

«gofit – Fitness sans obstacles»

Nom : La Lignière, centre de santé

Rue : La Lignière 5

Lieu : 1196 Gland

Tel : 022 999 65 45

Mail : aquaforme@la-lignière.ch


Internet : www.acquaforme.ch

Date de l'intervention: 03.05.2017

Nom de l'intervenant: Marti Caroline

Infrastructures

Fitness de manière générale

	Critères	Détails	Remarques
Arrivée			
<input type="checkbox"/>	Transports publics	Bus / tram avec plancher bas à proximité	Le centre de santé La Lignière n'est pas bien desservi par bus. Le bus ne s'arrête pas à proximité.
<input checked="" type="checkbox"/>	Places de parc	Place de parc pour personnes en fauteuil roulant 	Des places de parc pour personnes en fauteuil roulant se trouvent juste devant l'établissement.
Accès			
<input checked="" type="checkbox"/>	Système d'ouverture des portes	Système d'ouverture utilisable de manière autonome, lecteur de carte hauteur max de 1.1m	La porte du fitness est manuelle et s'ouvrent contre l'extérieure. La réception se trouve juste à côté. Il est très facilement possible de demander de l'aide pour ouvrir la porte si nécessaire.
<input checked="" type="checkbox"/>	Passages sans marches ni seuils	Largeur de porte min 0.8 m (paliers max 2.5 cm) avec rampe (max 12% d'inclinaison) ou ascenseur	Le fitness est à plain-pied. La salle de cours et la piscine sont au premier étage est très facilement accessible en fauteuil roulant.
<input checked="" type="checkbox"/>	Entrée du fitness	<input checked="" type="checkbox"/> Plain-pied <input type="checkbox"/> Rampe <input type="checkbox"/> Ascenseur	
Informations complémentaires			
<input type="checkbox"/>	Inscriptions	Toutes les salles sont indiquées avec des pictogrammes	
<input checked="" type="checkbox"/>	Informations pour handicap visuel	<input type="checkbox"/> Marquages sur les surfaces vitrées <input checked="" type="checkbox"/> Chiens guides d'aveugles autorisés <input type="checkbox"/> Marquage des reliefs douches/vestiaires/WC	Pour les chiens guides faire une demande au préalable.
Etant donné que l'espace santé fait partie du centre de rééducation La Lignière, les infrastructures sont très bien adaptées et le personnel est expérimenté.			

Espaces d'entraînement & salles de cours

	Critères	Détails	Remarques
<input checked="" type="checkbox"/> Appareils d'endurance pour personnes en fauteuil			Accès: <input checked="" type="checkbox"/> Plain-pied <input type="checkbox"/> Rampe <input type="checkbox"/> Ascenseur
<input checked="" type="checkbox"/>	Vélo à bras	<input checked="" type="checkbox"/> Siège mobile <input checked="" type="checkbox"/> Pédalage parallèle <input checked="" type="checkbox"/> Pédalage en arrière	2 vélos à bras. Accessibles en fauteuil roulant.
<input type="checkbox"/>	Rameur adapté	Rameur avec siège adapté	
<input checked="" type="checkbox"/>	Vélo	Pédales réglables	6 vélos assis et 6 vélos normaux
<input checked="" type="checkbox"/> Appareils pour l'entraînement de la force			Accès: <input checked="" type="checkbox"/> Plain-pied <input type="checkbox"/> Rampe <input type="checkbox"/> Ascenseur
<input checked="" type="checkbox"/>	Sièges mobiles		Changement de poids accessible
<input checked="" type="checkbox"/>	Appareils à poulies	Accessible à hauteur max 1.1m	Kinésis
<input checked="" type="checkbox"/> Entraînement de la coordination			Accès: <input checked="" type="checkbox"/> Plain-pied <input type="checkbox"/> Rampe <input type="checkbox"/> Ascenseur
<input checked="" type="checkbox"/>	Accès au petit matériel	Accessible à hauteur max 1.1m	Tapis, poids libres, surface d'équilibre, swissball, ballons, haltères, ...
<input type="checkbox"/>	TRX	Entraînement en suspension	
<input checked="" type="checkbox"/>	Espaliers		A disposition dans la salle de cours
<input checked="" type="checkbox"/>	Banc haussable	Pour le stretching et autres	
<input checked="" type="checkbox"/> Espace libre			Accès: <input checked="" type="checkbox"/> Plain-pied <input type="checkbox"/> Rampe <input type="checkbox"/> Ascenseur
Petit matériel à disposition, miroir, bancs, ...			
<input checked="" type="checkbox"/> Salles de cours			Accès: <input type="checkbox"/> Plain-pied <input type="checkbox"/> Rampe <input checked="" type="checkbox"/> Ascenseur
L'espace de cours se trouve au 1 ^{er} étage et est facilement accessible.			
Informations complémentaires			
<input checked="" type="checkbox"/>	Programmes d'entraînement	Rangés à une hauteur max 1.1m	Les programmes de cours sont rangés à la réception du fitness à plus de 1.1m de hauteur. Un employé est constamment présent.
<input checked="" type="checkbox"/>	Système de carte à puce pour l'entraînement	Le programme d'entraînement est affiché automatiquement (poids, vitesse, répétitions)	Certains appareils de fitness sont dotés d'un système de puce mais cette technique n'est pas utilisée dans le fitness.

