

Coronavirus COVID-19

RECOMMANDATIONS POUR LES MALADES NEUROMUSCULAIRES

Plus que jamais, les personnes concernées par une maladie neuromusculaire et leurs proches doivent rester confinées à leur domicile et éviter au maximum tout contact avec l'extérieur. Soins, aides à domicile, rendez-vous médicaux, on fait le point sur l'ensemble des recommandations à suivre. **Une adresse incontournable :**

<https://www.afm-telethon.fr>

EN SAVOIR + : [COVID-19 - RECOMMANDATIONS POUR LES MALADES NEUROMUSCULAIRES AU 24/03/20](#)

FICHES PRATIQUES KINÉSITHÉRAPIE

Alors que l'épidémie de coronavirus est toujours en cours en France et qu'un confinement strict est imposé à tous, les séances de kinésithérapie sont limitées en nombre, voire suspendues.

La régularité de ces exercices peut être importante pour les personnes atteintes de maladies neuromusculaires, c'est pourquoi l'AFM-Téléthon met à votre disposition **deux fiches pratiques concernant la kinésithérapie respiratoire et la kinésithérapie orthopédique**, expliquant notamment comment pratiquer des exercices pour entretenir la souplesse des muscles et des articulations, réduire les douleurs et ralentir l'évolution des rétractions musculaires et tendineuses, avec l'objectif de préserver les capacités motrices autant que possible.

Si vous souhaitez échanger ou poser des questions avec le kiné conseil de l'AFM-

Téléthon, contactez la ligne accueil familles au 0 800 35 36 37 ou votre référent parcours de santé qui fera le lien.

EN SAVOIR + : [COVID-19 : KINÉSITHÉRAPIE RESPIRATOIRE : LE DÉSENCOMBEMENT \(TUTO POUR LES AIDANTS\)](#)

EN SAVOIR + : [COVID-19 : KINÉSITHÉRAPIE ORTHOPÉDIQUE \(TUTO POUR LES AIDANTS\)](#)

En complément, retrouvez les fiches informatives, vidéos et recommandations mises en place par la filière neuromusculaire FILNEMUS pour l'auto-rééducation à domicile des patients porteurs d'une maladie neuromusculaire (enfants et adultes). Ces documents exhaustifs seront d'aide et de support en cette période de confinement.

EN SAVOIR + : [COVID-19 / FILNEMUS : L'AUTO-RÉÉDUCATION A DOMICILE CHEZ LES ENFANTS PORTEURS D'UNE MALADIE NEUROMUSCULAIRE](#)

EN SAVOIR + : [COVID-19 / FILNEMUS : L'AUTO-RÉÉDUCATION A DOMICILE CHEZ LES ADULTES PORTEURS D'UNE MALADIE NEUROMUSCULAIRE](#)

FICHES PRATIQUES D'APPLICATION DES GESTES BARRIÈRES

L'AFM-Téléthon vous rappelle les **bons comportements préventifs** à travers une série de fiches pratiques.

- [Recommandations COVID-19 : Les courses et le lavage des surfaces](#)
- [Recommandations COVID-19 : Le lavage des mains à l'eau et au savon](#)
- [Recommandations COVID-19 : La friction hydro-alcoolique des mains](#)
- [Recommandations COVID-19 aux usagers d'un fauteuil roulant](#)
- [Recommandations COVID-19 pour les aides à domicile](#)

EN SAVOIR + : [COVID-19 : ADOPTEZ LES GESTES BARRIÈRES](#)

PRÉPARER SON KIT URGENCE A L'AVANCE

Comptes rendus de consultation, ordonnances, recommandations de prise en charge ou encore directives anticipées, son contenu est listé dans un **nouveau formulaire à compléter**.

Parce que l'on oublie toujours quelque chose d'important dans les situations de stress, mieux vaut préparer votre kit en amont, dans le calme et la sérénité, au besoin avec l'aide des professionnels des services régionaux de l'AFM-Téléthon.

N'hésitez pas à contacter votre référent parcours de santé ou la ligne accueil familles au 0 800 35 36 37 !

