



Fédération
Française de
Cardiologie

UN CŒUR QUI VA,
LA VIE QUI BAT

LES PARCOURS DU

Cœur



Organisé par le club cœur et santé de Mayenne et en collaboration avec l'équipe de réadaptation cardiaque du CHNM le samedi 25 mars 2023 dans le hall d'entrée du centre hospitalier du Nord Mayenne

À 9h00 : départ randonnée pédestre et randonnée VTT (encadrées par le club cœur et santé)

De 10h30 à 11h15 : séance d'activité physique et test de condition physique avec les enseignantes en activité physique adaptée (hall)

11h15 Pause diététique (hall)

A 11h30 et à 12h : Atelier de cohérence cardiaque (salle de réadaptation cardiaque)

A 11h30 et à 12h : Conférence sur les bienfaits de l'activité physique par le docteur Moumen (salle de réunion 2^{ème} étage)

A partir de 10h00 et durant toute la matinée :

Prises de constantes, de glycémie capillaire, dépistage, conseils effectués par les infirmières de l'équipe de réadaptation cardiaque

Conseils et atelier en diététique animés par les diététiciennes de l'équipe de réadaptation cardiaque

J'aime mon cœur, je participe.

www.fedecardio.org

Soutenu par

