



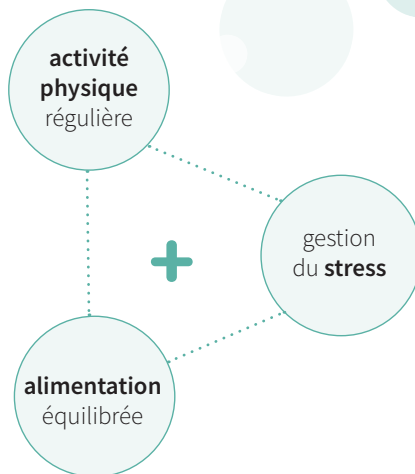
RÉADAPTATION ET PRÉVENTION
CARDIOVASCULAIRE

CVCL SA

PHASE 3

ACTIVITÉS PHYSIQUES ADAPTÉES & PRÉVENTION CARDIOVASCULAIRE

L'activité physique régulière, associée à une bonne gestion du stress et à une alimentation équilibrée, constitue un levier efficace et durable dans la réduction des facteurs de risque cardiovasculaire.



Le CVCL vous propose une **prise en charge individuelle et collective** à l'issue de la réadaptation cardiovasculaire ambulatoire, visant à compléter de manière pertinente votre traitement médical et à préserver durablement votre santé.

Toutes les activités sont accessibles pour améliorer votre santé générale, mais également à titre préventif afin de prévenir les maladies cardiovasculaire, le développement d'un diabète de type 2 ou d'autres maladies métaboliques.

Le programme de phase 3 est reconnu par la Fondation Suisse de Cardiologie. Les séances sont encadrées par des professionnel-le-s qualifié-e-s, spécifiquement formé-e-s à la prévention et à la réadaptation cardiovasculaire.



Fondation Suisse
de Cardiologie

Rue du Grand Chêne 8 | 1003 Lausanne
021 321 05 10 | www.rcv-cvcl.ch



RÉADAPTATION ET PRÉVENTION
CARDIOVASCULAIRE

CVCL SA

NOS PRESTATIONS



Cours d'activités physiques adaptées en groupe



Programme d'activité physique et de prise en charge individualisé



Gestion du stress
Cohérence cardiaque
Relaxation



Diététique et nutrition
Micronutrition



Education thérapeutique:
Gestion des facteurs de risque



Mouvement, sport et santé au travail



Préparation physique spécifique à une discipline sportive



Conseils personnalisés

ASSURANCES

Notre programme de réadaptation et de prévention cardiovasculaire de Phase 3 peut parfois faire l'objet d'une **prise en charge partielle par votre assurance maladie complémentaire**, conformément aux conditions en vigueur de votre assureur et à celles prévues par votre contrat. Nous vous conseillons de les contacter par avance.

INFORMATIONS ET INSCRIPTIONS

Guy Schacher
Dipl. HES Sciences du sport Macolin – Unibe
Swiss Cardiovascular and Diabetes Therapist – Unibe
Préparateur Physique Swiss Olympic – OFSPO

gschacher@cvcl.ch
021 321 05 10

Lun-ven : 9h-11h et 14h-16h



Rue du Grand Chêne 8 | 1003 Lausanne
021 321 05 10 | www.rcv-cvcl.ch



RÉADAPTATION ET PRÉVENTION
CARDIOVASCULAIRE

CVCL SA