



Route de Fontevraud - BP 100
49403 Saumur Cedex

Unité de réadaptation et de prévention cardio-vasculaire en ambulatoire



Vous avez présenté un accident coronarien ou une chirurgie cardio-vasculaire. L'évolution a été bonne. Une nouvelle vie commence. Néanmoins, vous vous posez beaucoup de questions tant sur le plan personnel, familial, social, professionnel que sur la possibilité de récurrence.

Une équipe pluridisciplinaire, constituée de cardiologues, d'infirmières, de masseurs-kinésithérapeutes, d'une diététicienne, d'un psychologue et d'un tabacologue, est à votre disposition.



Le réentraînement à l'effort est réalisée sous la surveillance d'un cardiologue, d'une infirmière et d'une kinésithérapeute.



Le programme est totalement personnalisé et s'adapte à chacun au fil de son évolution. L'effort peut se faire sur vélo ou tapis roulant. C'est l'occasion de connaître vos possibilités et vos limites physiques.

L'équipe vous prend en charge
3 jours par semaine, les lundis,
mercredis, vendredis, de 8 h.30
à 16 h.00, durant 7 semaines
de façon ambulatoire.

Déroulement d'une journée

Matin : 8 h 30 - 11 h 15

Entraînement physique -
Activités : gymnastique et travail
d'endurance sur vélo et tapis
roulant.

Déjeuner : 12 h – 13 h 30

La pause repas a lieu au self du
Centre Hospitalier et elle est
encadrée par une diététicienne et
une infirmière.

Après-midi : 13 h 30 – 16 h

Ateliers d'éducation : assurés par
l'équipe pluridisciplinaire et
consacrés à la prévention.



C'est aussi l'occasion de
rencontrer des professionnels
de santé tels que :

- le tabacologue
- la diététicienne
- le psychologue
- l'association « Club Cœur et
Santé du Saumurois ».

Le programme se déroule de
façon collective au sein d'un
groupe de petit nombre,
permettant ainsi les échanges
d'expérience personnelle,
l'entraide et une réelle
convivialité.

Secrétariat : 02.41.53.32.90



Route de Fontevraud – BP 100

49403 Saumur Cedex

Standard : 02.41.53.30.30

E-Mail : direction@ch-saumur.fr

Site internet : www.ch-saumur.fr