

Logo

réseau

## Timed Up & Go test / Test Unipodal

Nom : \_\_\_\_\_ Prénom : \_\_\_\_\_ Age : \_\_\_\_\_ Date : \_\_\_\_\_ Evalueur : \_\_\_\_\_

### Up & Go test

Inviter la personne à :

Fait : 1

Ne fait pas : 0

Non réalisable

• Se lever d'un fauteuil avec accoudoirs :

↓

↓

↓

• Traverser la pièce - distance de 3 mètres :

• Faire demi-tour :

• Revenir s'asseoir :

• Temps nécessaire : \_\_\_\_\_ secondes.

• Score : \_\_\_\_\_ / 4

*Interprétation : risque de chute si score  $\leq 1$  et temps de réalisation  $> 20$  secondes.*

*On note également les lenteurs d'exécution, les hésitations, une marche trébuchante.*

Commentaires : \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

### Test Unipodal

*Demander à la personne de rester en appui sur 1 pied sans aide pendant au moins 5 secondes.*

Oui

Non

Non réalisable

• Pied droit :

• Pied gauche :