Envie de participer à nos séances collectives ?

Contactez-nous pour recevoir de plus amples informations.

CONTACT & INSCRIPTION

☎ 071 10 80 37

RESPONSABLES DU PROGRAMME

Noéline PAUWELS
Ergothérapeute
Mélissa DUCARME
Ergothérapeute

COM_094 (05/07/22)

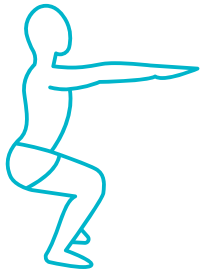
GHdC asbl

École du dos et ergonomie

GRAND HÔPITAL de CHARLEROI

Philosophie

- Le patient est au centre du programme de soins et donc le mieux placé pour pouvoir contrôler certains facteurs d'entretien ou d'aggravation de sa pathologie.



Apprendre

↓

Comprendre

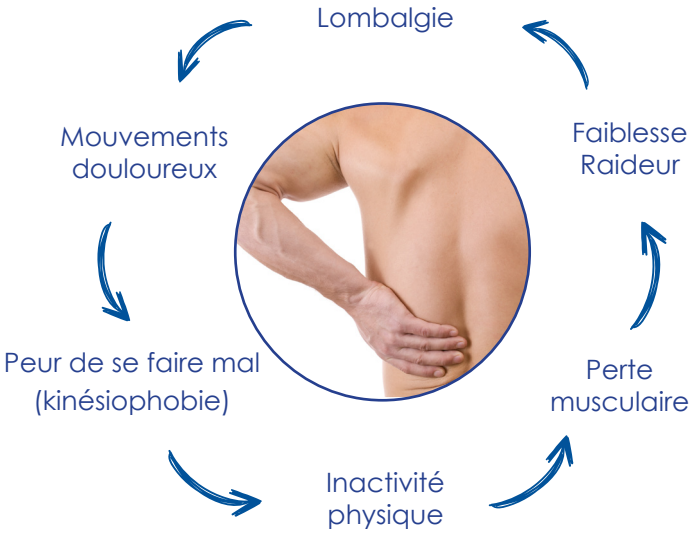
↓

Agir

Objectifs

Le patient doit être capable de se prendre en charge afin de soulager sa pathologie:

- En évitant des mauvaises postures.
- En obtenant certains réflexes utiles.
- En l'amenant à réfléchir sur les situations à risque dans son quotidien.
- En lui apprenant à éviter les pièges conduisant au déconditionnement.



En pratique

Le programme est composé de 6 séances collectives ayant pour but d'informer le patient sur sa pathologie.

Ces séances contiennent des notions d'anatomie et de biomécanique permettant de mieux cerner le fonctionnement de la colonne.

Elles abordent également l'économie rachidienne, les causes et les traitements des maux de dos.

Les horaires

Deux possibilités d'horaire:

- Le matin
- L'après-midi

Où?

GHdC • Médecine physique & réadaptation

Site Reine Fabiola • Centre de réadaptation

73, Avenue du Centenaire

6061 Montignies-sur-Sambre

☎ 071/10.80.35

Choix à déterminer par votre médecin lors de la consultation

- ☐ 6 séances d'éducation gestuelle à raison de 2 séances par semaine durant 3 semaines : cette prise en charge fait partie intégrante du programme d' «Ecole du dos».
- ☐ 36 séances «Ecole du dos» à raison de 2 séances par semaine sur une période de 6 mois :
  - Prise en charge pluridisciplinaire (ergothérapeutes, kinésithérapeutes, psychologues, médecins ...).
  - Contenu des séances :
    - Programme individuel spécifique à chaque patient.
    - Exercices en collectif.
    - Séances collectives d'éducation gestuelle.
    - Renforcement musculaire spécifique.