

Localisation des ateliers

HOPITAL HENRI MONDOR :

Service de Neurologie, 3^e 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 :

**Mmes DE RAEVE Mégane, DREANO Marie et
SGARD Marine**

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



AKTIPARK

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



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

L'Éducation 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

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