

transalp

CONCEPTEUR | FABRICANT | AMÉNAGEUR

Jardins d'activités

ORIGINE
FRANCE®
GARANTIE



BVCert. 6020127

fitness

Jardins d'activités

L'activité physique est depuis de nombreuses années reconnue comme un élément clé du maintien en bonne santé, à tout âge de la vie. Une pratique régulière et adaptée joue un rôle primordial sur le bien-être physique, moral et social et ce malgré l'avancée en âge. La gamme « Jardins d'activités » de Transalp permet de prévenir le risque de chute par une sollicitation de l'équilibre, de la marche et un renforcement musculaire adapté. Elle permet également d'entretenir la mobilité articulaire et les capacités cognitives.

Notre équipe composée de professionnels du secteur, a pensé et développé cette gamme spécifiquement pour les résidents d'hébergements collectifs (EHPAD, Résidences Autonomie) et les patients des différents services hospitaliers. Nos équipements proposent des aides à la stabilité qui permettent une pratique sécurisée et autonome. Ils sont également pensés comme une aide à la prise en charge pour les intervenants (kinésithérapeutes, psychomotriciens, ergothérapeutes, enseignants en APA...).

Notre signature esthétique unique met en valeur les établissements dans lesquels nos équipements sont installés. Nous vous proposons 70 équipements et une infinité de stations (modulaire), composés de matériaux solides, durables et sans maintenance, labélisés Origine France Garantie.

Nos équipements sont financés sur des budgets d'investissements (aides de financeurs : Fondations, mutuelles, projets ARS, ...), ou en location-achat (budgets pluriannuels type CPOM, forfait autonomie, conférence des financeurs, ...).

Nos experts, issus du secteur médico-social, vous conseillent et vous accompagnent sur l'étude de faisabilité, la réalisation des plans, la recherche de financements et la réalisation de l'aménagement de tous vos projets, conformément à la norme en vigueur EN 16630.



Le référentiel normatif en vigueur est depuis mai 2015 la norme européenne EN 16630 relatif aux «Modules fixes d'entraînement physique de plein air». Afin de réaliser votre aménagement conformément à l'obligation réglementaire, nous précisons pour chaque agrès les cotes d'encombrement du module et la zone d'évolution qui doit rester libre de tout obstacle.

Sommaire

Nos jardins d'activités couvrent les besoins principaux des résidents d'hébergements collectifs.

- . Les agrès accessibles aux **Personnes à Mobilité Réduite** sont indiqués par le logo 
- . Pour chaque module, nous fournissons le panneau de consigne correspondant.
- . Les agrès « cardio » sont signalés par le logo 

p 14 - Mobilité articulaire (SB)

Essentielle au niveau des membres supérieurs pour la réalisation des tâches de la vie quotidienne.

p 26 - Détente (SG)

S'asseoir, se reposer, échanger, jardiner, profiter du paysage, dans un espace ombragé.

p 04 - Equilibre / marche (SA)

Joue un rôle important dans la prévention des chutes.



p 18 - Sollicitation cognitive (SD)

Exercices ludiques permettant de lutter contre le déclin cognitif.

p 10 - Renforcement musculaire (SC)

Essentiel au niveau des membres inférieurs pour une motricité renforcée.

Design & Ergonomie

Exemple de conception sur le passage d'équilibre (ref.SA-02)

MATERIAUX

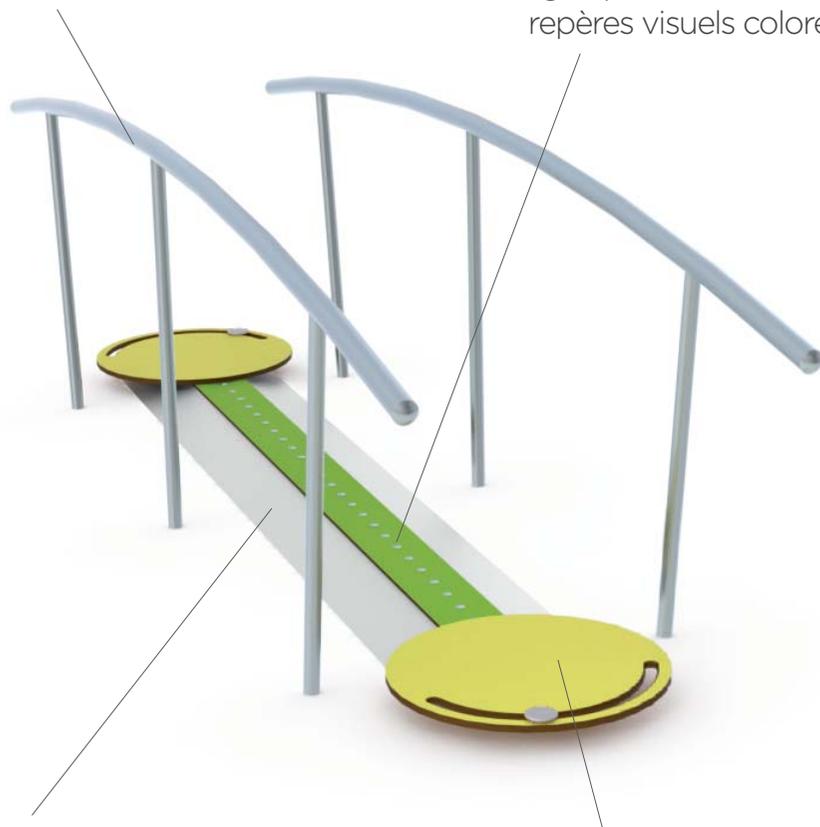
Inox 304-L et HPL gravé ép. 10 et 13 mm

CONFORT

main courante ronde Ø 49mm

SENSORIEL

ligne podotactile
repères visuels colorés



SECURITE

rebords inclinés
Inox brossé anti-dérapant

ERGONOMIE

plateaux de départ/arrivée
+ demi-tour

Signalétique réglementaire

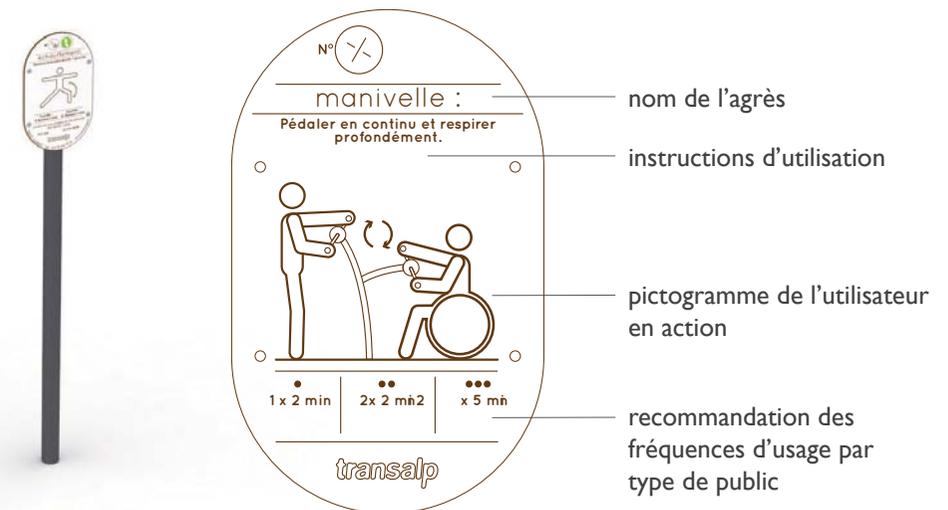
La qualité de l'information aux utilisateurs est normalisée par la EN-16630 et nécessite un panneau d'informations générales par site et un panneau de consigne par agrès.

Le panneau d'information général (plateau) - (réf. 300-A)
en HPL gravé ou imprimé (autocollant) 630 x 365mm - monté sur un poteau indépendant (obligatoire pour chaque aménagement.)



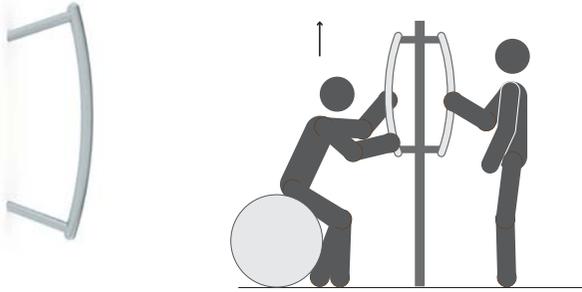
Le panneau de consignes - (réf. 5-PS)

en HPL gravé 480 x 300mm - monté sur un poteau indépendant (obligatoire avec chaque agrès.)



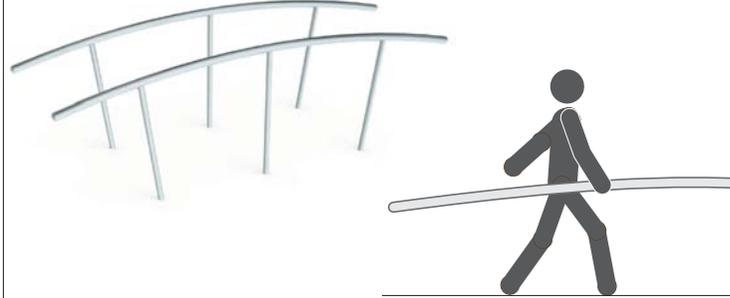
Aide à la stabilité

Poignées verticales (sur panneaux cognitifs)



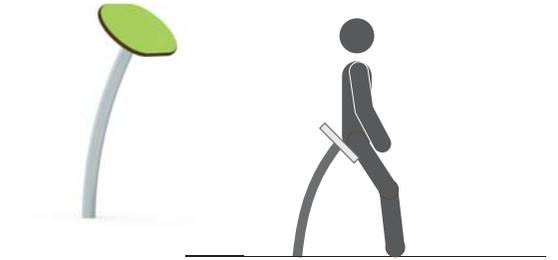
- Aide à la verticalisation et au maintien de la posture debout.
- Permet de se tracter et de se stabiliser.

