

## Mieux vivre avec son HEMIPLEGIE



### Sommaire

#### L'HEMIPLEGIE...

- Vous êtes le point de départ de votre récupération
- Une maladie différente pour chacun
- Votre corps aujourd'hui est différent

#### COUCHÉ DANS VOTRE LIT

- Couché sur le côté faible...
- Couché sur le côté sain...
- Couché sur le dos...

#### LA SORTIE DU LIT

##### DE COUCHÉ À ASSIS SUR LE LIT...

- Vous roulez sur votre côté
- Vous croisez les pieds
- Vous vous redressez sur votre lit
- Vous êtes assis sur le bord du lit

##### DU LIT AU FAUTEUIL...

- La position de départ
- Vous êtes seul : le siège est du côté sain
- Vous êtes accompagné : le siège est du côté faible
- Dans votre fauteuil

#### METTRE LA PANNE

##### DEUX TECHNIQUES

- Le pont
- Le roulé

#### LA MARCHÉ

- La préparation
- La marche en deux temps
- Les accessoires

#### LES ESCALIERS

- Pour monter
- Pour descendre

#### COMMENT AIDER UNE PERSONNE HÉMIPLÉGIQUE

- La sortie du lit
- Le transfert
- Au fauteuil
- La marche en deux temps

#### LA TOILETTE

- Pour vous laver le bras valide
- Pour vous laver le bassin et le siège
- Pour vous brosser les dents
- Pour vous raser
- Les accessoires

#### L'HABILLEMENT

- Vous vous déshabillez assis
- Vous vous déshabillez debout
- Vous vous habillez
- Les accessoires

## LES REPAS

- La position
- Pour avaler correctement
- Les accessoires

## UNE MAISON BIEN ADAPTÉE

- Le hall d'entrée
- La pièce de séjour
- La cuisine
- Le wc
- La salle de bain

## LA VOITURE

- Pour y entrer
- Pour en descendre

## LA COMMUNICATION

D'après une brochure réalisée en collaboration avec la Clinique Notre-Dame de Waremm

Une initiative du



Centre d'Education  
Du Patient CEP

En collaboration avec



Avec le  
soutien de

