En pratique

CHU HELORA
Hôpital de Warquignies
Rue des Chaufours, 27 - 7300 Boussu
2ème étage de l'aile D

065 38 58 75

hopjour.geriatrique.warquignies@helora.be

En savoir plus
sur le service de Gériatrie ?
Rendez-vous
sur **www.helora.be**

Une navette gratuite entre les hôpitaux de Mons-Constantinople et Warquignies est mise à votre disposition toute la journée. Elle passe d'un site à l'autre toutes les heures de 7h00 à 19h00.

Facebook
CHU Helora - Mons & Warquignies

www.helora.be

GERI-DOC-050-V3 - Septembre 2026

HELORA
HÔPITAL DE WARQUIGNIES

REVALIDATION GÉRIATRIQUE DE JOUR

« Parcours Bien Vieillir »

Objectif : préserver son indépendance et son autonomie, rester actif et continuer les activités qui sont importantes pour soi.

Le « Parcours Bien Vieillir » est un programme de 12 semaines conçu pour vous accompagner afin de :

- Préserver votre indépendance, votre mobilité et prévenir le risque de chute.
- Mieux comprendre votre fonctionnement cognitif.
- Découvrir des stratégies utiles au quotidien pour maintenir votre autonomie.
- Retrouver confiance en vos capacités et renforcer votre estime de soi.
- Échanger et partager votre expérience avec d'autres participants.
- Rompre la solitude, retrouver du sens, créer du lien.

VOTRE PARCOURS

1. NOUS FAISONS CONNAISSANCE

Avant de débuter le programme, une évaluation pluridisciplinaire est réalisée à l'hôpital de jour gériatrique afin de mieux connaître vos besoins, vos ressources, et vos objectifs.

2. NOUS CONSTRUISONS VOTRE PROGRAMME

Avec vous, nous définissons des objectifs afin de construire ensemble un parcours adapté à votre situation et à vos objectifs.

3. LE PARCOURS DÉBUTE !

Pendant 12 semaines, tous les mercredis, de 9h15 à 15h30, vous participez à des ateliers animés par notre équipe pluridisciplinaire.

Le parcours se déroule en petit groupe, dans un cadre bienveillant, favorisant les échanges, le respect du rythme de chacun et le plaisir de participer.

Le « Parcours Bien Vieillir » est animé par une équipe pluridisciplinaire qui vous accompagne tout au long de votre parcours:

- Gériatre
- Infirmière
- Ergothérapeute
- Kinésithérapeute
- Neuropsychologue
- Psychologue
- Diététicienne

À LA FIN DU PARCOURS

À l'issue des 12 semaines, un bilan pluridisciplinaire est réalisé. Des conseils, des outils pratiques, et des recommandations vous sont proposés afin de vous accompagner dans votre quotidien.

QUE DEVEZ-VOUS APPORTER ?

- La liste de vos médicaments.
- Les médicaments et/ou traitements à prendre sur le temps de midi (comprimés dans leur emballage d'origine, insuline, injection...).
- Vos appareils auditifs.
- Vos lunettes (de vue et de lecture).
- Votre aide à la marche.