

Pourquoi une revalidation gériatrique ?

Avec l'avancée en âge, certaines capacités peuvent diminuer progressivement : force musculaire, équilibre, vitesse de marche, mémoire, endurance et autonomie.

NOTRE OBJECTIF :

- récupérer un maximum d'autonomie
- prévenir les complications du vieillissement
- maintenir les capacités physiques et cognitives
- améliorer la qualité de vie
- favoriser un retour à domicile sécurisé

Une prise en charge centrée sur les capacités restantes et le vieillissement en bonne santé.

Définition du vieillissement réussi et du maintien de ses capacités intrinsèques.
L'objectif est de pouvoir continuer à faire les activités qui vous plaisent.

Informations pratiques

Programme de Revalidation Multidisciplinaire Gériatrique

- Se rendre à l'hôpital de jour gériatrique pour la prise en charge
- Venir en tenue « de sport » (training ou vêtement confortable, chaussures adaptées et fermées)
- Prendre une gourde et un essuie
- Prévoir une participation de 50€ par mois

Consultation et admission sur orientation médicale

Contact :
Téléphone :
E-mail :
Adresse :
Site internet :

« Ajouter de la vie aux années, et pas uniquement des années à la vie. »



HÔPITAL UNIVERSITAIRE
DE BRUXELLES
ACADEMISCH ZIEKENHUIS
BRUSSEL



Hôpital Erasme
Route de Lennik 808
1070 Bruxelles
T +32 (0)2 555 31 11
M communication@hubruxelles.be

www.erasme.be

Editeur responsable : Service de communication H.U.B.
Hôpital Erasme
Route de Lennik 808 - 1070 Bruxelles
07/2026



HÔPITAL UNIVERSITAIRE
DE BRUXELLES
ACADEMISCH ZIEKENHUIS
BRUSSEL



Maintenir ses capacités, préserver son autonomie, garder son cerveau en bonne santé

Une approche moderne du vieillissement actif dans la bonne humeur :

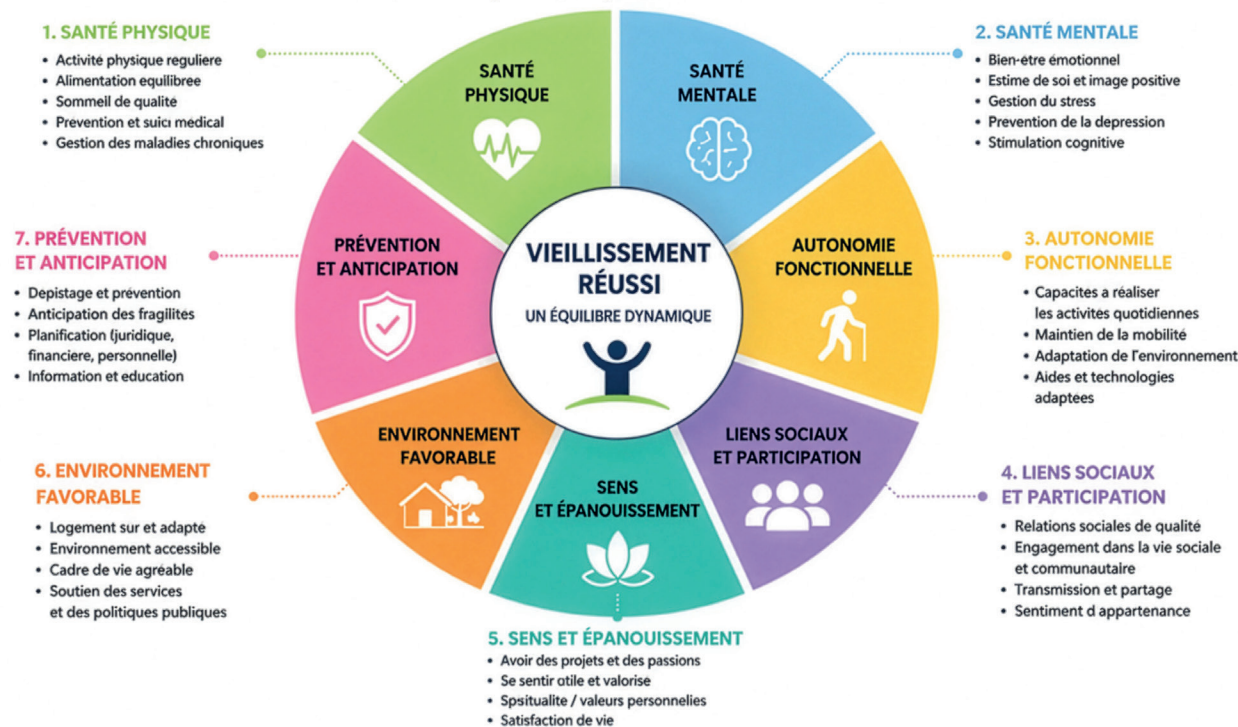
- Évaluation globale gériatrique
- Activité physique adaptée
- Rééducation personnalisée
- Prévention de la perte d'autonomie
- Approche cognitive et nutritionnelle, psychologique et fonctionnelle

« Le mouvement comme médicament »



LES DIFFÉRENTS PANS DU VIEILLISSEMENT RÉUSSI

"Vieillir en bonne santé, actif et épanoui, en préservant son autonomie et son sens à la vie"



LE VIEILLISSEMENT RÉUSSI
est le résultat d'une interaction continue entre ces différents pans.

Chaque personne vieillit à son rythme :
l'important est de cultiver ses forces, ses liens et ses envies.

Un programme personnalisé

Chaque patient bénéficie d'une évaluation avant et après le programme.

Des objectifs personnels lui sont proposés.

Les kinésithérapeutes travaillent le renforcement musculaire, l'équilibre, la marche et la coordination du mouvement.

Les ergothérapeutes et les infirmières travailleront sur la prévention des chutes et fourniront les conseils utiles pour être plus efficace dans les activités de la vie quotidienne.

Les neuropsychologues travailleront la stimulation cognitive.

Les diététiciens travailleront sur l'intérêt d'une alimentation équilibrée et alternative ayant des effets protecteurs cérébraux et cardiovasculaires.

À qui s'adresse le programme ?

Le programme s'adresse en priorité aux patients présentant des plaintes de mémoire légère et ayant déjà été évalué.

Tout patient présentant un risque de chute, de déclin fonctionnel peut également intégrer le programme après une évaluation initiale par le gériatre.

Il est essentiel à partir de 70 ans (voire avant) de garder une bonne condition physique.

NOTRE OBJECTIF :

- préserver les capacités intrinsèques et les performances cognitives
- maintenir la participation sociale
- améliorer la qualité de vie

Une équipe multidisciplinaire spécialisée

Le programme repose sur une collaboration étroite entre :

- Médecin gériatre
- Kinésithérapeute
- Ergothérapeute
- Neuropsychologue
- Infirmier spécialisé, secrétaire
- Diététicienne

Chaque professionnel contribue à préserver l'autonomie et les capacités fonctionnelles du patient.

Une prise en charge deux fois par semaines par un kinésithérapeute durant une heure.

Des activités de groupe senior pendant trois mois avec l'intervention des différents paramédicaux (30-45min) dans le but de viser le maintien de ses capacités (mémoire, mobilité, force, équilibre, alimentation, relaxation...).