

La Fondation Arc-en-Ciel gère des établissements et services œuvrant en Bourgogne-Franche-Comté dans les champs sanitaire, médico-social et médico-éducatif.

Reconnue d'utilité publique et à but non lucratif, elle accueille des personnes fragilisées par la maladie, le grand âge ou le handicap.



LE CMPR BRETEGNIER

Établissement de la Fondation Arc-en-Ciel, le Centre Bretegnier propose une prise en charge de rééducation et de réadaptation pour des patients présentant des pathologies neurologiques (médullaires, neurovasculaires, traumatismes crâniens), neuro-évolutives ou présentant des affections de l'appareil locomoteur (traumatologie, amputation). Il accueille aussi des patients en état végétatif et pauci-relationnel.



**Fondation
ARC·EN·CIEL**

Ensemble, avec vous, pour vous

PÔLE SANTÉ

CMPR Bretegnier

14 rue du Docteur Gaulier | 70400 HÉRICOURT

Tél. 03 84 46 56 56

www.fondation-arcenciel.fr



MIEUX VIVRE AVEC UNE LOMBALGIE



**Fondation
ARC·EN·CIEL**

Ensemble, avec vous, pour vous



LE PROGRAMME D'ÉDUCATION

Dans un premier temps, avec plusieurs thérapeutes de l'équipe, vous établirez **votre bilan éducatif** : c'est-à-dire des objectifs à définir ensemble en fonction de vos attentes, afin de personnaliser le programme collectif auquel vous participerez.

À l'issue de ces échanges et bilans, des entretiens et ateliers vous seront proposés en séances collectives **dans le but de répondre au mieux à votre demande de soins.**

Notre action vise à **améliorer votre qualité de vie** , à vous apprendre à mieux connaître votre pathologie et gérer ses conséquences.

Suite à votre participation à ce programme, nous transmettrons une synthèse pluridisciplinaire aux partenaires adresseurs (médecin traitant, médecin du travail, ...).

LES OBJECTIFS DU PROGRAMME

- Vous aider dans votre mobilité quotidienne : techniques de renforcement musculaire réentraînement à l'effort
- Vous aider à connaître et pratiquer des activités physiques adaptées.
- Vous aider à connaître votre corps et ses limites.
- Vous aider à vous maintenir :
 - votre vie professionnelle,
 - vie sociale
 - vie domestique.



ÊTRE BIEN ACCOMPAGNÉ

Ce programme vous est proposé pour vous aider à mieux vivre avec votre pathologie et améliorer votre qualité de vie.

Il se déroule au Centre de Médecine Physique et de Réadaptation Bretegnier

sur
 8 semaines
en accueil de jour

Tous les vendredis
après-midi

Vous serez accompagné par une équipe pluridisciplinaire composée d'un médecin référent et de professionnels de santé (infirmière, professeur d'activité physique adaptée, kinésithérapeute, ergothérapeute, chargée d'insertion professionnelle, diététicienne, ...).