



Une organisation...

...qui permet de concilier une activité personnelle ou professionnelle et un temps de réadaptation prescrit par le médecin

- en demi-journée
- en petits groupes dans une ambiance conviviale
- en suivi individuel personnalisé
- prise en charge par la Sécurité Sociale : parlez-en à votre médecin

Autres possibilités proposées par l'établissement :

- **séjour en hospitalisation complète** à « La Grange-sur-le-Mont » à Pont d'Héry (39)
- **stage en hospitalisation de jour** à « La Grange-sur-le-Mont » à Pont d'Héry (39) ou au CRCP des Hauts de Chazal à Franois (25)

Centre de Réadaptation Cardiologique et Pneumologique de Franche-Comté

Unité ambulatoire d'Héricourt

14 rue du Docteur Gaulier

70400 Héricourt

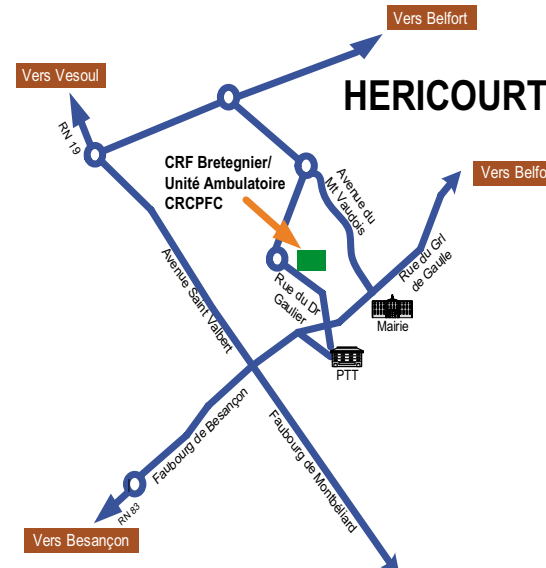
Tél. 03 84 46 56 60

Fax 03 84 46 56 66

uh@crpcf.fr

www.fondation-arcenciel.fr

Plan d'accès



Parking à disposition devant l'établissement

La Fondation Arc-en-Ciel gère et anime sept établissements oeuvrant en Franche-Comté dans les champs sanitaire, médico-social et médico-éducatif.

Elle conduit une mission d'intérêt général à but non lucratif, se positionnant en alternative et en complémentarité aux secteurs marchand et public.

Fondation Arc-en-Ciel, service communication, 13 décembre 2010



**Centre de
Réadaptation
Cardiologique et
Pneumologique
de Franche-Comté**



Unité Ambulatoire
d'Héricourt



Vous avez un problème
cardiaque et/ou respiratoire...



Notre centre peut vous aider...

Vous êtes concerné(e) par :

- une maladie des artères
- un problème coronarien (infarctus, pose de stent)
- une insuffisance cardiaque chronique
- un suivi post-opératoire après chirurgie cardiaque ou pulmonaire
- la prévention de maladies cardio-respiratoires (diabète, HTA, hypercholestérolémie, surcharge pondérale, tabagisme...)
- un problème respiratoire (BPCO, emphysème, asthme...)

Votre stage, d'une durée moyenne de 20 séances, vous permettra de bénéficier d'un programme thérapeutique spécialisé dans la prévention et le traitement des maladies cardiaques et respiratoires.

À travers des activités physiques, un accompagnement médical et paramédical, un accompagnement nutritionnel ainsi qu'un soutien psychologique et social, ce programme vous aidera à :

- adopter de nouveaux comportements bénéfiques à votre santé (gestion du stress, sevrage tabagique...)
- acquérir un ensemble de connaissances sur la pathologie chronique, les traitements, l'alimentation et sur vous-même
- reprendre confiance en vous

Ce stage permettra d'agir efficacement sur l'évolution de votre maladie et ainsi améliorer votre qualité de vie.

UNE ÉQUIPE A VOTRE ÉCOUTE

Composée de

- médecins spécialistes (cardiologues et pneumologues)
- infirmières
- kinésithérapeutes
- professeurs d'activité physique adaptée
- psychologue
- diététicienne
- assistante sociale
- secrétaire

elle vous proposera un programme thérapeutique personnalisé, adapté à votre état de santé.

DES MOYENS

L'unité dispose d'un ensemble de moyens performants qui comprend entre autres :

- une équipe médicale et paramédicale spécialisée
- un plateau technique médical spécialisé (échocardiographie, épreuve d'effort cardiorespiratoire)
- des salles d'activité physique et de relaxation
- des parcours de marche extérieurs
- un accès à des activités aquatiques
- une cuisine pédagogique



UNE SPÉCIFICITÉ : L'ÉDUCATION THÉRAPEUTIQUE

Notre accompagnement éducatif vous permettra de construire, au fil du séjour, de nouvelles connaissances et de nouvelles compétences.

- Des ateliers collectifs d'information et d'éducation thérapeutique (connaissance des maladies, facteurs de risque, gestion des traitements, alimentation, gestion de l'effort...)
- Un suivi individuel personnalisé

... et accompagner un changement