



## **AVEZ-VOUS SUBIT UNE CHIRURGIE CARDIAQUE, UNE CRISE DE COEUR OU UN ANGIOPLASTIE?**

### **Conférences coeur en santé -- GRATUIT**

Enregistrez-vous: 514-489-6630 / chip@cvage.ca

#### **1) Le 15 janvier de 14h à 15h30**

- Les événements cardiaques et médicaments
- Information sur les programmes et visite des lieux



#### **2) Le 17 janvier de 14h à 15h30**

- Faire face à la maladie cardiaque et la gestion du stress
- Exercices d'amplitude de mouvement



#### **3) Le 22 janvier de 14h à 15h30**

- Nutrition et santé du coeur
- Exercices d'amplitude de mouvement (si le temps permet)



#### **4) Le 24 janvier de 14h à 15h30**

- Reprendre vos activités
- Exercices d'amplitude de mouvement (si le temps permet)



Les membres de la famille sont les bienvenus.

**Enregistrez-vous pour la semaine gratuite  
d'exercices supervisés**