

Astuces pour le quotidien

Objektyp: **Group**

Zeitschrift: **Parkinson : das Magazin von Parkinson Schweiz = le magazine de Parkinson Suisse = la rivista di Parkinson Svizzera**

Band (Jahr): - **(2017)**

Heft 125: **Parkinson und Finanzen : Sozialversicherungen = Parkinson et finances : assurances sociales = Parkinson e finanze : assicurazioni sociali**

PDF erstellt am: **12.07.2024**

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Un métronome pour marquer le rythme



Prix :
CHF 32.-
pour les membres.
CHF 37.-
pour les non
membres.

La démarche des parkinsoniens est souvent caractérisée par un net ralentissement dû à des foulées de plus en plus courtes, tandis que la fréquence des pas est souvent légèrement accrue.

Ils finissent par trotter sur place. Les foulées vont en rapetissant, les mouvements deviennent très saccadés. Certaines mesures très simples permettent toutefois de conserver les automatismes qui sont encore présents et de maintenir constante la longueur des foulées.

Pour s'entraîner, il suffit d'un baladeur ou d'un lecteur mp3 jouant de la musique, de préférence de type marche. Un indicateur de cadence s'avère aussi très utile.

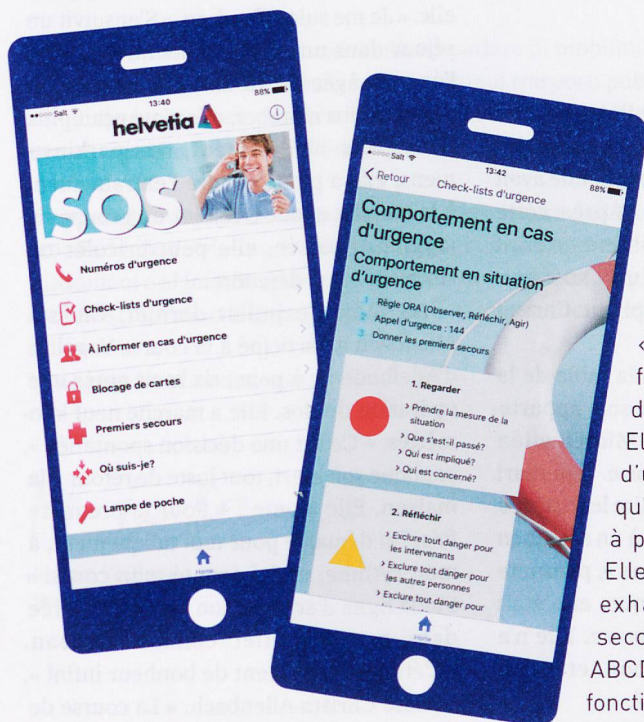
Les musiciens y sont familiarisés très tôt : le métronome leur donne le rythme qu'ils doivent conserver tout au long de leur morceau. Depuis près de deux siècles, cet outil leur indique la vitesse à laquelle doit être jouée la musique. En 1814, le facteur d'orgues et horloger Dietrich Winkel a inventé le métronome ; depuis,

le monde de la musique se l'est approprié.

Les physiothérapeutes ont découvert l'atout essentiel du métronome dans leur domaine de spécialité. Ils recommandent aux parkinsoniens de l'utiliser pendant la marche afin de conserver les automatismes dont ils disposent encore et de s'entraîner à conserver une longueur de foulée constante. Le moyen auxiliaire acoustique prévient également les freezings, à savoir le gel de la marche, et permet de surmonter les blocages (voir aussi la brochure « Astuces contre les freezings » de Parkinson Suisse). Le métronome se clipse sur les vêtements.

Le métronome est disponible dans la boutique de Parkinson Suisse en noir ou noir-argent.

Application d'urgence



L'application d'urgence d'Helvetia Assurances pour votre iPhone et Android est désormais disponible. À tout moment, elle détermine votre position exacte grâce à la localisation par GPS. Cette application gratuite vous aide dans

toutes les situations critiques grâce à des numéros d'appel d'urgence nationaux et internationaux, par exemple de la police et des centres « Tox » (Centre suisse d'information toxicologique) dans différents pays.

Elle propose des check-lists d'urgence détaillées, ainsi qu'un aperçu des personnes à prévenir en cas d'urgence. Elle fournit une description exhaustive des premiers secours d'après le schéma ABCD, sans oublier d'autres fonctions utiles telles que le blocage de cartes de crédit ou une lampe de poche avec fonction morse.

Téléchargement gratuit :
www.helvetia.com/ch/content/fr/service/mobile/iphone-app.html



Faites-nous part d' applications utiles !

L'offre d'applications est très vaste. Toutes ne répondent pas aussi bien aux besoins des parkinsoniens.

Avez-vous fait des expériences positives avec certaines d'entre elles ? Les domaines qui nous intéressent sont la localisation, les exercices de mobilité et d'adresse ou encore l'entraînement de la mémoire.

Dites-nous quelle est votre application préférée !
eva.robmann@parkinson.ch