Mains courantes



- Aide à la marche ou au maintien de la posture debout.
- Permet de se stabiliser.

Assis-debout



- Aide au maintien de la posture debout.
- Permet de se stabiliser et de limiter la fatigue.



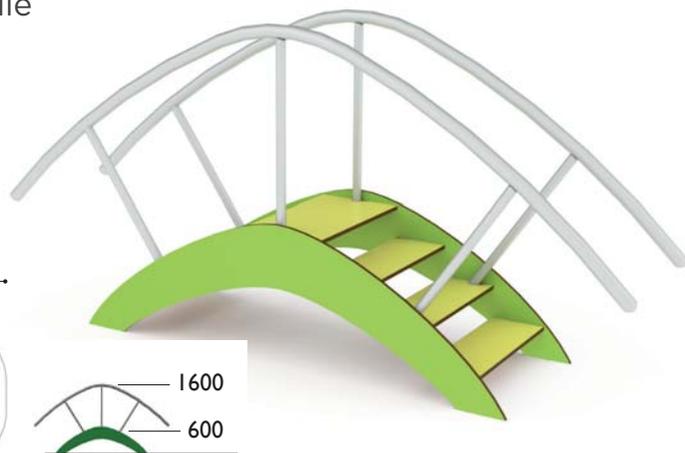
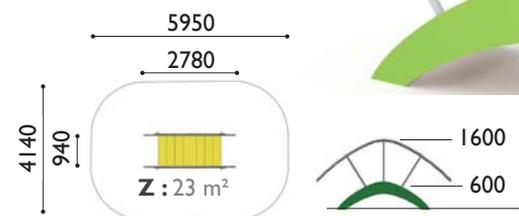
Equilibre / marche (SA)

L'altération des capacités fonctionnelles liée au vieillissement entraîne une modification de la marche. Cela se traduit notamment par une diminution de la hauteur et de la longueur du pas, entraînant une baisse de la vitesse de marche. L'équilibre, une condition essentielle pour marcher, se dégrade aussi avec l'âge. C'est pourquoi le risque de chute est bien plus élevé chez la population des seniors. Pour prévenir ce risque, un programme d'activité physique comportant des exercices d'équilibre, est une solution efficace. Les équipements suivants s'intègrent parfaitement à ce type de programme.

SA 01 - Passerelle



He : 0.6 m



Exercices :

S'entraîner à la montée et à la descente de marches.

Objectifs :

Travail de l'équilibre dynamique avec variation de hauteur de la surface d'appui.
Renforcement des muscles des membres inférieurs.

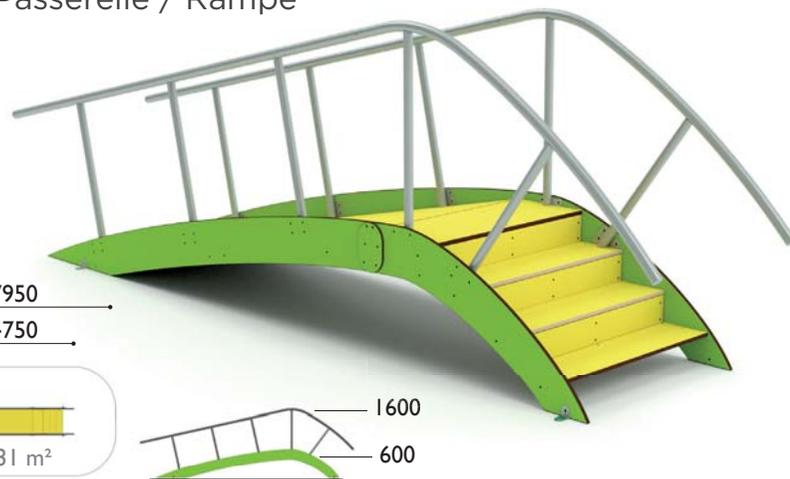
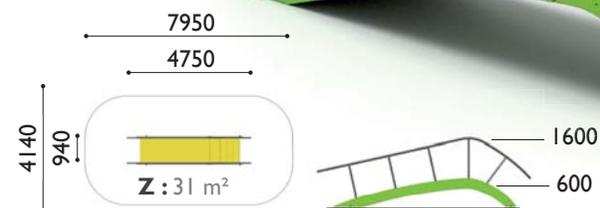
Ergonomie :

Plateforme de repos entre la descente et la montée.
Revêtement anti-dérapant sur les surfaces d'appui.

SA 09 - Passerelle / Rampe



He : 0.6 m



Exercices :

S'entraîner à la montée et à la descente de marches, ainsi que les déplacements sur pente douce.

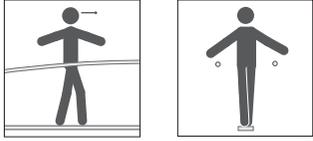
Objectifs :

Travail de l'équilibre dynamique avec variation de hauteur de la surface d'appui.
Travail des capacités proprioceptives.
Renforcement des muscles des membres inférieurs.

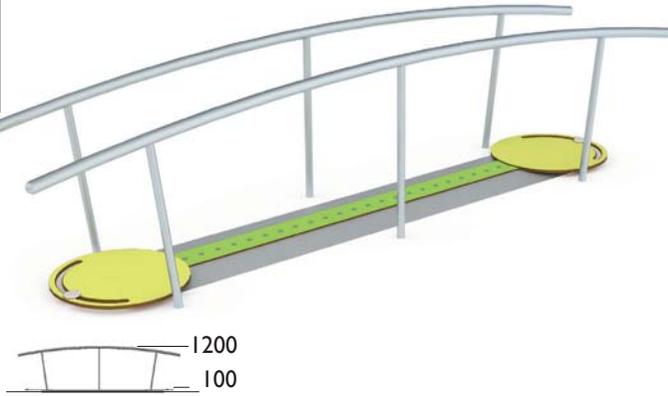
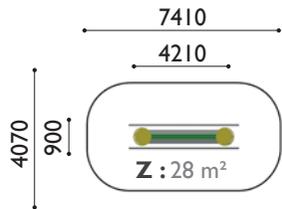
Ergonomie :

Plateforme de repos entre la descente et la montée.
Revêtement anti-dérapant sur les surfaces d'appui.

SA 02 - Passage d'équilibre



He : 0.1 m

**Exercices :**

- Traverser la poutre de façon équilibrée et faire demi-tour aux extrémités.
- Maintenir une posture équilibrée sur la poutre. Possibilité de varier les postures (appui unipodal, appui talons, appui pointes, ...).
- Déplacer le curseur situé aux extrémités de la poutre avec son pied.

Objectifs :

Travail de l'équilibre dynamique et statique en réduisant le polygone de sustentation (surface d'appui).

Ergonomie :

Elargissement des extrémités pour sécuriser le demi-tour.

Présence d'une bande podotactile dans la longueur de la poutre pour guider le centrage du pied.

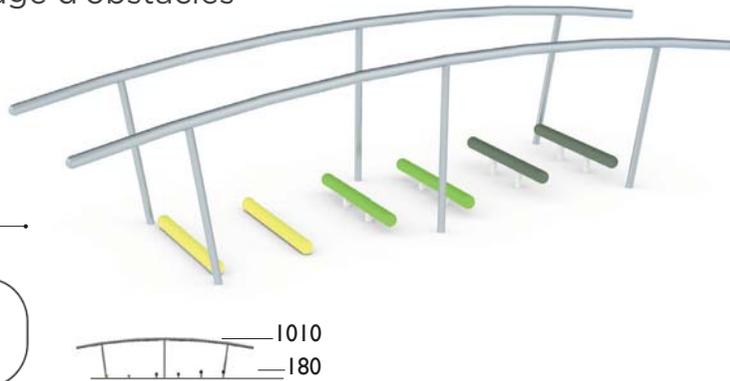
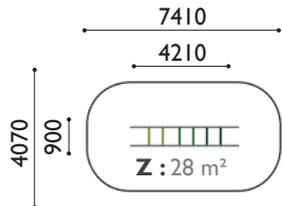
Bords inclinés pour sécuriser les écarts.

Revêtement anti-dérapant sur les surfaces d'appui.

SA 03 - Passage d'obstacles



He : 0 m

**Exercices :**

Marcher le plus naturellement possible tout en enjambant les obstacles.

Objectifs :

Travail de l'équilibre dynamique avec variation de la hauteur du pas.

Sollicitation de la coordination visuo-motrice.

Ergonomie :

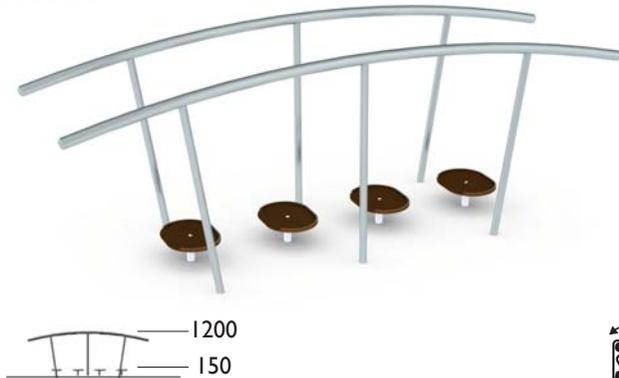
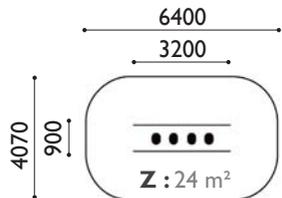
Augmentation progressive de la hauteur des obstacles.

