfert, il ou elle vous soulève pendant que vous vous penchez vers lui ou elle. L'auxiliaire vous soulève en vous tenant par les hanches, votre ceinture ou les côtés des pantalons.

Consultez votre physiothérapeute pour obtenir plus de renseignements.

MOBILITÉ

Transfert assisté dans la voiture

Transfert vers un siège de voiture :

1. Mettez le fauteuil roulant en position (voir ci-dessus).
2. Faites reculer le siège de la voiture le plus loin possible.
3. Déplacez-vous en avant jusqu'au bord du siège du fauteuil.
4. Mettez la main du côté de la voiture au milieu de la planche et l'autre sur l'accoudoir ou le siège du fauteuil.
5. Avant d'effectuer le transfert, penchez-vous en avant la tête tournée dans le sens opposé au siège de la voiture.
6. Demandez à votre auxiliaire de vous lever quand vous dites « 1, 2, 3, LEVEZ ! »
7. À chaque fois que vous dites « LEVEZ », poussez à l'aide des bras pour lever votre postérieur et le mettre sur la planche. L'auxiliaire doit vous aider avec ces mouvements et on peut avoir besoin de plusieurs soulèvements pour y arriver.
8. Une fois dans le siège de la voiture, adossez-vous et trouvez une position stable. L'auxiliaire peut vous ramener les jambes et réarranger vos vêtements.



Conseil de sécurité : En aidant quelqu'un à effectuer un transfert, tenez-vous le dos droit et levez avec les bras et les jambes.

Consultez votre physiothérapeute pour obtenir plus de renseignements.

MOBILITÉ

©2016 University Health Network - Toronto Rehab. Tous droits réservés. **Avis de non-responsabilité :** Ces renseignements sont fournis exclusivement à des fins éducatives. Veuillez consulter un professionnel de la santé qualifié si vous avez des besoins médicaux particuliers ou si vous êtes sous traitement. University Health Network n'assume aucune responsabilité pour les préjudices ou dommages subis à la suite d'erreurs ou omissions apparaissant dans cette publication.

www.SpinalCordEssentials.ca

SCE2-Ma3-2016-11-16

Transfert assisté dans la voiture

Transfert dans un siège de voiture avec deux auxiliaires

Certaines personnes peuvent avoir besoin d'aide supplémentaire pour le transfert. Avec deux auxiliaires, les étapes du transfert sont similaires à la description ci-dessus. Dans ce cas, ce sont les auxiliaires qui déposent le plus d'effort. Penchez-vous vers l'auxiliaire se tenant devant vous.



Conseil de sécurité : Lors d'un transfert, protégez-vous la peau. Levez le postérieur avant de le déplacer vers le siège, ne le faites pas traîner à travers la planche pour ne pas endommager la peau.

Transfert de la voiture dans le fauteuil roulant

Pour le transfert de la voiture dans le fauteuil roulant, les étapes sont très similaires. L'auxiliaire peut se tenir derrière vous, soulevant vos fesses et les guidant vers le fauteuil.

Consultez votre physiothérapeute pour obtenir plus de renseignements.

MOBILITÉ

©2016 University Health Network - Toronto Rehab. Tous droits réservés. **Avis de non-responsabilité :** Ces renseignements sont fournis exclusivement à des fins éducatives. Veuillez consulter un professionnel de la santé qualifié si vous avez des besoins médicaux particuliers ou si vous êtes sous traitement. University Health Network n'assume aucune responsabilité pour les préjudices ou dommages subis à la suite d'erreurs ou omissions apparaissant dans cette publication.

www.SpinalCordEssentials.ca

SCE2-Ma3-2016-11-16

Transfert assisté dans la voiture



Consultez votre physiothérapeute pour obtenir plus de renseignements.

MOBILITÉ

©2016 University Health Network - Toronto Rehab. Tous droits réservés. **Avis de non-responsabilité** : Ces renseignements sont fournis exclusivement à des fins éducatives. Veuillez consulter un professionnel de la santé qualifié si vous avez des besoins médicaux particuliers ou si vous êtes sous traitement. University Health Network n'assume aucune responsabilité pour les préjudices ou dommages subis à la suite d'erreurs ou omissions apparaissant dans cette publication.

www.SpinalCordEssentials.ca

SCE2-Ma3-2016-11-16