

CONTACT



Pour plus d'informations ou
pour prendre rendez-vous

03.66.20.04.74

(du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 13h à 16h)

institutsenior.hph@elsan.care



Polyclinique du Parc

48 Rue Henri Barbusse
59880 Saint-Saulve

 **ELSAN**

HÔPITAUX PRIVÉS DU HAINAUT

POLYCLINIQUE VAUBAN

POLYCLINIQUE DU PARC

CENTRE DE RÉÉDUCATION FONCTIONNELLE DE LA ROUGEVILLE



PROGRAMME FRAGILITÉ

UNE ÉQUIPE DE SPÉCIALISTES DÉDIÉE

INSTITUT DU SÉNIOR - INSTITUT DOULEUR

Notre santé autrement

UN PROGRAMME ENCADRÉ ET ADAPTÉ À VOS BESOINS

Le programme a lieu à la Polyclinique du Parc à Saint Saulve.
Il se déroule sur 5 semaines consécutives avec des ateliers de 3h,3 fois par semaine.

Il a pour objectifs :

- améliorer la santé des séniors dans ses 3 dimensions (physique, psychique et sociale)
- aborder des notions telles que la mémoire, l'attention, la concentration
- contribuer à la prévention des pathologies chroniques liées à l'âge
- obtenir des conseils pour améliorer certains aspects de son hygiène de vie (sommeil, alimentation, activité physique)
- préserver son autonomie le plus longtemps possible grâce à des informations afin d'éviter les chutes et d'aménager son environnement

LA PRISE EN CHARGE

Avant d'intégrer le programme, vous bénéficierez d'un bilan d'aptitudes à la reprise d'activité avec un médecin et une infirmière et d'un rééducateur.

A la fin du parcours, une séance de bilan final sera réalisée afin de faire le point sur vos objectifs et vos attentes.

Ce programme est entièrement pris en charge.

LE PROGRAMME



Un programme centré sur...

- ✓ la prévention des pathologies et des troubles liés à l'âge
- ✓ des conseils pour maintenir ou retrouver son autonomie
- ✓ des activités physiques douces afin de maintenir son équilibre et ses déplacements



Des temps personnalisés pour...

- ✓ faire le point avec les soignants (bilan)
- ✓ réaliser une évaluation à mi-parcours
- ✓ réfléchir à ses propres solutions à mettre en place
- ✓ répondre à vos questions



Des temps collectifs pour...

- ✓ partager en groupe
- ✓ écouter, être écouté et communiquer
- ✓ découvrir et échanger des astuces pratiques
- ✓ être accompagné dans son parcours

L'EQUIPE

Une équipe pluridisciplinaire vous accompagnera tout au long du programme pour permettre une prise en charge globale.

Cette équipe est composée de médecin, infirmier, ergothérapeute, kinésithérapeute, professeur de sport adapté, diététicienne, psychologue, assistante sociale.