





Pour qui?

La réadaptation cardio-vasculaire est recommandée lors de la plupart des maladies cardio-vasculaires :

- suite d'infarctus
- angor stabilisé après traitement médical ou dilatation coronarienne
- suite de chirurgie : pontage coronarien, chirurgie valvulaire, transplantation cardiaque, chirurgie vasculaire lourde
- insuffisance cardiaque chronique stable

Pourquoi?

- Réapprendre à pratiquer en toute sécurité et avec plaisir une activité physique adaptée à vos possibilités et envies.
- Découvrir les bienfaits d'une alimentation saine et équilibrée, contrôler vos facteurs de risque et bien d'autres éléments par le biais d'enseignements théoriques.
- Partager vos émotions et vos expériences lors de discussions, trouver des solutions à vos problèmes personnels, rencontrer d'autres personnes ayant vécu une histoire semblable à la vôtre.





Évaluation médicale

- Bilan du patient après l'événement cardiaque (test d'effort, ECG, entretien avec le cardiologue).
- Contrôle des traitements médicamenteux.
- Planification individualisée du programme de réadaptation.

Programme physique et théorique

Ce programme se déroule sur 10 semaines à raison de 3 demi-journées par semaine. Il comporte :

Une activité physique contrôlée

comportant près de 70 heures de réentraînement en salle de gymnastique et sur les appareils, d'exercices dans l'eau, de marche à l'extérieur et de séances de relaxation

Un enseignement théorique

comprenant une dizaine d'heures d'enseignement données par des médecins, infirmières, psychologues, diététiciennes et physiothérapeutes afin d'acquérir un comportement plus favorable à sa santé.



4 5

Accès

La Clinique romande de réadaptation est très facile d'accès (en transports publics ou en véhicules privés).

Accès en train ou en bus

Depuis la gare de Sion, la ligne BS11 (Gare - Suva) des Bus Sédunois vous conduira directement devant la Clinique (arrêt Suva).

Accès en voiture

Depuis la sortie de l'autoroute Sion-est, suivre les panneaux « Clinique SuvaCare ».

Contact

Hôpital du Valais **Hôpital de Sion**

Epreuves fonctionnelles

Av. du Gd Champsec 80 Case postale 736 1951 Sion

Téléphone +41 27 603 86 86 Télécopie +41 27 603 45 68





Clinique romande de réadaptation

Av. Grand-Champsec 90 Case postale 352 CH-1951 Sion

T. +41 27 603 30 30

info@crr-suva.ch www.crr-suva.ch







Réf. crr_5002_fr Décembre 2021