Demi-tour possible entre obstacles.

SA 05 - Passage mobile



He : 0.15 m

**Exercices :**

Marcher un pied après l'autre sur les plots mobiles, en les faisant basculer d'arrière en avant. S'équilibrer les pieds sur un seul plot.

Objectifs :

Travail de l'équilibre dynamique et statique sur une surface d'appui instable.

Ergonomie :

Rebords surélevés tout autour du plot servant de cale-pieds.

Revêtement anti-dérapant sur les surfaces d'appui.



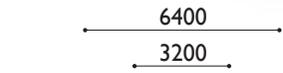
Technique :
Système ROSTA®

Jardins d'activités

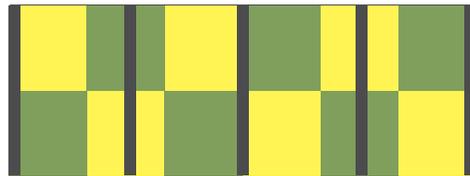
SA 04 - Passages guidés



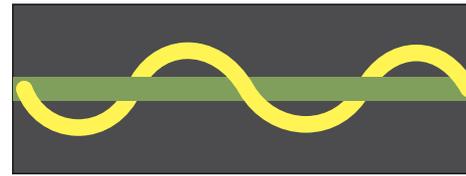
He : 0 m



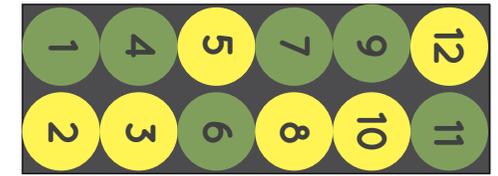
A



B



C



Exercices :

Traverser en respectant une consigne faisant référence au marquage au sol.

- A. Traverser en posant chaque pied :
 - Sur un carré jaune / sur un carré vert / entre 2 bandes noires
- B. Marcher en posant les pieds :
 - Sur la ligne droite / Sur la ligne ondulée
- C. Traverser en posant uniquement les pieds :
 - Sur les ronds verts / sur les ronds jaunes / sur les chiffres pairs / sur les chiffres impairs

Objectifs :

Travail de l'équilibre dynamique, de la longueur des pas et du changement de direction. Sollicitation de la coordination visuo-motrice.

Ergonomie :

Utilisation de couleurs contrastées pour faciliter la lisibilité des marquages.

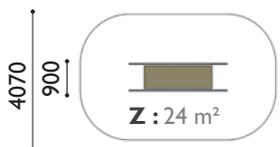
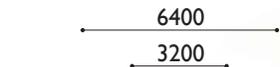
Technique :

Revêtement en EPDM (sol synthétique coulé).

SA 06 - Passages naturels



He : 0 m



A



B



C



Exercices :

Marcher le plus naturellement possible sur la surface. Possibilité de varier les déplacements (en avant, en arrière, latéralement, ...). Maintenir une posture équilibrée sur la surface. Possibilité de varier la posture (appui unipodal, appui talons, appui pointes, ...).

Objectifs :

Travail de l'équilibre dynamique et statique sur surfaces meubles.

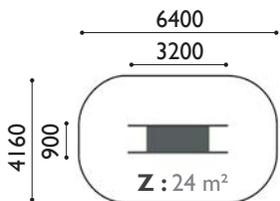
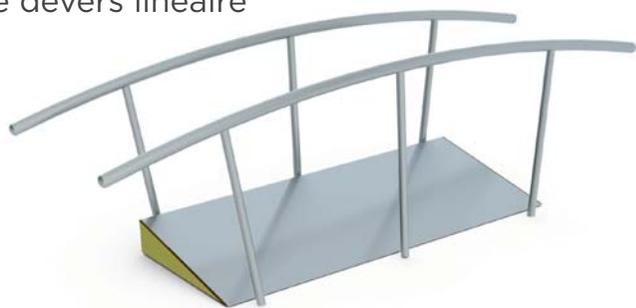
Technique :

- A > sable
- B > galets
- C > copeaux de bois

SA 07 - Passage dévers linéaire



He : 0.18 m



Exercices :

Marcher sur la surface « inclinée » en gardant l'équilibre. Possibilité de varier les déplacements (en avant, en arrière, latéralement).

Objectifs :

Travail de l'équilibre dynamique en situation de dévers.

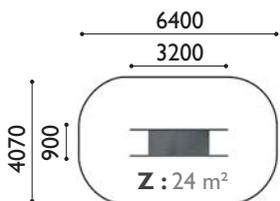
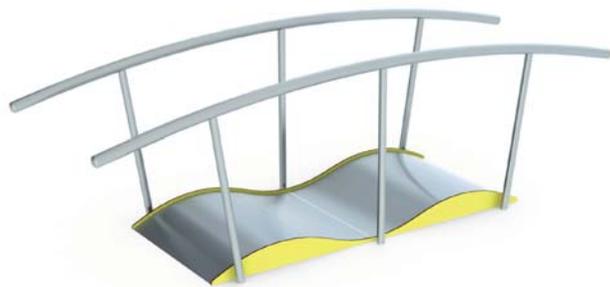
Ergonomie :

Revêtement anti-dérapant sur les surfaces d'appui.

SA 08 - Passage ondulé



He : 0.15 m



Exercices :

Marcher sur la surface « ondulée » en gardant l'équilibre. Possibilité de varier les déplacements (en avant, en arrière, latéralement).

Objectifs :

Travail de l'équilibre dynamique en situation de relief.

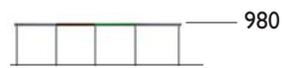
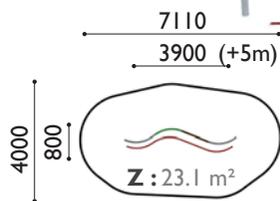
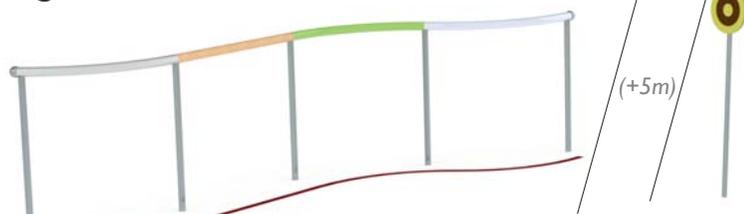
Ergonomie :

Revêtement anti-dérapant sur les surfaces d'appui.

SA 10 - Passage sensoriel



He : 0 m



Exercices :

Marcher avec la main posée sur la barre et :

- suivre le marquage au sol
- se laisser guider par son trajet tout en fixant une cible visuelle au loin
- se laisser guider par son trajet tout en fermant les yeux.

Objectifs :

Travail de l'équilibre dynamique avec variation des informations visuelles et tactiles.

Ergonomie :

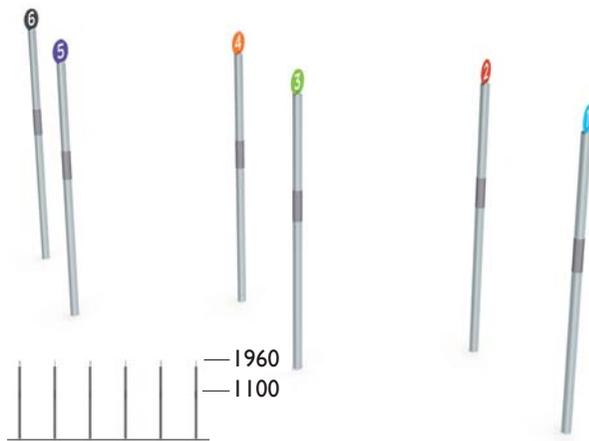
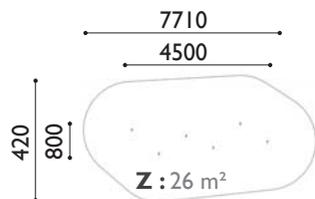
Main courante composée de 4 segments de matériaux différents pour faire varier l'information tactile.

Jardins d'activités

SA 16 - Lacets



He : 0 m



Exercices :

Slalomer en passant à l'extérieur des poteaux. Possibilité de varier les déplacements (en avant, en arrière, latéralement, en suivant un code couleur ou chiffré, ...).
Marcher entre les poteaux en les touchant l'un après l'autre.

Objectifs :

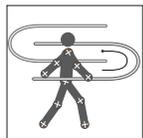
Travail de l'équilibre dynamique avec changements de direction. Entretien cognitif en mouvement.

Ergonomie :

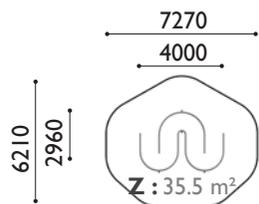
Espacement entre les poteaux étudié pour permettre d'attraper le poteau suivant avant d'avoir lâché le précédent.

Zone de préhension des mains délimitée visuellement.

SA 12 - Lacets guidés



He : 0 m



Exercices :

Marcher dans le couloir défini par les barres et suivre son trajet. Possibilité de varier les déplacements (en avant, en arrière, latéralement, ...).

Objectifs :

Travail de l'équilibre dynamique avec changements de direction de façon sécurisée.

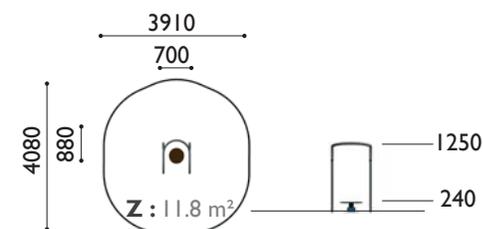
Ergonomie :

Main courante double et continue.

