


# Life in rehab

Centre intégré  
universitaire de santé  
et de services sociaux  
du Centre-Ouest-  
de-l'Île-de-Montréal

Québec 

What to expect during your stay at the Richardson Hospital

## Your team

- Doctors
- Nurses
- Licensed practical nurses
- Orderlies
- Occupational therapists
- Social workers
- Nutritionists
- Physiotherapists
- Physiotherapy technologists
- Speech therapists
- Special care counsellors
- Pharmacists
- Pharmacy technicians
- Psychologists
- Unit agents
- Volunteers



## What is rehab?

The Richardson Hospital is a rehabilitation center where you participate in activities and therapies to help promote your recovery. It will also give you tools to help achieve your goals.

**Your goals are our goals!**

## Tips to achieve your goals

- Participate in your therapy sessions.
- Get involved in your daily tasks, like dressing, grooming, eating, and taking your medications.
- Remember to eat and get enough sleep.
- Participate in our Education Circuit!



## Safety tips

- Wash your hands.
- Take your medication as prescribed.
- Ask for assistance when moving.
- Use the call bell.
- Use your mobility aid.
- Wear running shoes.



## Transition planning

Recovery continues after rehabilitation. Working with you and your family, the team will develop a safe discharge plan that is based on your needs.



## Other activities offered

- Exercise groups
- Walking programs
- Relaxation-mindfulness
- Strolls in the park
- ...and more!




Scan this QR code for more information.



# La vie en réadaptation

Centre intégré  
universitaire de santé  
et de services sociaux  
du Centre-Ouest-  
de-l'Île-de-Montréal

Québec 

À quoi vous attendre pendant votre séjour à l'Hôpital Richardson

## Votre équipe est composée de :

- Médecins
- Infirmières
- Infirmières auxiliaires
- Préposés
- Ergothérapeutes
- Travailleur social
- Nutritionnistes
- Physiothérapeutes
- Technologues en physiothérapie
- Orthophonistes
- Éducateur spécialisé
- Pharmaciens
- Techniciens en pharmacie
- Psychologues
- Agents administratifs
- Bénévoles



## C'est quoi la réadaptation?

L'hôpital Richardson est un centre de réadaptation où vous participez à des activités et à des thérapies visant à favoriser votre rétablissement. Nous vous fournirons également des outils pour vous aider à réaliser vos objectifs.

**Vos objectifs sont nos objectifs!**

## Conseils pour atteindre vos objectifs



- Participez à vos séances de thérapie.
- Participez à vos tâches quotidiennes comme vous habiller, faire votre toilette, manger, prendre vos médicaments.
- Manger et à dormez suffisamment
- Participez à nos activités éducatives!

## Conseils de sécurité



- Lavez vos mains.
- Prenez les médicaments prescrits.
- Demandez de l'aide pour se déplacer.
- Utilisez la sonnette d'appel.
- Utilisez votre aide à la mobilité.
- Portez des chaussures de sport.

## Planifier la transition

Le rétablissement se poursuit après la réadaptation. L'équipe planifiera avec vous et vos proches un plan de congé sécuritaire fondé sur vos besoins.



## Autres activités offertes

- Groupes d'exercice
- Programmes de marche
- Relaxation-méditation
- Promenades dans le parc
- ...et plus!



Scanez ce code QR pour plus d'information.

