



# S'inscrire à un centre de conditionnement physique ou à une piscine thérapeutique



## *Joining a Fitness Centre or Therapeutic Pool*

Nous vous recommandons de visiter les installations avant de vous inscrire à un club, à un groupe ou à une organisation pour vous assurer que vos besoins seront satisfaits.

### Questions à poser avant de s'inscrire

1. Les appareils de musculation sont-ils accessibles aux fauteuils roulants? Les sièges des postes d'exercices se déplacent-ils latéralement? Pouvez-vous rouler jusqu'aux appareils et les utiliser en restant dans votre fauteuil?
2. Le personnel procède-t-il à des évaluations de la condition physique lorsqu'il démontre le fonctionnement des appareils et explique comment les utiliser correctement?
3. La piscine est-elle accessible aux fauteuils roulants? Y a-t-il une rampe dans la piscine? Offre-t-on des fauteuils roulants pour l'eau? Le cas échéant, y a-t-il un élévateur mécanique dans la piscine?
4. Les vestiaires et les toilettes sont-ils accessibles aux fauteuils roulants? Le cas échéant, y a-t-il un élévateur mécanique?
5. Y a-t-il des auxiliaires disponibles pour vous aider à vous habiller, à vous déshabiller et à vous transférer, le cas échéant?
6. Les ascenseurs sont-ils accessibles aux fauteuils roulants?
7. S'agit-il d'une piscine thérapeutique (88 °F/31 °C et plus) ou d'une piscine chauffée normale?
8. Offre-t-on des subventions ou des tarifs spéciaux aux personnes ayant des besoins spéciaux?
9. Le coût du programme est-il couvert par votre assurance maladie, la CSPAAAT ou votre assurance automobile?
10. Est-ce que votre auxiliaire peut entrer gratuitement?
11. Le personnel a-t-il l'habitude de travailler avec des personnes ayant des besoins spéciaux?
12. Le personnel offre-t-il des évaluations de la sécurité dans l'eau pour déterminer vos besoins en matière de dispositifs de flottaison, de chaussons aquatiques et de supervision lorsque vous êtes dans la piscine?
13. Faut-il obtenir une lettre d'autorisation d'un médecin pour pouvoir s'inscrire?

### **Pour de plus amples renseignements, veuillez contacter votre thérapeute par les loisirs.**

Rédigé par : Charlene Alton	Mise à jour : 2011-03-01
Avertissement : Renseignements fournis uniquement à des fins éducatives. Consultez un professionnel de la santé qualifié pour des problèmes médicaux ou un traitement spécifiques. Toronto Rehab n'assume pas et décline toute responsabilité à l'égard de tiers pour toutes pertes ou dommages causés par des erreurs ou des omissions dans cette publication.	©2010 Toronto Rehab. Les documents peuvent être reproduits seulement à des fins non commerciales. <a href="http://www.spinalcordconnections.ca">www.spinalcordconnections.ca</a> .
Remis à (nom) :	Remis le :



# S'inscrire à un centre de conditionnement physique ou à une piscine thérapeutique

*Joining a Fitness Centre or Therapeutic Pool*



**Il est déconseillé d'aller dans une piscine thérapeutique dans les circonstances suivantes :**

- vous avez des plaies ouvertes ou des lésions cutanées;
- vous ne contrôlez pas vos intestins et (ou) votre vessie;
- vous avez le staphylococcus aureus résistant à la méthicilline ou SARM;
- vous avez des problèmes gastriques.

**Pour de plus amples renseignements, veuillez contacter votre thérapeute par les loisirs.**

Rédigé par : Charlene Alton	Mise à jour : 2011-03-01
Avertissement : Renseignements fournis uniquement à des fins éducatives. Consultez un professionnel de la santé qualifié pour des problèmes médicaux ou un traitement spécifiques. Toronto Rehab n'assume pas et décline toute responsabilité à l'égard de tiers pour toutes pertes ou dommages causés par des erreurs ou des omissions dans cette publication.	©2010 Toronto Rehab. Les documents peuvent être reproduits seulement à des fins non commerciales. <a href="http://www.spinalcordconnections.ca">www.spinalcordconnections.ca</a> .
Remis à (nom) :	Remis le :