SA 13 - Plateau d'équilibre



He : 0.2 m



Exercices :

Trouver le point d'équilibre debout sur la plateforme. Possibilité de varier les postures (appui unipodal, talons ou pointes, les yeux ouverts ou fermés, avec ou sans mouvement du haut du corps, avec ou sans perturbations extérieures, ...)

Objectifs :

Travail de l'équilibre statique debout sur une surface instable.

Ergonomie :

Prolongement des mains courantes latéralement au plateau pour sécuriser l'installation.
Revêtement anti-dérapant sur les surfaces d'appui.



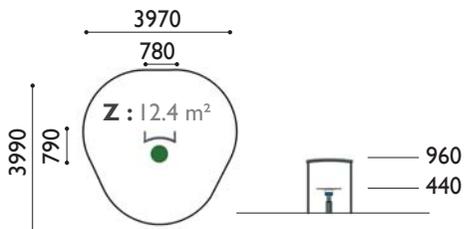
Technique :

Système double ROSTA®

SA 14 - Plateau d'équilibre assis



He : 0.5 m



Exercices :

Trouver le point d'équilibre assis sur la plateforme. Possibilité de varier les postures (pieds au sol ou en l'air, les yeux ouverts ou fermés, avec ou sans perturbation extérieure, ...)

Objectifs :

Travail de l'équilibre statique assis sur une surface instable.



Technique :

Système double ROSTA®

SA 15 - Twister color



He : 0 m



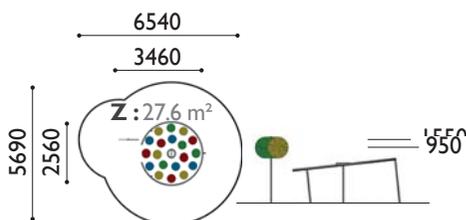
Exercices :

Faire tourner la roue pour définir la consigne à appliquer. Faire le tour du cercle en marchant uniquement sur les ronds de couleur indiqués par la consigne. Possibilité de faire l'exercice seul ou à plusieurs.

Objectifs :

Travail de l'équilibre dynamique avec une variation de la longueur du pas et des changements de direction.

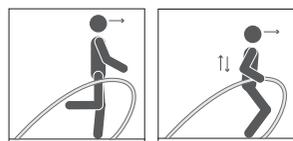
Sollicitation de la mémoire et de la coordination visuo-motrice.



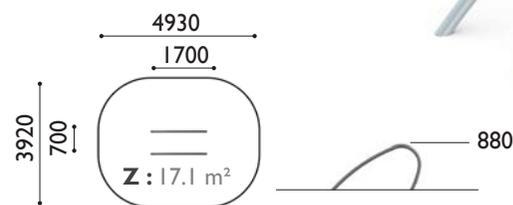
Renforcement musculaire - membres inférieurs (SC)

En vieillissant, la force musculaire diminue en raison de changements physiologiques, mais aussi en raison d'une diminution du niveau d'activité physique. Cette qualité physique joue un rôle déterminant dans les activités quotidiennes, et notamment lors des déplacements. En effet, un certain niveau de force est nécessaire pour se mouvoir de façon sécurisée. Ainsi, tout comme les exercices d'équilibre, les exercices de renforcement musculaire des membres inférieurs et du tronc sont à intégrer dans les programmes de prévention des chutes.

SC 01 - Posturo



He : 0 m



Exercices :

Réaliser plusieurs répétitions de flexion-extension de genoux. Si besoin, pousser avec les bras sur les barres pour assister la remontée.

Maintenir différentes postures :

- Appui unipodal, talons ou pointes
- Les yeux ouverts ou fermés
- Avec ou sans mouvement du haut du corps
- Avec ou sans perturbations extérieures

Objectifs :

Renforcement musculaire des membres inférieurs (quadriceps et ischio-jambiers) ou travail de l'équilibre statique de façon sécurisée.

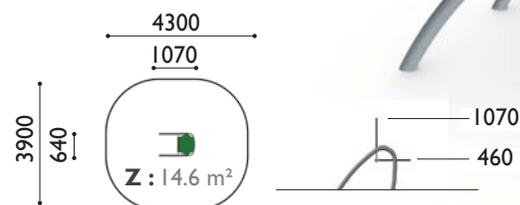
Ergonomie :

Indication visuelle et tactile de la zone de prise en main optimale.

SC 02 - Extension buste



He : 0.5 m



Exercices :

Réaliser plusieurs répétitions d'extension du tronc pour repousser le dossier jusqu'à la butée.

Contrôler le mouvement retour.

Maintenir quelques secondes une posture intermédiaire entre les 2 butées.

Objectifs :

Renforcement des muscles de la ceinture lombaire et abdominale.

Ergonomie :

Présence d'accoudoirs pour sécuriser les déséquilibres latéraux.

Présence de poignées sur l'assise pour offrir un point d'appui supplémentaire lors de la poussée.

Présence de butées pour respecter une amplitude de mouvement anatomiquement raisonnable.



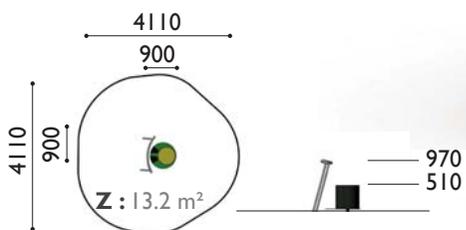
Technique :

Système de rotation du dossier (ROSTA®) avec une légère résistance.

SC 03 - Twister assis



He : 0.5 m



Exercices :

Faire pivoter le bas du corps de droite à gauche plusieurs fois, en gardant les épaules fixes et en s'appuyant sur la main courante.

Objectifs :

Renforcement musculaire des rotateurs du bassin.
Travail de l'amplitude du mouvement en rotation du bassin.

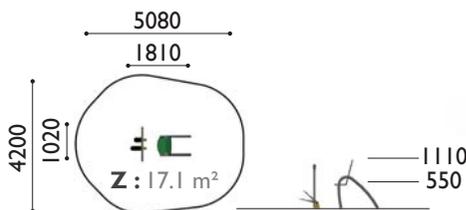
Ergonomie :

Présence d'un repose-pieds tournant avec l'assise.
Présence de butées pour respecter une amplitude de mouvement anatomiquement raisonnable

SC 05 - Extension cheville



He : 0.5 m



Exercices :

Pousser les pédales l'une après l'autre vers le bas en réalisant des extensions de cheville.

Objectifs :

Renforcement des muscles des mollets (triceps sural) par extension plantaire.

Ergonomie :

Présence d'une main courante pour sécuriser l'installation.
Présence d'accoudoirs pour sécuriser les déséquilibres latéraux et pour le confort



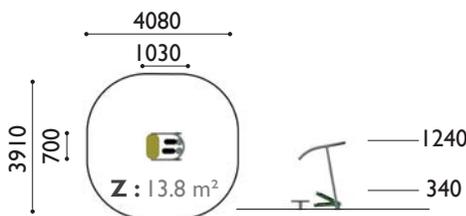
Technique :

Système ROSTA®

SC 06 - Marcheur



He : 0.4 m



Exercices :

Pousser les pédales l'une après l'autre vers le bas en réalisant des extensions de genoux.

Objectifs :

Renforcement des muscles des cuisses (quadriceps) et de la jambe (tibial inférieur).
Travailler l'endurance à l'effort.

Ergonomie :

Présence d'une plateforme fixe pour aider à s'installer et s'extraire des pédales.
Le décalage maximum des pédales équivaut à la hauteur d'une marche d'escalier standard.



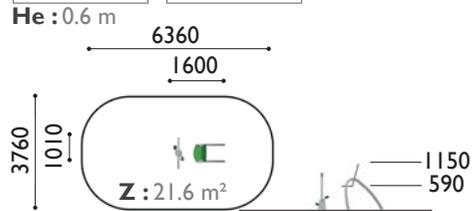
Technique :

Système ROSTA®

Jardins d'activités

SC 07 - Pédalier

existe en version double ref. SC08



Exercices :

Pédaler en continu durant plusieurs minutes et respirer profondément.

Objectifs :

Renforcement musculaire global des membres inférieurs.
Travaille l'endurance à l'effort.

Ergonomie :

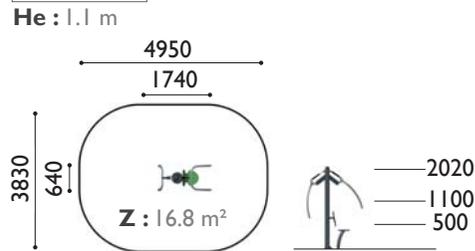
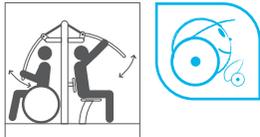
Présence d'accoudoirs pour sécuriser les déséquilibres latéraux et pour le confort.
Présence d'une main courante face à l'assise pour sécuriser l'installation.



Technique :

Tarage de l'effort par un frein à aimant permanent.

AC 097 - Presse à pectoraux mixte PMR



Exercices :

Bras devant soi, pousser les barres vers l'avant puis les ramener.

Objectifs :

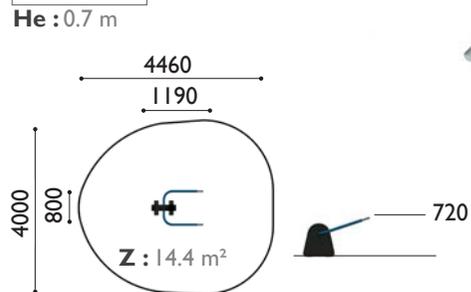
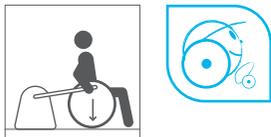
Renforcement musculaire des membres supérieurs (biceps, triceps, pectoraux).



