Localisation des ateliers

HOPITAL HENRI MONDOR :
Service de Neurologie, 3è étage
1 rue Gustave Eiffel, 94000 Créteil
Accès : Autoroute A4 et A86
Métro : ligne 8, station Créteil-Échat, Bus 172, 281 ou 104

CLINIQUE DE MONTEVRAIN :
15 – 17 route de Provins, 77144 Montévrain
Accès : Autoroute A4 sortie 12.1

A VOTRE DOMICILE
Pour les ateliers en distanciel (par visio)

Pour toute information

www.parkinson-mondor.fr

Infirmières Coordinatrices :
01 49 81 23 16
ide.parkinson.hmn@aphp.fr

Secrétariat :
Mme SIMONI Patricia
01 49 81 23 03
patricia.simoni@aphp.fr

Une équipe à votre écoute

Une équipe pluridisciplinaire spécialisée, issue du Centre Expert Parkinson de l'hôpital Henri Mondor et composée de :

- **neurologues**
- **infirmières**
- **psychologue**
- **neuropsychologue**
- **assistante sociale**
- **diététicienne**
- **kinésithérapeute**

A laquelle s'ajoute :

- **l'équipe de nos patients-ressource**
- **l'équipe de la Clinique de Rééducation de Montévrain (77)**
- **nos partenaires du Centre de Rééducation de Coubert (77)**
- **l'équipe de l'unité de Neurorééducation de l'hôpital A. Chenevier (94)**

MIEUX VIVRE

AVEC

LA MALADIE DE PARKINSON

CENTRE EXPERT PARKINSON

AKTIPARK

Programme d'Education Thérapeutique
destiné aux patients
et à leurs proches

AP-HP. Hôpitaux universitaires Henri-Mondor

ASSISTANCE PUBLIQUE HÔPITAUX DE PARIS

ars Agence Régionale de Santé Ile-de-France

GROUPE ILE-DE-FRANCE UGECAM
Soigner, rééduquer, réinsérer : la santé sans préjugés

Ramsay Générale de Santé

L'éducation thérapeutique, qu'est-ce que c'est ?

L'Education Thérapeutique du Patient (ETP) est une pratique de santé intégrée à votre parcours de soins et centrée sur vous : vos besoins, vos difficultés, vos ressources.

Elle vous aide à mobiliser vos compétences, comprendre la maladie de Parkinson et ses traitements et à améliorer votre qualité de vie.

Elle concerne à la fois les personnes malades et leur entourage.

Les objectifs :

- acquérir des connaissances
- mieux communiquer
- faire face à des situations difficiles
- acquérir un meilleur sentiment d'efficacité personnelle
- mieux gérer les symptômes et les traitements

Le programme

Pour qui ?

Ce programme gratuit s'adresse à tous les patients parkinsoniens et à leurs proches.

A quel moment ?

- dès l'annonce du diagnostic
- lorsque vous éprouvez des difficultés
- quand votre maladie s'aggrave

Comment ?

Le programme AKTIPARK se déroule en plusieurs étapes :

- un entretien individuel pour explorer vos attentes, vos besoins et définir vos priorités
- l'élaboration d'un programme personnalisé adapté à vos besoins
- votre participation à des ateliers en groupe ou en individuel (en présentiel ou depuis chez vous par visio)
- l'évaluation de vos acquis et l'atteinte de vos objectifs.

Thèmes des ateliers

Ateliers du programme AKTIPARK

A l'hôpital H Mondor et en distanciel :

- Mieux connaître la maladie et ses symptômes
- Mieux comprendre les traitements
- Fluktupark : repérer et gérer les fluctuations
- Conduire avec la maladie de Parkinson
- Faire face, s'adapter, s'affirmer
- Bien dans mon assiette
- Mieux comprendre le parcours administratif et social
- Mémopark : repérer et gérer les difficultés cognitives
- Gérer mon stress
- Travailler avec la maladie de Parkinson
- Mon sommeil, parlons-en
- Oser bouger ! Les bienfaits de l'activité physique
- Aider les aidants
- Faites bonne route ! voix et déglutition

A l'hôpital A. Chenevier :

- Pingpark : oser le tennis de table !

Ateliers du programme AKTIPARK +

Au centre de rééducation de Montévrain :

- La maladie, parlons-en
- Mes traitements, parlons-en
- A votre attention (aspects cognitifs)
- Vécu de la maladie
- Manger sans danger
- Bien chez soi ! (ergothérapie et social)
- Mon sommeil : parlons-en
- Auto rééducation
- Atelier percussions