Sanitaires

	Critères	Détails	Remarques	Domaines
<input checked="" type="checkbox"/>	WC adaptés aux fauteuils roulants	Norme SIA: min. 1.80 x 1.65 m, largeur de porte min. 80 cm, barres d'appui des deux côtés, tablette accessible (pouvant laisser la place au fauteuil en dessous)		Différents WC adaptés sont à disposition. Au plain-pied et au 1 ^{er} étage.
<input type="checkbox"/>	WC pour personnes à mobilité réduite	Pas décrit dans la Norme SIA, mais accessible sans marche, longueur si possible 1.70 m, largeur de porte min. 70 cm		
<input type="checkbox"/>	Douche adaptée au fauteuil roulant combinée avec un WC	Norme SIA: min. 1.80 x 1.65 m, largeur de porte min. 80 cm, barres d'appui des deux côtés, tablette accessible (pouvant laisser la place au fauteuil en dessous), siège rabattable et pomme de douche réglable		
<input checked="" type="checkbox"/>	Douches adaptées au fauteuil roulant dans des douches collectives	Norme SIA: accès sans marche, siège rabattable et barres d'appui dans un angle, de préférence proche de l'entrée, pomme de douche coulissante. <input type="checkbox"/> Siège rabattable <input type="checkbox"/> Chaise de douche		La douche du vestiaire piscine est 100% adaptée. Les clients du fitness peuvent facilement y avoir accès.
<input checked="" type="checkbox"/>	Vestiaires	<input checked="" type="checkbox"/> Accès sans marche <input checked="" type="checkbox"/> Armoires accessibles <input checked="" type="checkbox"/> Banc (largeur: 60 cm, longueur: 180 cm, hauteur: 46 cm)	Des vestiaires pour personnes en fauteuil roulant sont à disposition au 1 ^{er} étage et facilement accessibles.	

Espace wellness

	Critères	Détails	Remarques
			Accès: <input checked="" type="checkbox"/> Plain-pied <input type="checkbox"/> Rampe <input type="checkbox"/> Ascenseur
<input checked="" type="checkbox"/>	Sauna	<input checked="" type="checkbox"/> Place assise à côté de la porte	Sauna hommes et femme séparés.
<input checked="" type="checkbox"/>	Hammam	<input checked="" type="checkbox"/> Place assise à côté de la porte	Hammam hommes et femmes séparés.
<input checked="" type="checkbox"/>	Bassin	<input checked="" type="checkbox"/> Lift <input type="checkbox"/> Bord du bassin sur élevé	L'accès au bassin est 100% accessible.
<input type="checkbox"/>	Solarium		
<input checked="" type="checkbox"/>	Salle de repos		L'espace entre les chaises longues est restreint. Les chaises longues sont cependant mobiles.
Informations complémentaires			
<input checked="" type="checkbox"/>	Accès	<input checked="" type="checkbox"/> Autorisé avec fauteuil roulant personnel <input type="checkbox"/> Fauteuil roulant pour douche à disposition	

Prestation pour TOUS

Affiliation

	Critères	Détails	Remarques
<input checked="" type="checkbox"/>	Label de qualité	<input type="checkbox"/> Fitness Guide <input type="checkbox"/> Qualitop <input checked="" type="checkbox"/> Contribution des caisses maladies	Membre du réseau Suisse des hôpitaux promoteurs de santé. HPH
<input checked="" type="checkbox"/>	Tarifs	<input checked="" type="checkbox"/> Rabais AI <input checked="" type="checkbox"/> Tarifs adaptés <input checked="" type="checkbox"/> Soutient pour la recherche d'aides financières	En fonction des besoins et selon demande
<input checked="" type="checkbox"/>	Des personnes avec handicap s'entraînent dans notre fitness	<input checked="" type="checkbox"/> Handicap mental <input checked="" type="checkbox"/> Handicap physique <input checked="" type="checkbox"/> Handicap sensoriel <input checked="" type="checkbox"/> Handicap psychique	
Informations complémentaires			

Coaching

	Critères	Détails	Remarques
Accompagnement / conseil			
<input checked="" type="checkbox"/>	Les personnes avec handicap sont les bienvenues	Les personnes avec handicap mental, physique, psychique ou sensoriel sont les bienvenues dans notre fitness	
<input checked="" type="checkbox"/>	Accompagnement	Du personnel qualifié est toujours présent pendant les heures d'ouverture	Une employé est présent pendant les heures d'ouverture.
<input checked="" type="checkbox"/>	Personnel	<input checked="" type="checkbox"/> Brevet fédéral <input type="checkbox"/> CFC <input type="checkbox"/> Instructeur fitness <input type="checkbox"/> Physiothérapeute <input checked="" type="checkbox"/> Expérience avec des personnes avec handicap	
Entraînement			
<input checked="" type="checkbox"/>	Séance d'introduction/ programme d'entraînement	Inclus dans l'abonnement	En fonction des besoin, séances de mise à niveau possible.
<input checked="" type="checkbox"/>	Check up de santé	<input checked="" type="checkbox"/> Attestation par écrite du client / formulaire santé <input type="checkbox"/> Mesures <input type="checkbox"/> Certificat médical	
<input checked="" type="checkbox"/>	Coaching pendant l'entraînement	<input type="checkbox"/> Personal Trainer <input checked="" type="checkbox"/> Accompagnant gratuit <input checked="" type="checkbox"/> Chien d'assistance autorisé	En fonction de la situation. L'accompagnant est gratuit si il intervient vraiment en tant qu'aide. Faire une demande préalable pour l'autorisation concernant un chien d'assistance.
Cours			
<input checked="" type="checkbox"/>	Cours sont ouverts à tous	<input checked="" type="checkbox"/> Inclus dans l'abonnement <input type="checkbox"/> Cours spécifiques pour personnes avec handicap	Voir les programmes de cours et les différents tarifs d'abonnement.
Nutrition			
<input checked="" type="checkbox"/>	Conseil en nutrition	<input checked="" type="checkbox"/> Expérience avec des personnes avec handicap	Un cabinet de diététiciens se trouve également dans l'établissement. Cette prestation n'est pas comprise dans l'abonnement.
Informations complémentaires			