

VOUS PROPOSE SON PROGRAMME

D'éducation thérapeutique pour les personnes souffrant de "maux de dos".

Ce programme a lieu dans le cadre d'une hospitalisation complète ou de jour, et est pris en charge par l'assurance maladie sur prescription médicale.

IPOCADOS



- ✓ Un programme de 4 semaines.
- ✓ Un plateau technique moderne.
- ✓ Une prise en charge pluridisciplinaire.
- ✓ Des techniques novatrices.
- ✓ Des systèmes d'informations spécifiques.
- ✓ Vos droits.
- ✓ Vos aides.
- ✓ Le reclassement professionnel.
- ✓ Notre écoute.
- ✓ Notre soutien.
- ✓ Une collaboration entre VOUS et NOUS pour le mieux-être.

LA DOULEUR

Douleurs et médicaments.
Douleurs et médecines parallèles.
Douleurs et fascias viscérales.
Douleurs et cultures.

LE MOUVEMENT

Primogym; Aquagym; Activités physiques adaptées; Gymball; Élastiques; Ergomotricité; Musculation; Étirements.

LE STRESS

Initiation aux thérapies cognitivo-comportementales; Automassages; Hypnose; Relaxation; Art-thérapie; Tai Chi et Qi Gong; Psychologie.

LES CONSEILS

Les pieds; Ergonomie; Prophylaxie quotidienne et professionnelle; l'autogym; L'environnement.

LES TECHNIQUES

Méthodes Expositive, participative, démonstrative, interactive, interrogative et active.
Métacognition. Méthode de manutention des charges de Paul Dotte. Vidéopédagogie.
Étude de cas et partage d'expériences.

LA RÉINSERTION PROFESSIONNELLE

Le médecin du travail; l'ergonomie; l'ergomotricienne; l'ergothérapeute; l'assistante sociale.

Médecins
Kinésithérapeutes
Ergothérapeute
Ergomotricienne
Professeur d'activités physiques adaptées
Art-thérapeute
Psychologue
Ostéopathe
Diététicienne
Ergonome
Podologue
Infirmière
Assistante sociale



LES CONTACTS

Christine BERNARD Cadre de Santé
Coordonnatrice du programme
04 92 98 40 23
c.bernard@ipoca.fr

Docteur Fanny BALAS Médecin

SECRETARIAT MEDICAL IPOCADOS
04 92 98 40 34
secmed.ipocados@ipoca.fr

LE PROGRAMME EN LIGNE

www.oscarsante.org

Institut Polyclinique de Cannes
33, boulevard d'Oxford
06400 Cannes
Tél.: 0 826 200 210