Technique :

Vérin hydraulique

200351 - Transfert



Exercices :

Pousser les bras vers le sol, puis contrôler le retour.

Objectifs :

Renforcement musculaire des membres supérieurs (biceps, triceps).



Technique :

Amortisseur à vérin hydraulique



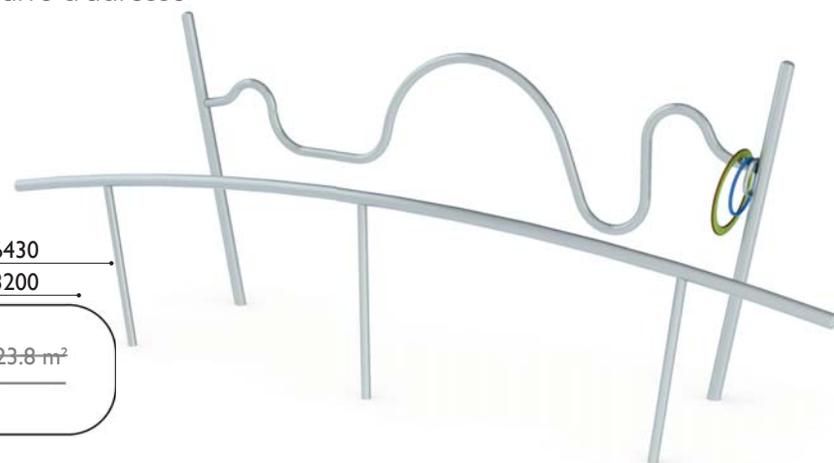
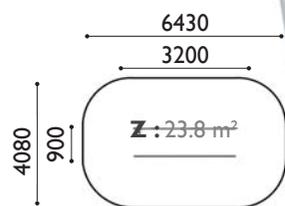
Mobilité articulaire - membres supérieurs (SB)

Contrairement aux membres inférieurs, les membres supérieurs ne sont pas concernés par le port du corps et la locomotion. On privilégiera le travail de la mobilité qui permet d'assurer les fonctions de manipulation et de préhension. En effet, ils interviennent dans de nombreuses tâches de la vie quotidienne, comme cuisiner, se laver ou s'habiller. Il paraît donc essentiel d'entretenir l'amplitude des mouvements des membres supérieurs pour favoriser l'autonomie des personnes âgées. Les équipements suivants ont été développés dans cet objectif.

SB 01 -Barre d'adresse



He : 1.5 m



Exercices :

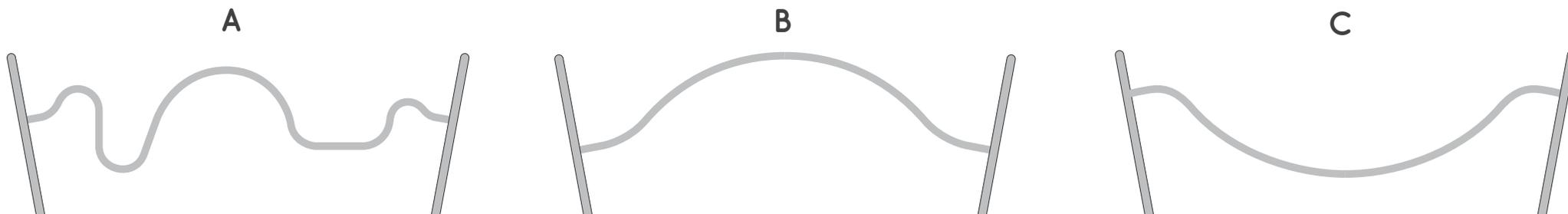
Tout en marchant, déplacer l'anneau autour de la barre en essayant de ne pas les mettre en contact.

Objectifs

Travail de l'amplitude et la précision du membre supérieur. Sollicitation cognitive par la réalisation d'une double tâche (répartition de l'attention entre la marche et le déplacement de l'anneau).

Ergonomie :

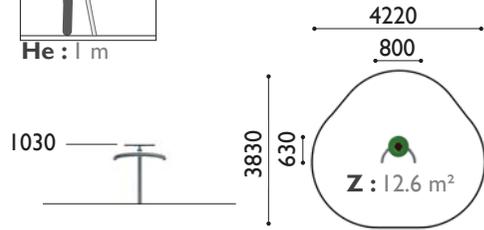
Mise à disposition de 3 anneaux de tailles et matériaux différents (Inox, cordage rigide, et HPL) permettant de varier le niveau de difficulté et le retour sensoriel. Hauteur de barre maximale n'induisant pas de mouvement au-dessus de la ligne des épaules.



SB 02 -Spirale



He : 1 m



Exercices :

Main à plat au centre du plateau, le faire basculer pour déplacer la bille d'une extrémité à l'autre de la spirale. Possibilité de réaliser l'exercice avec la main droite ou gauche.

Objectifs :

Travail de la motricité fine du poignet.
Travail de la coordination visuo-motrice.

Ergonomie :

Présence de butées pour respecter une amplitude de mouvement anatomiquement raisonnable.



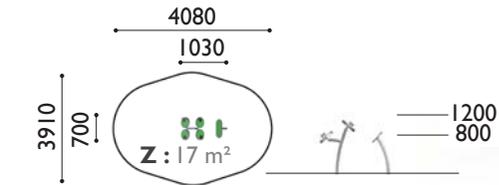
Technique :

Système double ROSTA®

SB 03 -Roues de coordination sonores



He : 1.2 m



Exercices :

Faire tourner les 2 roues en même temps, dans le même sens ou dans des sens opposés. Faire varier la vitesse de rotation.

Objectifs :

Travail de la mobilité des membres supérieurs (coudes et épaules) et de la coordination.
Sollicitation sensorielle auditive.

Ergonomie :

Poignées rondes et désolidarisées des roues pour faciliter la préhension et le mouvement.
Inclinaison des roues à 45° par rapport à l'horizontal pour faciliter le mouvement.



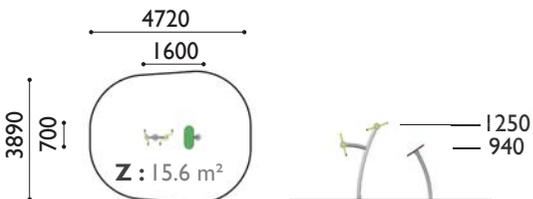
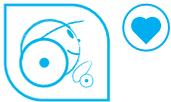
Technique :

Tarage de l'effort par un frein joint à levier

SB 04 -Manivelles



He : 1.3m



Exercices :

Pédaler avec les bras en continu durant plusieurs minutes et respirer profondément.

Objectifs :

Travail de la mobilité des membres supérieurs (épaules, coudes).
Travail de l'endurance à l'effort.

Ergonomie :

Poignées désolidarisées de la manivelle pour faciliter la préhension et le mouvement.



Technique :

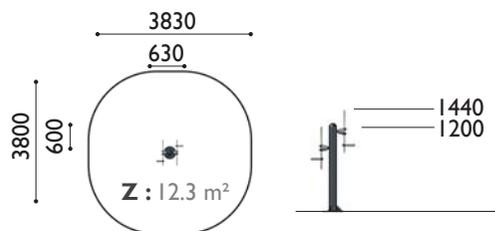
Tarage de l'effort par un frein à aimant permanent.

Jardins d'activités

AC 107 -Plateau rotatif mixte PMR



He : 1.4 m



Exercices :

Faire tourner le plateau à l'aide de la poignée. Possibilitier de varier, le sens de rotation, le bras sollicité, et la posture d'exercice

Objectifs :

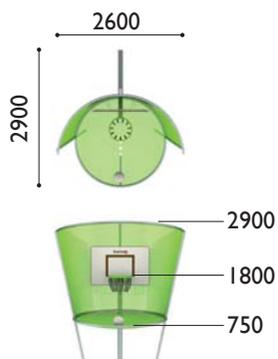
Travail de la mobilité des membres supérieurs (épaules, coudes, poignets).



Technique :

Tarage de l'effort par un frein joint à lèvres

9021 -Panier de basket



Exercice :

Viser et lancer un ballon dans le panier. Possibilité de varier la distance.

Objectifs :

Travail de l'adresse et de la coordination. Sollicitation de l'équilibre dynamique.

Ergonomie :

Filetr écupérateur de ballons. 3 Hauteurs de panier au choix (1.60m / 1.80m / 2.20m).



Sollicitations cognitives (SD)

Les fonctions cognitives, appelées également intellectuelles, comprennent :

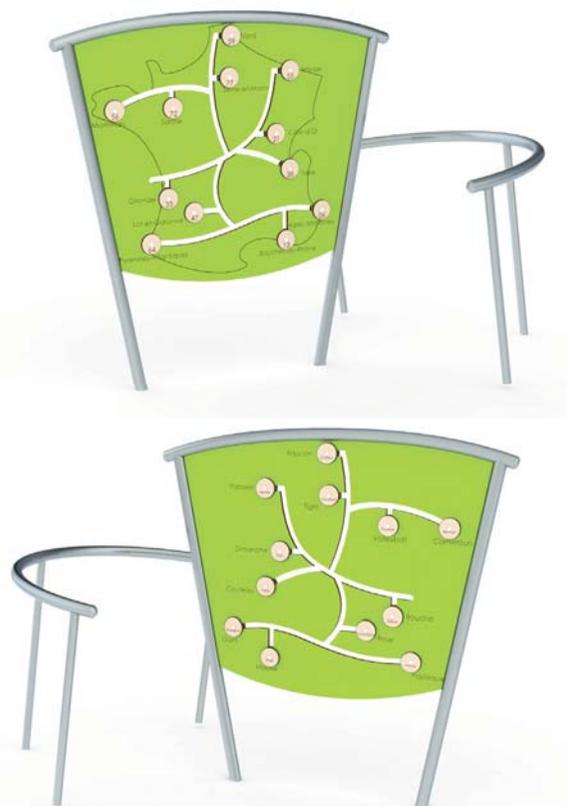
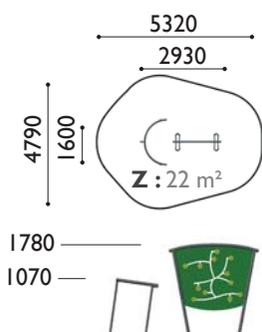
- La mémoire
- Les fonctions instrumentales : le langage, le schéma corporel, le calcul, les capacités visuo-spatiales
- Les fonctions exécutives et l'attention : l'action, la résolution de problème, la planification, l'anticipation, le raisonnement, la prise de décision

Le vieillissement engendre une diminution des capacités cognitives. Ce déclin peut être « enrayé » par un entraînement régulier. Ainsi, nos panneaux sollicitent tous au moins une fonction cognitive. En parallèle, ils permettent aussi d'entretenir la mobilité des membres supérieurs par le biais de déplacement d'éléments mobiles, de divertir par leur aspect ludique, et d'offrir une interface d'échanges et de partage.

