Contacts

Une équipe de soins pluridisciplinaires pour vous informer et vous accompagner

NOTRE ÉQUIPE SE COMPOSE DE :

- Physiothérapeute :
- Phychologue :
- Kinésithérapeutes :
- Ergothérapeutes et ergonomes :

Contacts

- Secrétariat médical : 063/55.**13.12**
- Secrétariat de kiné : 063/55.**61.72**
- Kiné école du dos : 063/55.**61.60**

Horaires

Lundi	8h-12h	13h-16h30		
Mardi	8h30-11h	10h30-14h	13h-16h30	16h30-19h
Mercredi	8h30-12h	15h30-18h		
Jeudi	8h-11h	10h15-13h	17h-19h	
Vendredi	8h-11h	10h-13h	14h-16h	16h30-18h30

Vivalia
Hôpital de Libramont

Service de kinésithérapie
École du dos

Avenue de Houffalize 35
6800 Libramont-Chevigny

www.vivalia.be

L'ÉCOLE du DOS
Vivalia Libramont

www.vivalia.be

Vivalia

Vivalia
Votre santé, notre quotidien

www.vivalia.be



Réadaptation Fonctionnelle du Rachis

Service de kinésithérapie



Revalidation Fonctionnelle du Rachis (RFR)

Le programme de Revalidation Fonctionnelle du Rachis (RFR) vous accompagne grâce à une prise en charge multidisciplinaire, personnalisée et progressive.

Notre objectif est de vous aider à :

- Diminuer vos douleurs
- Renforcer les muscles de votre dos et de votre tronc
- Améliorer votre condition physique
- Retrouver confiance dans vos mouvements
- Reprendre vos activités quotidiennes avec plus de confort

Ce programme est fait pour vous si...

- ☑ Vous souffrez d'une lombalgie chronique (douleurs présentes depuis plus de 3 mois).
- ☑ Vous préparez une intervention chirurgicale du rachis.
- ☑ Vous êtes en rééducation après une chirurgie du rachis, une fois la période de cicatrisation terminée.

Votre prise en charge en 3 étapes

1. Une consultation médicale

Une première consultation avec un médecin en médecine physique et réadaptation permet de vérifier que le programme RFR est adapté à votre situation et à vos objectifs.

2. Des bilans tout au long du parcours

Afin de mesurer votre évolution, des évaluations sont réalisées au début, à mi-parcours et en fin de prise en charge.

Ces bilans permettent notamment d'évaluer :

- la force des muscles du rachis ;
- l'impact des douleurs sur votre qualité de vie ;
- votre capacité à réaliser les activités du quotidien ;
- votre appréhension du mouvement (kinésiophobie).

3. Un programme personnalisé

Selon vos besoins, votre prise en charge peut comprendre :

- Endurance aérobie (vélo / tapis roulant)
- Renforcement musculaire spécifique
- Etirements
- Hydrothérapie (gym de groupe)
- Ergothérapie et ergonomie
  - Conseils et adaptation du poste de travail et du domicile
  - Apprendre à économiser son dos dans les activités quotidiennes

Les avantages du programme :

- 36 séances à raison de 2 séances/semaine
- Une durée maximale de 6 mois
- Un accompagnement par une équipe pluridisciplinaire
- Un programme entièrement personnalisé

Prise en charge financière :

Le programme est accordé une seule fois par votre **mutualité**, pour une même situation clinique.

Une participation du **Fonds des maladies professionnelles** peut être envisagée dans certaines situations.