

Evaluation des capacités à la marche

Cet outil doit permettre aux professionnels du Réseau Rhône Alpes SEP de mieux évaluer les capacités à la marche des adhérents et d'élaborer 2 groupes de pratiquants DUO Aidant/Aidé Marche Nordique. Le professionnel collecte les informations ci-dessous sous la forme d'un échange verbal libre.

Prénom : _____ Nom : _____ Date : ____ / ____ /20

1. Dans une journée, combien de temps en moyenne êtes-vous en station debout ?

A- La plupart du temps B- Entre 4 et 6 heures C- Moins de 4 heures

2. À domicile, lors de vos déplacements une aide vous est-elle nécessaire ?

A- Non nécessaire B- Aide intermittente C- Aide permanente

Précisez le type d'aide : bilatérale unilatérale bilatérale unilatérale

3. À l'extérieur, lors de vos déplacements une aide vous est-elle nécessaire ?

A- Non nécessaire B- Aide intermittente C- Aide permanente

Préciser le type d'aide : bilatérale unilatérale bilatérale unilatérale

Aide nécessaire pour parcourir toute distance supérieure à : _____ mètres

4. Quotidiennement, combien de temps en moyenne marchez-vous à l'extérieur ?

Déplacement et transports en commun inclus

A- 60 minutes et plus B- Entre 30 et 60 minutes C- Entre 10 et 30 minutes

5. Quel est votre périmètre de marche moyen en continue, sans aide et sans repos intermédiaire ?*

A- 600 mètres et plus B- Entre 300 et 500 mètres C- Moins de 200 mètres

Préciser : _____ mètres Préciser : _____ mètres Préciser : _____ mètres

6. A combien de mètres estimez-vous votre périmètre de marche avec repos intermédiaire ?*

A- 800 mètres et plus B- Entre 400 et 600 mètres C- Moins de 300 mètres

Préciser : _____ mètres Préciser : _____ mètres Préciser : _____ mètres

7. A combien de mètres estimez-vous votre périmètre de marche avec repos intermédiaire et aide?*

A- 800 mètres et plus B- Entre 400 et 600 mètres C- Moins de 300 mètres

Préciser : _____ mètres Préciser : _____ mètres Préciser : _____ mètres

*Dépense induite ne limite pas les tâches quotidiennes à réaliser