

« Comment se chausser au grand âge »

Déroulement de l'animation en maison de retraite

Dans le cadre de la formation CQP Chausseur Vendeur Expert, les stagiaires Laura Kobi et Florence Schilling ont mené une action de communication auprès d'une maison de retraite du centre hospitalier d'Haguenau (Alsace) le jeudi 29 août 2013.

Pour réaliser cette animation, de nombreuses démarches ont été effectuées auprès des responsables du centre. Les familles des résidents ont été conviées à participer à cette rencontre.

L'objectif était de sensibiliser les retraités sur l'importance d'être bien chaussé dans un environnement adapté avec les difficultés que l'on rencontre à leurs âges. Parmi les sujets, l'équilibre et certaines sensibilités du pied ont été abordés, avec en appui la démonstration de l'utilisation de la pince à cors et de l'écarteur, ce qui a suscité de l'intérêt de la part nos interlocuteurs.

Nous avons terminé l'animation autour d'un café avec les résidents présents, et ainsi nous avons pu répondre à leurs questions individuellement.



Par ailleurs, nous restons à leur écoute et nous les avons invité, accompagnés de leurs familles, à venir se rendre en magasin pour plus de conseils. Cette animation nous a beaucoup conforté dans l'importance du conseil et du savoir-faire dans le métier de Chausseur-Vendeur-Expert.

Un grand remerciement à Mr. Mercier, directeur adjoint du centre hospitalier de Haguenau, Mme Stéphanie Schitter animatrice, Mme Clarisse Walter cadre supérieur de santé, à l'ensemble du personnel médical ainsi qu'aux bénévoles qui nous ont accueilli et encouragé dans notre démarche et un remerciement également à Jean-Pierre Fabre, président de la Fédération des Détaillants en Chaussures de France.

Stagiaires : Florence Schilling et Laura Kobi.

La chaussure Grand âge

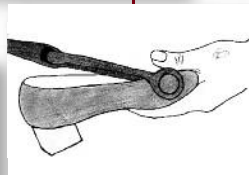


Aujourd'hui les personnes âgées qui vivent essentiellement dans leur intérieur avec des chaussures très souples, voire des chaussons, n'ont pas toujours le maintien nécessaire à l'équilibre du corps. Cela peut engendrer la chute. Il est donc conseillé de se déplacer avec des chaussures d'intérieur dont les caractéristiques principales sont le confort, la légèreté, l'équilibre et la possibilité d'intégrer une orthèse plantaire.



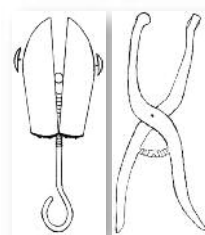
Le bon équilibre pour marcher

Dans tous les cas, le pied dans la chaussure doit rester en contact avec sa surface d'appui sans dévier. Le maintien latéral par un contrefort semi-rigide et un soutien en cambrure est nécessaire pour maintenir l'équilibre dans l'action de la marche. En effet, une cambrure qui résiste à un effort de torsion exercé par une main, en prise avec la semelle, et l'autre main avec l'arrière de la chaussure doit rester aussi prêt que possible de sa position d'origine (voir dessin ci-contre). Les chaussures relevées en cambrure soulagent la charge sur l'avant des pieds cambrés, fatigués par l'usage du port de chaussures à talons très hauts et cela uniquement pour les pieds cambrés, les pieds plats ne supportant aucun relevage en cambrure.



Aménager l'articulation du gros et petit orteil

Communément appelée oignon, cette protubérance ressort soit sur le côté (hallux valgus), soit sur le dessus du pied (hallux rigidus). Il est important de repérer sa place dans la chaussure pour assouplir la tige avec l'aide d'une pince à cors. Dans les cas les plus difficiles, on traite le point sensible et on apporte du volume



en plus avec un écarteur à l'endroit précis où se situe la déformation.

Le modèle de chaussure idéal pour les personnes à mobilité réduite

Un bottillon derby avec empeigne unie courte (pour faciliter l'introduction du pied dans la chaussure) qui recouvre les malléoles, des piqûres d'assemblage qui ne gênent pas le pied (pour les personnes diabétiques), un

passant extérieur de la circonférence de deux doigts, une tige en peausserie retournée ou matière en tissu (genre Charentaise) doublée en chèvre ou veau au niveau du contrefort, un système de fermeture avec deux barrettes coulissantes avec retour sur auto-agrippant ou trois œillets, un contrefort semi-rigide prolongé en cambrure, un bout dur semi-rigide, des ailettes (renfort latéral), une large cambrion rigide en cambrure, une semelle ferme antidérapante en

gomme, un talon de 15 ou 30 millimètres selon le modèle homme ou femme, une première de montage en cuir ou syndérme, une semelle amovible de 4 millimètres en cuir ou matière compacte (tissu absorbant), un montage cousu Blake ou soudé qui assemble la première de montage à la semelle.

Florence Schilling, Laura Kobi, Nadège Zuchold, Lucile Saillant, Noella Rosquoet, Sandrine Steinbrunn, Élodie Lobstein.

Documents et aide à la réalisation : Alain Madec et G. W. Dickinson.

La hauteur du talon

Le talon projette la personne vers l'avant. C'est un point essentiel pour l'équilibre de la marche. Pour les femmes qui ont porté des chaussures à talons hauts bien supportés jusqu'alors, il est conseillé de diminuer progressivement la hauteur des talons et d'en augmenter la largeur à la base pour assurer une bonne stabilité.



L'entrée

Le modèle derby est le plus adapté avec une empeigne courte, des hauteurs de quartier au-dessus des malléoles ce qui facilite l'introduction du pied dans la chaussure.

La largeur

Sur l'avant, éviter que la tige ne comprime les orteils. Sur le cou de pied, exercer une légère tension du système de serrage pour maintenir le talon au fond de l'emboîtement et éviter que le pied fatigue lors de la marche.

