



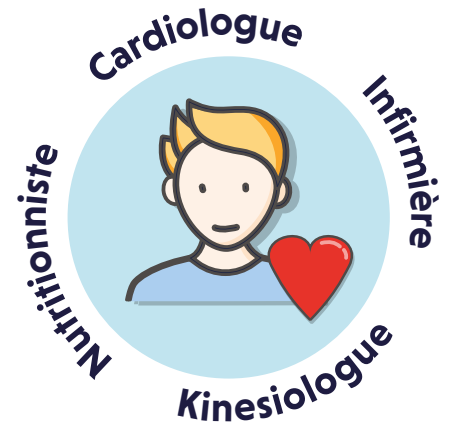


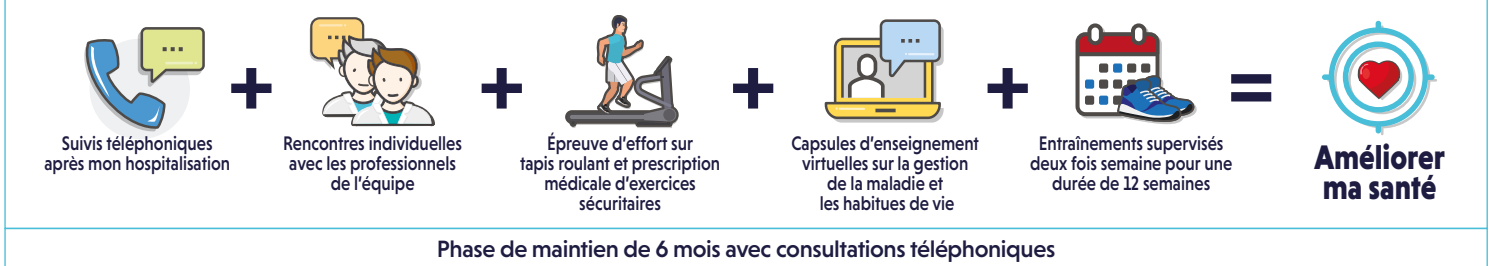
# Programme de prévention et réadaptation cardiométabolique

JE PRENDS LE CONTRÔLE DE MA SANTÉ !

	<b>Accès à une équipe de professionnels de la santé</b>
	<b>Gratuit</b>
	<b>Recommandé par mon cardiologue</b>
	<b>Personnalisé selon mes besoins</b>



## Programme de 12 semaines



### ✓ Je participe pour m'offrir la possibilité de...

- Améliorer ma qualité de vie
- Intervenir en cas de signes et symptômes inquiétants
- Prévenir des problèmes de coeur futurs
- Faire de meilleurs choix alimentaires
- Reprendre mes activités physiques et sportives en sécurité
- Être accompagné pour arrêter de fumer
- Être sécuritaire avec ma médication

## LES COORDONNÉES DU PROGRAMME

### SECTEUR PIERRE-BOUCHER

Tél. : 450-468-7700 | Téléc. : 450 442-5721  
maladies.chroniques.pb.ciassme16@ssss.gouv.qc.ca

### SECTEUR SAINT-HYACINTHE

Tél. : 450 773-4387 | Téléc. : 450 998-2023  
maladies.chroniques.ry.ciassme16@ssss.gouv.qc.ca

### SECTEUR PIERRE DE SAUREL

Tél. : 450 551-8051 | Téléc. : 450 908-8008  
maladies.chroniques.pds.ciassme16@ssss.gouv.qc.ca

**CENTRE  
D'EXPERTISE  
EN MALADIES  
CHRONIQUES**

Centre intégré  
de santé  
et de services sociaux  
de la Montréal-est

Québec