SD 02 - Mémo



He : 1.5 m



Version A :

RECTO : Chaque pièce mobile porte un mot. Déplacez-les pour les associer à un mot sur le panneau :

- Composé exactement des mêmes lettres (anagrammes)
- Commençant par la même lettre
- Appartenant à la même catégorie (verbe ou nom)

VERSO : Chaque pièce mobile porte le nom d'une spécialité culinaire. Déplacez-les pour les associer à leur ville d'origine notée sur le panneau.

Version B :

RECTO : Chaque pièce mobile porte un mot. Déplacez-les pour les associer à un mot sur le panneau :

- Appartenant au même thème (ex : lézard et iguane appartiennent tous les 2 au thème « reptiles »)
- Commençant par la même lettre
- Ayant le même nombre de lettres

VERSO : Chaque pièce mobile porte un numéro. Déplacez-les pour les associer à leur département noté sur le panneau.

Objectifs :

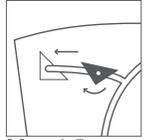
Travail de la mémoire et du raisonnement.

Ergonomie :

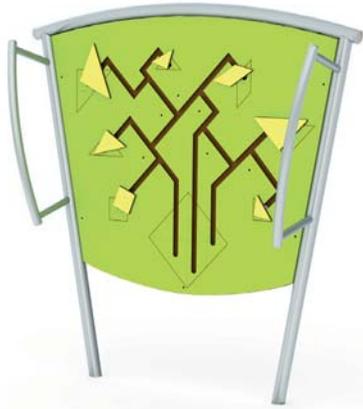
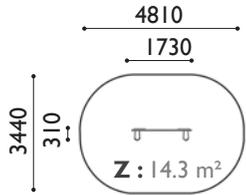
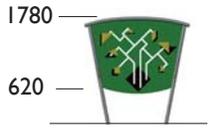
Présence d'une main courante en arc de cercle pour guider sur le second exercice.

Hauteur de manipulation n'induisant pas de mouvement au-dessus de la ligne des épaules.

SD 03 - Tangram



He : 1.5 m



Exercices :

Déplacer et tourner les pièces mobiles pour les superposer sur leur forme géométrique.
Reconstituer le grand losange en bas du panneau avec l'ensemble des pièces mobiles.

Objectifs :

Travail des capacités visuo-spatiales et de la résolution de problème.

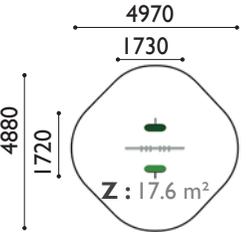
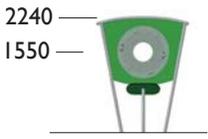
Ergonomie :

Dans le grand losange, délimitation visuelle de l'emplacement de chaque pièce.
Poignées de verticalisation et d'aide au maintien de la posture.
Hauteur de manipulation n'induisant pas de mouvement au-dessus de la ligne des épaules.

SD 05 - Labyrinthe duo



He : 1.7 m



Exercice :

Trouver le bon chemin dans le labyrinthe pour emmener le palet d'une zone colorée à l'autre, en faisant pivoter le plateau à l'aide des poignées. Possibilité de le faire seul ou à 2.

Objectifs :

Travail de l'attention et de la résolution de problème.
Si réalisé à 2, intervention des aspects de communication et de coopération.

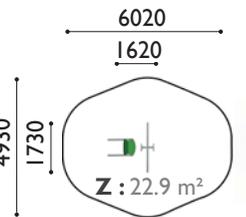
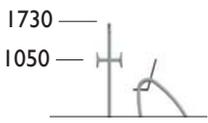
Ergonomie :

Ouverture au centre du labyrinthe pour permettre une communication visuelle et verbale entre les 2 participants.

SD 06 - Labyrinthe mixte PMR



He : 1.1 m



Exercices :

Déplacer le palet de l'extérieur à l'intérieur du labyrinthe (ou inversement) en faisant tourner le plateau à l'aide du volant.

Objectifs :

Travail de l'attention et de la résolution de problème.

Ergonomie :

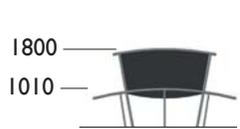
Volant déporté vers l'avant pour PMR.

Jardins d'activités

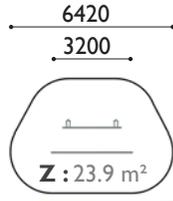
SD 09 - Panneau libre



He : 1.7 m



4460
1260



Exercices :

Panneau d'expression effaçable et réutilisable indéfiniment, ce panneau permet de réaliser ses propres exercices cognitifs, moteurs, et sensoriels.

A. Marcher le long du panneau tout en dessinant sans lever le crayon :

- une ligne la plus droite possible
- des petites vagues
- des grandes vagues
- des boucles

Possibilité de varier les déplacements (en avant, en arrière, latéralement).

B. Laisser libre cours à son imagination.

Objectifs :

Travail de la double tâche, de l'équilibre, de la mobilité articulaire des membres supérieurs et de la créativité.

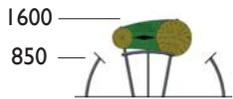
Ergonomie :

Panneau d'expression permettant d'écrire sur les deux faces de matière différente. Côté ardoise/craie et côté blanc/markueur.

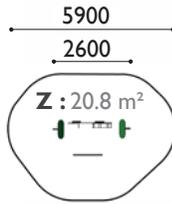
SD 10 - Eureka



He : 1.5 m



4420
1200



Exercices :

Faire tourner les 2 roues l'une après l'autre à l'aide des barreaux situés à l'arrière de celles-ci. Puis trouver un maximum de mots répondant au thème indiqué et commençant par la lettre indiquée par les roues. Il est recommandé de jouer à plusieurs !

Objectifs :

Travail de la mémoire et du langage

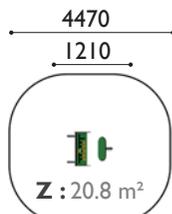
SD 11 - Puzzle tactile



He : 1.2 m



4120
900



Exercices :

Sans regarder, toucher le relief gravé sur la plaque inférieure. Reproduire l'ordre des formes ressenties à l'aide des pièces mobiles représentant les mêmes formes et situées sur la plaque supérieure.

Objectifs :

Sollicitation et association des sens toucher et vision.

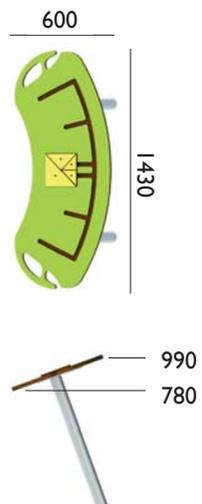
Ergonomie :

La division en 6 morceaux de la plaque inférieure associée à un système de « verrouillage-déverrouillage » de celle-ci, permet de modifier l'ordre des formes et d'offrir 720 combinaisons possibles.



Jardins d'activités

Tables d'évolution



Pensées pour une pratique encadrée ou autonome, les tables d'évolution permettent de stimuler par le jeu, les résidents présentant des troubles cognitifs débutants ou avérés (maladie d'Alzheimer et maladies apparentées).

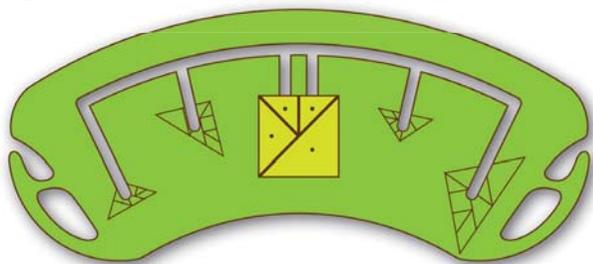
Ergonomie :

Inclinaison du plateau à 20° pour pratiquer assis. Forme du plateau enveloppante. Poignées d'aide à l'installation et la verticalisation. Cales-cannes.

Technique :

Structure standard en inox. Plateaux d'exercices amovibles et interchangeables. Possibilité de location des plateaux

SD 21.1 - Table Tangram



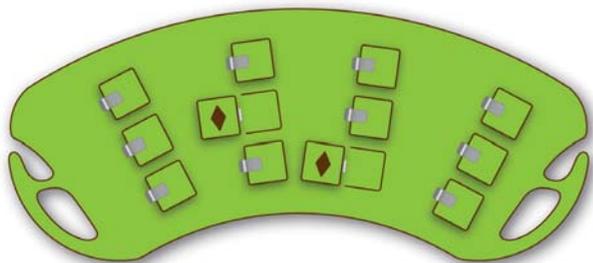
Exercices :

Déplacer et tourner les pièces mobiles pour les superposer sur leur forme géométrique. Reconstituer le carré au milieu du panneau avec l'ensemble des pièces mobiles.

