Protocole Rééducation Activités FOnctionnelles des Membres Supérieurs 2 = FIN de PROGRESSION (PRAFOMS2)

(version à imprimer 160223)

Nom du patient :	Prénom :	Age :	Nom de l'examinateur :

Tous les exercices ne sont pas à effectuer : cibler quelques exercices susceptibles d'aboutir à une progression. Si possible un exercice dans chaque rubrique.

Les exercices choisis seront effectués et quantifiés à chaque séance de rééducation pour favoriser le réentraînement, mais la fiche ne sera remplie qu'en début de prise en charge, puis environ tous les 15 jours

ALIMENTATION

	date 1	date 2	date 3	date 4	date 5
Prendre un morceau (pain ou biscuit) et le porter à la bouche pour manger. Cotation : chronométrage pour 10 morceaux					
Avec aide technique					
Sans aide technique					
Manger la purée ou la compote avec une cuillère Cotation : chronométrage pour 10 cuillerées					
Avec aide technique					
Sans aide technique					
Manger la soupe (liquide) avec une cuillère sans renverser Cotation : chronométrage pour 10 cuillerées					
Avec aide technique					
Sans aide technique					
Porter à la bouche des aliments faciles à piquer (grosses frites par exemple) avec une fourchette Cotation : chronométrage pour 10 répétitions					
Avec aide technique					
Sans aide technique					
Couper la viande (ou objet similaire par exemple pate à modeler) avec couteau et fourchette Cotation : chronométrage pour 10 répétitions					
Avec aide technique					
Sans aide technique					

Activités ménagères

	date 1	date 2	date 3	date 4	date 5
Charger un lave-vaisselle (4 assiettes, 4 verres, 4 couverts, 2 plats) exercice chronométré					
Sans aide technique					
Laver la vaisselle à la main (4 assiettes, 4 verres, 4 couverts, 2 plats) exercice chronométré					
Sans aide technique					
Faire son lit exercice chronométré					
assis sur un fauteuil roulant					
debout					

Commentaires ou modifications à apporter aux exercices :

HABILLAGE

	date 1	date 2	date 3	date 4	date 5
Enlever son MANTEAU ou son ANORAK Cotation : exercice chronométré					
Assis					
Debout					
Mettre son MANTEAU ou son ANORAK Cotation : exercice chronométré					
Assis					
Debout					
Enlever ses 2 chaussures et chaussettes Cotation : exercice chronométré					
Assis					
Debout					
Mettre ses 2 chaussettes et chaussures Cotation : exercice chronométré					
Assis					
Debout					
Lacer ses chaussures Cotation : exercice chronométré					
Assis					
Debout					
Enlever son pantalon Cotation : exercice chronométré					
Assis					
Debout					
Mettre son pantalon Cotation : exercice chronométré					
Assis					
Debout					

TOILETTE

	date 1	date 2	date 3	date 4	date 5
Ouvrir le robinet, se laver les mains, les sécher, refermer Cotation : exercice chronométré					
Aide technique					
Sans aide technique					
Ouvrir le robinet, se laver le visage avec un gant, se sécher, refermer le robinet. Cotation : exercice chronométré					
Aide technique					
Sans aide technique					

SOINS DE L'APPARENCE

	date 1	date 2	date 3	date 4	date 5
Se peigner Cotation : exercice chronométré					
Assis					
Debout					
Se maquiller Cotation : exercice chronométré					
Assis					
Debout					
Se raser (ou entretenir sa barbe et moustache) Cotation : exercice chronométré					
Assis					
Debout					
Se couper les ongles des mains Cotation : exercice chronométré					
Aide technique					
Coupe-ongles ou ciseaux					
Se couper les ongles des pieds Cotation : exercice chronométré					
Aide technique					
Coupe-ongles ou ciseaux					

ACTIVITES USUELLES

	date 1	date 2	date 3	date 4	date 5
Ouvrir un smarphone et envoyer un SMS de 50 caractères Cotation : exercice chronométré					
Aide technique					
Sans aide technique					
Ecrire 15 lignes avec un stylo Cotation : exercice chronométré					
stylo ergonomique					
stylo normal					
Plier en 4 une feuille de papier A4 et la mettre dans une enveloppe Cotation : exercice chronométré					
Avec appui sur une table					
Sans l'aide d'une table					
Saisir 30 objets usuels (cuillère, crayon, pièces de monaie, etc...) et les mettre dans une boite. Cotation : exercice chronométré					
Gros objets faciles à saisir					
Petits objets difficiles à saisir					