

PROGRAMME DE REVALIDATION POUR SÉNIORS

PROGRAMME PLURIDISCIPLINAIRE :

- Médecin gériatre
- Kinésithérapeute
- Ergothérapeute
- Diététicien
- Neuropsychologue
- Infirmière spécialisée
- Assistante sociale
- Secrétaire
- Pharmacien clinicien

Une prise en charge **2 fois par semaine** par un kinésithérapeute durant une heure.

Des activités seniors en groupe pendant 2 ou 3 mois avec intervention des différents paramédicaux (30 min) dans le but de viser un vieillissement réussi.

Expertises en maintien mémoire, oncogériatrie et cardiogériatrie.

• **Quand** : 2 fois par semaine.

• **Coût** : 10€ par mois

• **Prise de rendez-vous et/ou renseignements** : 067 88 55 53 ou onedaygeriatrie.nivelles@helora.be

• **Vous avez un soucis de transport ?**
N'hésitez pas à nous contacter, nous vous aiderons à trouver une solution !

Contacts

SIÈGE SOCIAL

Bd Fulgence Masson, 5
7000 Mons

HÔPITAL DE LA LOUVIÈRE - SITE JOLIMONT

Rue Ferrer 159
7100 Haine-Saint-Paul
064 23 30 11

HÔPITAL DE LOBBES

Rue de la Station 25
6540 Lobbes
071 59 92 11

HÔPITAL DE NIVELLES

Rue Samiette 1
1400 Nivelles
067 88 52 11

HÔPITAL DE TUBIZE

Avenue de Scandiano 8
1480 Tubize
02 391 01 30

HÔPITAL DE MONS - SITE KENNEDY

Boulevard Kennedy 2
7000 Mons
065 41 40 00

HÔPITAL DE MONS - SITE CONSTANTINOPLE

Avenue Baudouin de Constantinople 5
7000 Mons
065 38 55 11

HÔPITAL DE WARQUIGNIES

Rue des Chauffours 27
7300 Boussu
065 38 55 11

www.helora.be



GERI-DOC-061-V1 / Février 2024

HELORA

CENTRES HOSPITALIERS UNIVERSITAIRES

HÔPITAL DE NIVELLES

REVALIDATION POUR LES SÉNIORS



PROJET
NOVATEUR ET
PRÉCURSEUR
DANS LA RÉGION

“ REJOIGNEZ UN PROJET NOVATEUR ET PRÉCURSEUR DANS LA RÉGION : DU SPORT SUR ORDONNANCE QUI AMÉLIORE LE BIEN-ÊTRE DU SÉNIOR. ”

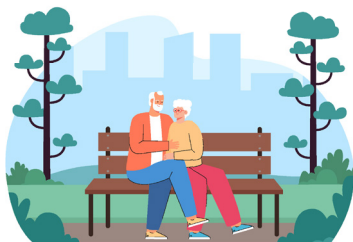
POUR QUI ?

À partir de 70 ans, il est important de garder une bonne condition physique pour éviter la fatigue, de garder de la force musculaire et l'équilibre. **Il n'est jamais trop tard pour faire de l'exercice physique !**

POURQUOI ?

Cette rééducation pluridisciplinaire permet de :

- Ralentir l'évolution des pathologies chroniques notamment cardiaques, oncologiques et troubles de la mémoire.
- Prévenir et réduire les conséquences physiques et fonctionnelles consécutives à des pathologies soit en phase aiguë et/ou chronique.
- Diminuer les douleurs associées aux symptômes.
- Maintenir la capacité fonctionnelle à son meilleur niveau possible.
- Diminuer le risque et la peur de chuter.



COMMENT ?

Une consultation est requise au préalable à l'hôpital de jour gériatrique.

La **prise en charge** sera réalisée par une **équipe pluridisciplinaire** : des kinésithérapeutes, ergothérapeutes, neuropsychologues, diététiciens...

QUELS ASPECTS SONT TRAVAILLÉS ?

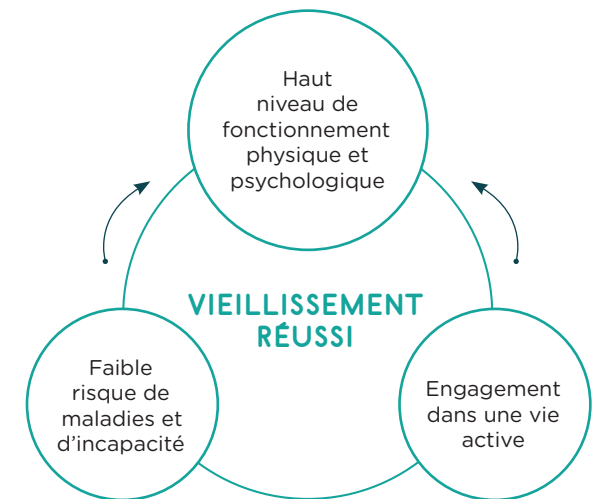
- Les kinésithérapeutes travailleront l'**endurance** et la **force musculaire**, la **coordination** et l'**équilibre**.
- Les ergothérapeutes travailleront la **prévention des chutes, les activités de la vite quotidienne** et vous fourniront de nombreux conseils.
- Les neuropsychologues travailleront sur la **stimulation cognitive**.
- Les diététiciens travailleront sur une **alimentation adéquate** pour prévenir le vieillissement.



MODALITÉS PRATIQUES :

- Être en tenue de sport : pantalon et chaussures adaptées au sport
- Prendre sa gourde
- Prendre un essuie
- Rendez-vous directement au B4 sans passer par l'accueil

DÉFINITION VIEILLISSEMENT RÉUSSI



L'ÉQUIPE

- **D' Higuet Sandra**
Chef de service - Gériatrie
- **D' Denewet Nathalie**
Médecin - Gériatrie
- **D' Asthana Vandana**
Médecin - Gériatrie
- **Petit Christel**
Service Kiné