Dans votre valise

- **Nécessaire de toilette**
- **Tenues de sport**

  * Chaussures de sport
  * Joggings et T-Shirts
  * Short de cycliste rembourré (qui rendra plus confortables les séances de vélo)
- **Tenues de balnéothérapie**
  * Maillots de bain
  * Une grande serviette de bain
  * Peignoir de bain si vous le souhaitez
  * Bonnet de bain obligatoire

- **Tenues de rechange**
  * Vêtements de ville
  * Bonnet, casquette, écharpe, gants pour les activités extérieures
- **Matériel**
  * Chronomètre
  * Appareils respiratoires en votre possession (peak flow, triflo, flutter, ….)
  * Sac en toile pour votre appareil

NO HOS 170—09/10/18—v03

Pendant votre hospitalisation

Les visites

Les visites sont autorisées le soir à partir de 16h30 jusque 18 h. Après 18h, il faut demander une dérogation d'horaire de visite à la direction.

Pour la santé des enfants de moins de 10 ans, les visites s'effectuent hors du service d'hospitalisation, dans les espaces de convivialité du rez-de-chaussée.

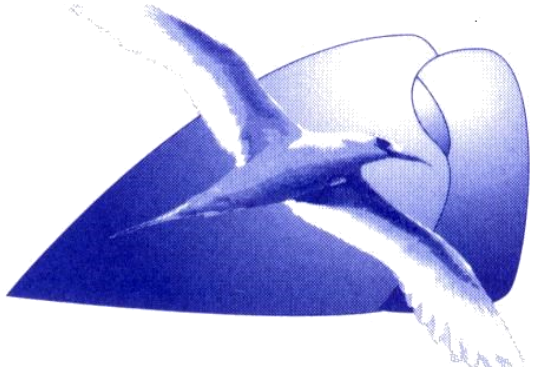
Les permissions de sortie

Les week-ends et fériés, **des « permissions à visée thérapeutique »** *(de moins de 48 h)* peuvent être octroyées :

* du samedi 9h00 au dimanche 18h00 (voire 20h00) ;
* ou du vendredi 17h00 au dimanche 16h00 (impérativement).

Si votre état de santé nécessite un transport médicalisé, le transporteur sanitaire sera choisi et réservé par l'établissement.

Si vous demandez une **permission pour « convenance personnelle »,** vous devez réserver et payer vous - même le transport médicalisé.



Réhabilitation Respiratoire

au centre Cyr Voisin

Groupe Hospitalier LOOS HAUBOURDIN

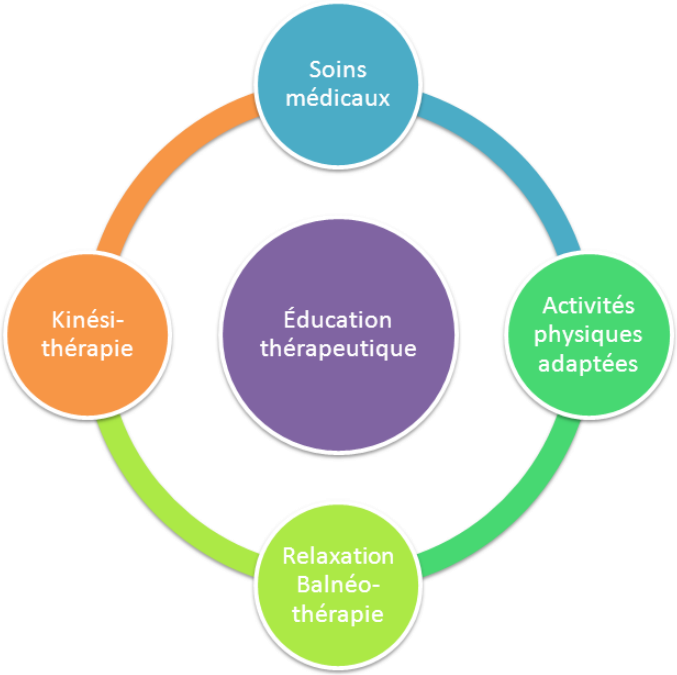
20, rue Henri Barbusse BP 57 -59 374 Loos cedex

☎ 03.62.21.04.00

http://www.ghlh.fr/

La réhabilitation respiratoire

Une prise en charge transdisciplinaire



Vos objectifs

- Diminuer votre **essoufflement**
- **Apprendre** à mieux connaître et gérer votre maladie
- Améliorer votre **résistance à l'effort**
- Améliorer votre **qualité de vie**

L'éducation thérapeutique

Un parcours personnalisé

Votre arrivée

Un **entretien individuel** pour déterminer vos objectifs et vos besoins.

Des **séances éducatives** collectives ou individuelles, avec des outils pédagogiques ludiques et variés.

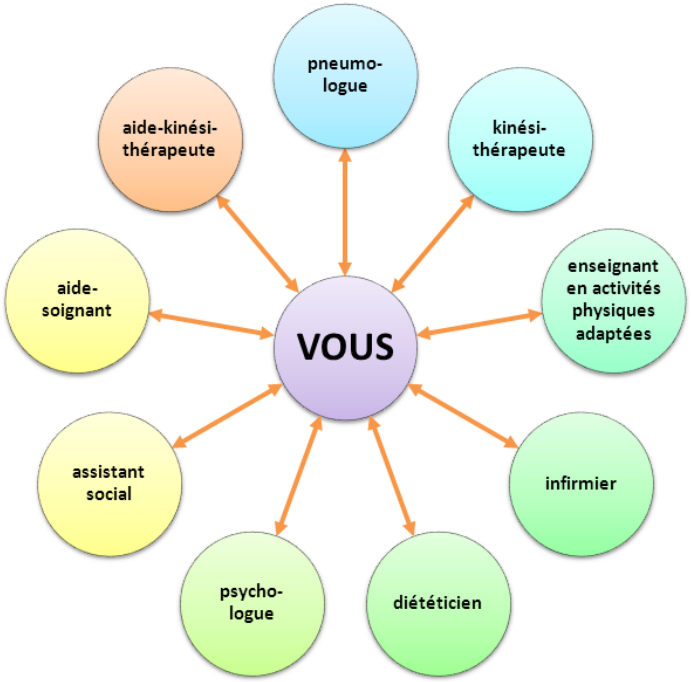
Un **accompagnement quotidien** pour suivre vos progrès

Un **bilan de sortie** pour déterminer vos objectifs futurs, accompagner votre retour à domicile et rester en contact.

Votre retour à domicile

Les activités

Une équipe à votre écoute



Des activités collectives

- Réentraînement à l'effort
- Gymnastique, musculation
- Balnéothérapie
- Relaxation
- Marche extérieure
- Éducation
- ...

Des activités individuelles

- Kinésithérapie
- Soins énergétiques
- Sophrologie
- Éducation
- Prise en charge spécifique