EN SAVOIR + : [TÉLÉCHARGEZ LE NOUVEAU FORMULAIRE DU KIT URGENCES](#)
EN SAVOIR + : [CONSULTEZ LA CARTE DES SERVICES DE PROXIMITÉ DE L'AFM-TÉLÉTHON POUR TROUVER LES COORDONNÉES DU SERVICE RÉGIONAL LE PLUS PROCHE DE CHEZ VOUS](#)

COVID-19 : DONNEZ VOTRE POSITION SUR LA TRACHÉOTOMIE, C'EST IMPORTANT !

Si vous aviez une pneumonie sévère au coronavirus, accepteriez-vous la trachéotomie ou pas ? Vous pouvez vous prononcer grâce aux directives anticipées. Les précisions du Pr Frédéric Lofaso, pneumologue à l'hôpital Raymond Poincaré (Garches).

EN SAVOIR + : [COVID-19 : DONNEZ VOTRE POSITION SUR LA TRACHÉOTOMIE C'EST IMPORTANT !](#)

MDPH : QUE SE PASSE-T-IL ?

L'AFM-Téléthon répond aux questions que vous vous posez concernant les Maisons Départementales pour les Personnes Handicapées.

EN SAVOIR + : [COVID-19 ET MAISONS DÉPARTEMENTALES DES PERSONNES HANDICAPÉES : VOS QUESTIONS, NOS RÉPONSES](#)

GUIDE DE FABRICATION DE MASQUES DIT "MASQUES BARRIÈRES"

Découvrez le référentiel AFNOR de fabrication des masques (exigences minimales pour la fabrication artisanale, test à réaliser, conseil d'utilisation et d'entretien, matériaux à utiliser, ...) mis à disposition de tous.

Pensé pour les néofabricants de masques et les particuliers, il permet de concevoir un masque destiné à équiper toute la population et complète la panoplie des indispensables gestes barrières face à l'épidémie de Coronavirus.

EN SAVOIR + : [FABRIQUER SON MASQUE - GUIDE D'EXIGENCES MINIMALES](#)

EN SAVOIR + : [FABRIQUER SON MASQUE - GUIDE ANNEXE \(PATRONS\)](#)

PRINCIPALES SOURCES D'INFORMATION



Face à l'épidémie de coronavirus qui touche la France, les équipes de l'AFM-Téléthon mettent tout en oeuvre pour protéger les malades et les informer. [CLIQUEZ ICI](#)



Une foire aux questions a été élaborée par un groupe de travail de Filnemus pour vous informer sur les dernières recommandations concernant le COVID-19 pour les patients atteints de maladies neuromusculaires. [CLIQUEZ ICI](#)

Retrouvez ici toutes les Informations, recommandations et mesures sanitaires, celles pour les personnes en situation de handicap de même que celles pour les MDPH/MDA. [CLIQUEZ ICI](#)



Premier ministre

SECRETARIAT D'ÉTAT
CHARGÉ
DES PERSONNES
HANDICAPÉES

Coronavirus : tout ce qu'il faut savoir pour bien gérer la relation de travail avec votre salarié. [CLIQUEZ ICI](#)



INITIATIVES



solidaires-handicaps.fr

La plateforme **solidaires-handicaps.fr**, en recensant l'ensemble de ces initiatives sur les territoires et en facilitant leur mise en relation avec les publics, permet :

- aux personnes en situation de handicap, à leurs aidants et aux professionnels, de **trouver des solutions à proximité de chez eux** (*par exemple : Je suis seul(e) avec mon proche en situation de handicap, j'ai besoin de quelqu'un pour m'aider à faire mes courses, aller chercher mes médicaments à la pharmacie*) ;
- aux structures et organismes de **proposer leurs services** (*par exemple : fournir aux aidants un coaching à distance pour les aider à gérer la période de confinement avec leur proche en situation de handicap*) ;
- aux volontaires de **proposer une aide bénévole -ouverture prochaine de cette fonctionnalité-** (*par exemple : je suis psychologue, je veux apporter mon aide à distance*).

Dans le cas où vous ne trouveriez pas immédiatement de réponse à votre demande ?
Un système d'alerte vous préviendra en temps réel lorsqu'une solution pourra vous être apportée.

L'utilisation de la plateforme est accessible et gratuite.

Pour visiter le site web : <https://www.solidaires-handicaps.fr/>