Objectifs :

Travail des capacités visuo-spatiales et de la résolution de problème.

SD 22.1 - Table Mémoire



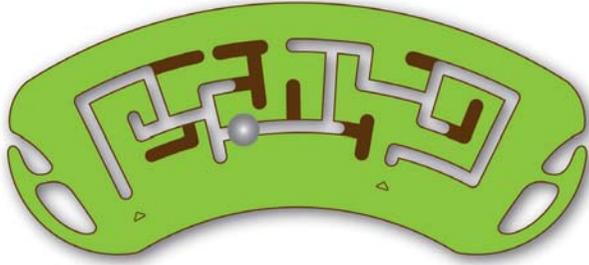
Exercices :

Trouver les paires de formes identiques en retournant les pièces mobiles deux par deux.

Objectifs :

Jouer en sollicitant la mémoire visuelle.

SD 23.1 - Table Labyrinthe

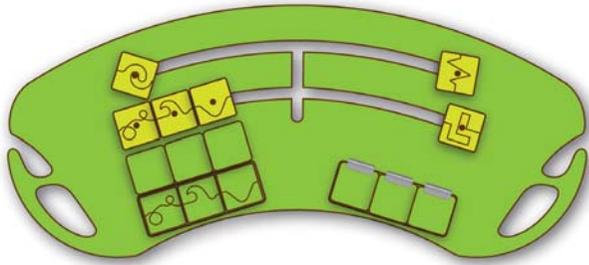
**Exercices :**

Amener la pièce mobile du départ vers l'arrivée et inversement.

Objectifs :

Travail de l'attention et de la résolution de problèmes.

SD 24.1 - Table Puzzle tactile

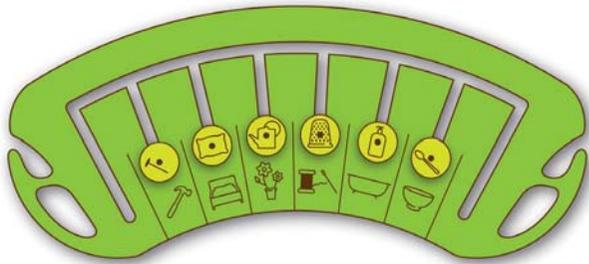
**Exercices :**

Retrouver des formes ou des matières cachées grâce au toucher.

Objectifs :

Sollicitation visuo-tactile. Stimulation sensorielle.

SD 25.1 - Table Association d'idées

**Exercices :**

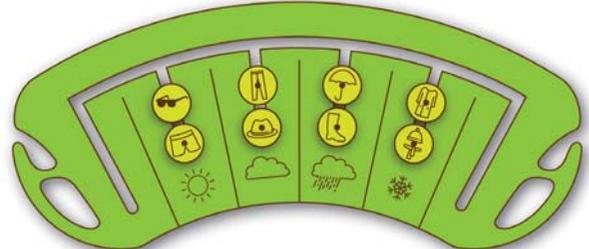
En faisant coulisser les pièces mobiles :

- associer deux objets d'une même famille (ref. SD 25.1)
- associer un fruit et sa couleur (ref. SD 25.2)

Objectifs :

Travail de la mémoire et de la résolution de problèmes.

SD 26.1 - Table Regroupement d'idées

**Exercices :**

En faisant coulisser les pièces mobiles :

- regrouper les vêtements adéquats sur un phénomène météo (ref. SD 26.1)
- regrouper les moyens de locomotion dans leur environnement (ref. SD 26.2)

Objectifs :

Travail de la mémoire et de la résolution de problèmes.

Jardins d'activités

Stations d'exercices (ST)

Demander à notre bureau d'étude de vous proposer une station sur-mesure en fonction de votre espace disponible, des agrès souhaités, et de votre budget.

Tableau des agrès disponibles pour stations

Equilibre / marche

Passerelle	Passage d'équilibre	Passage mobile	Plateaux d'équilibre debout / assis
Passages naturels	Passage d'obstacles	Passages guidés	Passage devers linéaire / ondulé

Renforcement musculaire

Twist assis	Extension chevilles
Marcheur	Pédalier

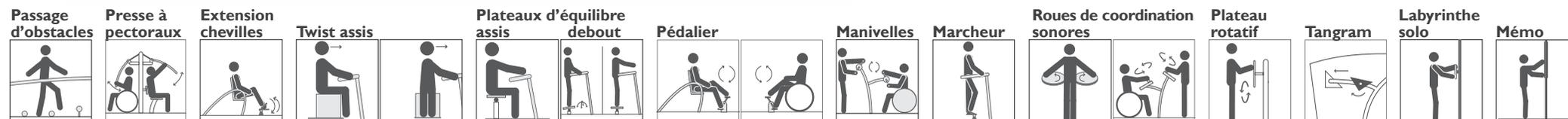
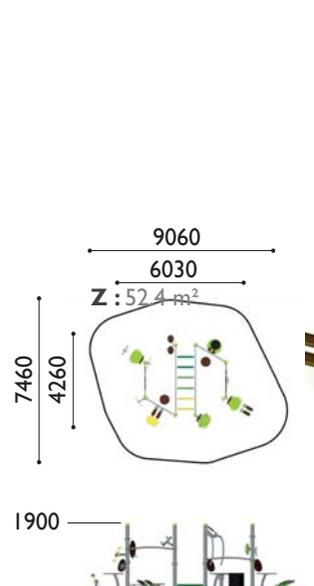
Mobilité articulaire

Barre d'adresse	Roues de coordination sonores
Spirale	Manivelles

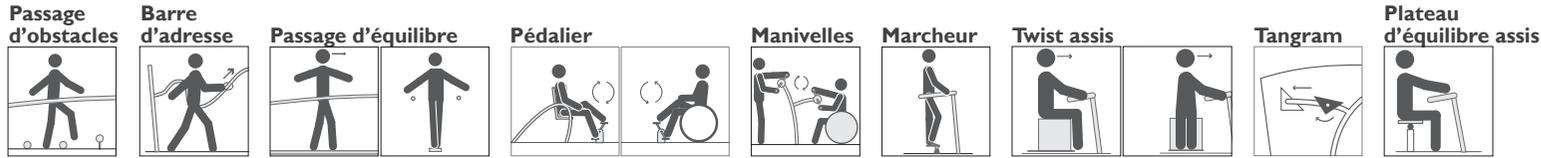
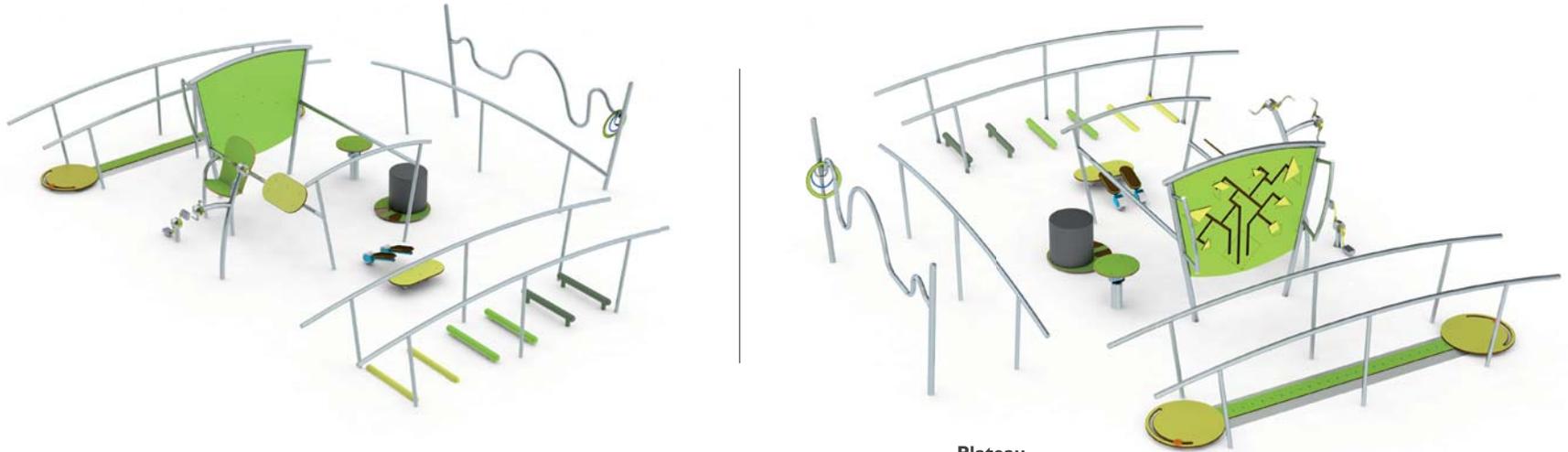
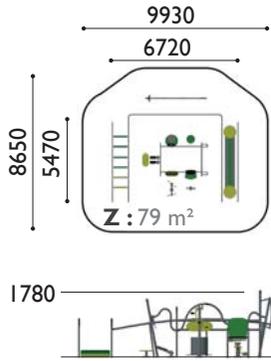
Sollicitations cognitive

Panneau libre	Puzzle tactile	Mémo	Tangram
Euréka	Labyrinthe Duo	Labyrinthe mixte PMR	

