



Nouvelles du Centre de la prévention et du mieux-être et du Centre canadien de santé cardiaque pour les femmes



Le Sommet sur la santé cardiaque des femmes de 2016

Organisé par l'Institut de cardiologie de l'Université d'Ottawa et la Fondation des maladies du cœur et de l'AVC, le Sommet canadien sur la santé cardiaque des femmes de 2016 se déroulera les 14 et 15 avril 2016 à l'hôtel The Westin Ottawa, situé au centre-ville d'Ottawa.

Cet événement rassemblera des experts et des intervenants locaux, provinciaux et nationaux qui tenteront de proposer des solutions aux défis entourant les maladies du cœur chez les Canadiennes. En unissant nos efforts, nous réussirons à transformer et à sauver la vie des femmes grâce à la recherche, à la sensibilisation et à des soins éprouvés. Restez à l'écoute pour savoir comment participer à cet événement marquant. Renseignements : www.votrecoeur.ca

Tournoi de golf « Robe rouge »

Le Tournoi de golf « Robe rouge » Jeanne Fuller est une activité de financement exclusivement féminine organisée au bénéfice du Centre canadien de santé cardiaque pour les femmes. Cet événement permet à des femmes de se réunir pour s'encourager, s'épauler et s'informer – tout en s'amusant! Une foule d'activités sont offertes tout au long de la journée : yoga, clinique de golf, soins esthétiques, etc. Soyez des nôtres!

QUAND : Lundi 21 septembre 2015

Où : Loch March Golf & Country Club

Prix : Golfeuse individuelle : 295 \$/Quatuor : 1 180 \$

[Renseignements sur le tournoi de golf et inscriptions](#)

Un programme de soins virtuel dès l'automne 2015

Le Centre canadien de santé cardiaque pour les femmes s'apprête à lancer le tout premier programme de soins virtuel. Ce programme reposera sur un système en ligne de gestion de la santé cardiovasculaire pour aider les participantes à maîtriser et à gérer leurs facteurs de risque. Il offrira des forums d'entraide, des outils de suivi de la santé, un lien à des moniteurs d'activité et plus encore. Les participantes qui ont une maladie du cœur ou qui sont à risque de maladie du cœur pourraient aussi bénéficier de services de conseils personnalisés sur la santé.

Offert bientôt! Suivez-nous sur [Facebook](#), où nous publierons d'autres renseignements sur le programme!

Inscrivez-vous au dernier atelier Femmes@cœur de 2015!

Les femmes qui subissent un événement cardiaque doivent relever des défis différents de ceux des hommes. Certains de ces défis ne peuvent être pleinement compris que par d'autres femmes confrontées aux mêmes circonstances.

Les groupes du programme Femmes@cœur se réunissent toutes les deux semaines dans un cadre bienveillant, empreint de solidarité, où les participantes apprennent à :

- diminuer leur risque d'isolement;
- adopter des stratégies d'adaptation efficaces pour faciliter la convalescence;
- mieux comprendre leur maladie du cœur afin d'optimiser leur récupération.

Le dernier atelier de 2015 commencera le 20 octobre à Bells Corner. Vous pouvez vous inscrire au 613-798-5555, poste 19275, ou au moyen du formulaire d'[inscription en ligne à l'atelier Femmes@cœur](#). Le nombre de places est limité. *Rendez-vous sur notre site Web pour en savoir plus sur le [programme Femmes@cœur](#).*

CardioPrévention® de passage à Gengarry!

Si vous avez un ou plusieurs facteurs de risque de la maladie du cœur, vous pourriez bénéficier sans frais de notre programme CardioPrévention, qui aide à réduire la probabilité d'être atteint d'une maladie cardiovasculaire. Les conseillers en santé de CardioPrévention établissent des programmes personnalisés en vue d'améliorer le bien-être et la qualité de vie des participants.

Le programme CardioPrévention accepte de nouveaux participants pour sa clinique mobile qui s'arrêtera à Gengarry le 21 octobre. Vous devez avoir une recommandation d'un médecin. Le nombre de places est limité.

Visitez notre site Web pour en savoir plus sur notre [programme CardioPrévention](#) ou pour télécharger notre formulaire de recommandation.