



AIDES TECHNIQUES

Ces aides qui changent la vie:
Zoom sur les outils du quotidien

1

Des petits objets pour de grandes avancées

Certains gestes deviennent complexes, fatigants, voire impossibles à cause d'une maladie, d'une blessure ou du vieillissement. Pourtant, de simples aides techniques peuvent transformer le quotidien : ouvrir un bocal, enfiler un vêtement, se relever du lit, écrire, cuisiner... Encore faut-il choisir les bons outils, adaptés à la personne et à son contexte.

À retenir

Une aide bien choisie peut redonner de l'autonomie sans effort.

2

Le rôle de l'ergothérapeute

L'ergothérapeute :

- identifie les gestes problématiques,
- observe les stratégies déjà mises en place,
- propose des aides fonctionnelles, ciblées, compatibles avec le mode de vie,
- accompagne leur mise en place et leur utilisation,
- évite les achats inutiles ou inadaptés.

À retenir

L'ergothérapeute fait le lien entre la personne, son environnement et l'objet.

3

Quels types d'aides existent ?

Il en existe des centaines, réparties par besoin :

- Mobilité : cannes, déambulateurs, rampes, barres d'appui, fauteuils roulants...
- Hygiène : rehausse WC, siège de douche, tapis antidérapant, brosse à long manche...
- Cuisine : planche à découper stabilisée, ouvre-bocal ergonomique, ustensiles à manche adapté...
- Habillage : enfile-bas, crochet d'habillage, pinces de préhension...
- Communication & bureautique : souris adaptée, tablette avec synthèse vocale, logiciels de dictée...
- Loisirs : jeux adaptés, supports de livres, aides pour écrire ou dessiner...

À retenir

Il existe une aide pour presque chaque difficulté, encore faut-il la connaître.

4

Et les aides au financement ?

Certaines aides techniques peuvent être financées, sous conditions :

- par la MDPH (dans le cadre d'un plan de compensation),
- via l'Assurance Maladie (prescription de matériel médical),
- par une caisse de retraite, une mutuelle, ou un fonds d'action sociale,
- dans certains cas, par MaPrimeAdapt ou des dispositifs d'aide à domicile.

L'ergothérapeute peut rédiger un devis, un argumentaire, ou un rapport.

À retenir

Beaucoup d'aides sont finançables, mais souvent peu connues.

5

Une aide n'est utile que si elle est utilisée

Une pince de préhension laissée dans un placard n'est d'aucune aide. Le choix, la prise en main, la compatibilité avec les gestes de la personne et la formation à son usage sont essentiels. L'ergothérapeute veille à ce que l'aide soit simple, durable, intégrée dans le quotidien.

À retenir

L'ergothérapie ne se limite pas à proposer une aide, elle s'assure qu'elle serve vraiment.

6

Gagner en autonomie, un outil à la fois

Les aides techniques sont parfois perçues comme des symboles de dépendance. Pourtant, bien choisies, elles ouvrent des possibilités : cuisiner à nouveau, sortir seul, jouer avec ses petits-enfants, lire, écrire... L'enjeu n'est pas de "réparer", mais de redonner du pouvoir d'agir.

À retenir

Une aide technique n'est pas un signe de faiblesse, mais un levier d'autonomie.