ST 10 - Station modulaire
He max : 1.5 m

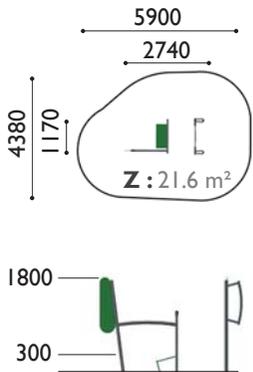


ST 01 - Station modulaire
He max : 1.5 m



SE 01 - Station d'étirement

L x l : 2.7 x 1.2 m
H : 1.8 m
He : 1.6 m
Z : 21.3 m²

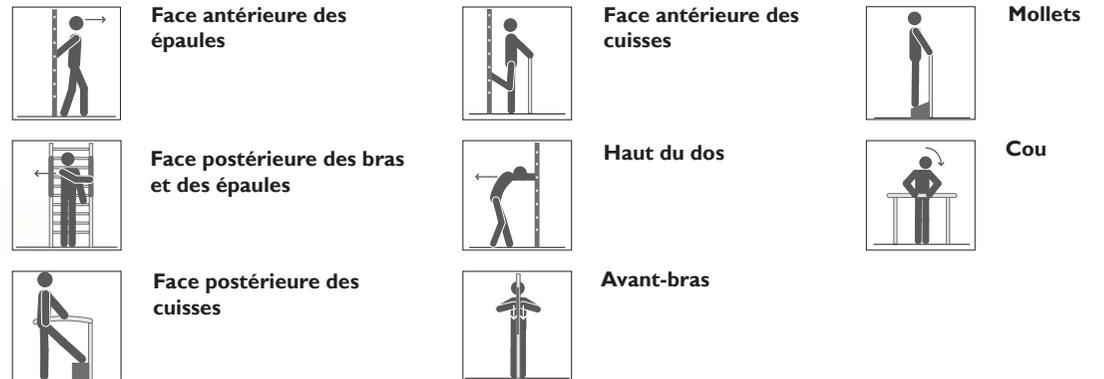


Exercices

Etirer les grands groupes musculaires du corps en maintenant les différentes postures (environ 30 secondes) tout en respirant profondément.

Objectifs

Meilleure récupération après une séance d'activité physique.
Entretien ou amélioration de la souplesse des différentes articulations.



Détente

Conçus comme des lieux de vie et d'échanges, nos jardins d'activités se composent également d'un espace détente permettant aux résidents de se reposer, de profiter des extérieurs et de se faire plaisir en jouant ou jardinant.

SG 10 - Billard Japonais



Exercice :

Seul, en confrontation, ou en équipe, viser et lancer les balles à tour de rôle afin d'atteindre l'objectif ciblé.

Objectifs :

Par le jeu, sollicitation de la mobilité articulaire, de l'adresse, et des capacités cognitives (calcul mental)

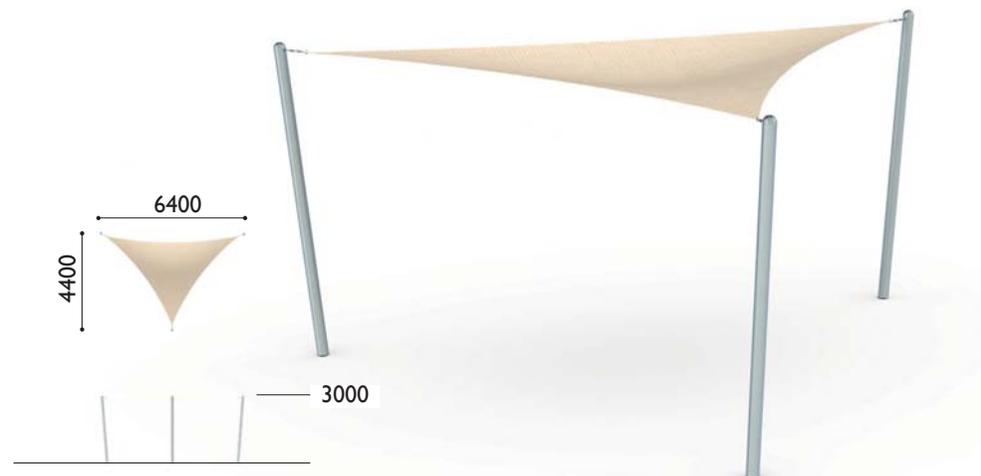
Ergonomie :

Inclinaison du plateau à 5°. Main courante continue élargie à l'embase pour accueillir les fauteuils PMR. Utilisable assis ou debout. Récupérateur de balles. Cales-cannes.

2460 - Banc



2810 - Voile d'ombrage



Jardinières thérapeutiques

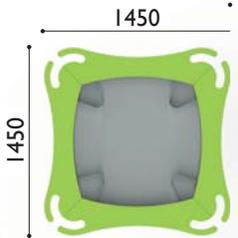


Nos jardinières sont ergonomiquement adaptées aux séniors, et permettent le travail de la terre propice à la détente, à la réminiscence et l'évocation d'événements passés, ainsi qu'aux réveils des sens.

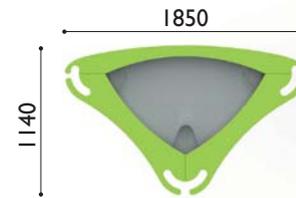
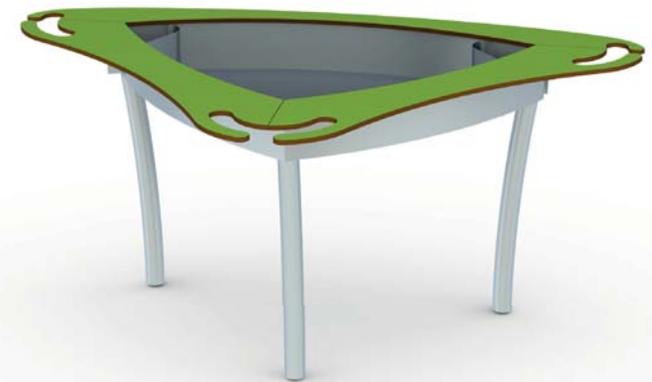
Ergonomie :

Lignes courbes pour confort d'usage. Ouvertures pour prises de mains et cales-cannes. Plateau débordant pour aide à la verticalisation. Compartiments rangements outils. 2 hauteurs de plateau disponibles pour utilisation assise (+PMR) ou debout.

- SG 01 - Jardinière thérapeutique 4 places assises ou PMR
- SG 02 - Jardinière thérapeutique 4 places debout



- SG 03 - Jardinière thérapeutique 2 places assises ou PMR
- SG 04 - Jardinière thérapeutique 2 places debout



Jardins d'activités

Aménagement & VRD

De l'étude à la réception de chantier, nous réalisons votre projet.



Conception et Fabrication

transalp

CONCEPTEUR | FABRICANT | AMÉNAGEUR

179 route de Faverge - 38470 l'Albenc
Tel. +33(0)4 76 64 75 18
www.transalp.fr

Les «Jardins d'activités» font partie intégrante de notre gamme Fitness labellisée «Origine France Garantie»



BVCert. 6020127

Notre performance de développement durable de 59% est notée «EXCELLENTE» par l'indicateur BIOM



Halsa - Prévention au travail

Les Troubles Musculo-Squelettiques (TMS) du personnel en EHPAD sont 3 fois plus présents que dans le régime général et 2 fois plus que dans le secteur du bâtiment. L'apparition des TMS est fortement liée au travail physique que doivent effectuer les soignants. Les manutentions des résidents (coucher, lever, aide à l'habillage, relevé des chutes, ...), sont à l'origine d'environ 85% des accidents du travail et des maladies professionnelles dans les EHPAD.

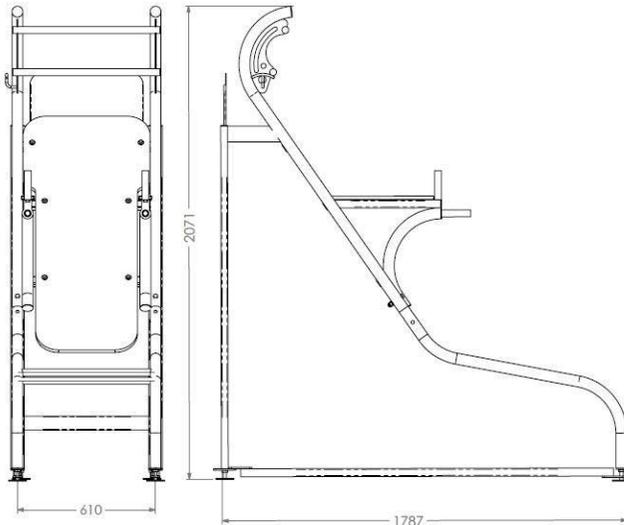
Ceci engendre des risques psychosociaux dans les établissements avec comme conséquences :

- Un absentéisme en augmentation ou largement supérieur à la moyenne nationale (32.5 jours par an et par salarié)
- Une augmentation des accidents du travail
- Des difficultés pour remplacer le personnel
- Une dégradation de l'ambiance et du climat social

Transalp a développé spécialement pour le personnel soignant « Halsa », un équipement d'intérieur et autostable qui permet d'améliorer la qualité de vie et le bien-être au travail. Facile à utiliser et à déplacer, nécessitant peu d'espace, « Halsa » a été conçu de façon à offrir à l'utilisateur une position ergonomique pour étirer efficacement, les bras, les épaules, le dos et les jambes. Il permet également d'effectuer des mouvements de renforcement musculaire au niveau de la ceinture abdominale et des membres inférieurs.



Exemples d'exercices possibles :



Jardins d'activités



BVCert. 6020127

fitness



transalp
concepteur | fabricant | aménageur

179, route de Faverge 38470 l'ALBENC - France
Tél. +33 (0)4 76 64 75 18 - Fax. +33 (0)4 76 64 79 79
info@transalp.fr - www.transalp.fr