

# PARCOURS DU CŒUR : UNE GRANDE OPÉRATION DE PRÉVENTION-SANTÉ

Samedi 18 mars 2023, le Club Cœur et Santé d'Alès organise sa traditionnelle journée "Parcours du Cœur" pour sensibiliser les Grand-Alésiens aux risques cardiaques et informer sur les moyens de réadaptation.

Au programme de la journée du samedi 18 mars 2023 :

- **Stands sur le marché de l'Abbaye d'Alès toute la matinée** : détection du diabète et du cholestérol, évaluation de la sédentarité et des facteurs de risques (tabac, alcool, stress, ...), calcul de l'IMC pour vérifier la surcharge pondérale, conseils en alimentation. Prévention et évaluation des risques cardiaques réalisées avec les infirmières libérales et les élèves de l'IFSI d'Alès volontaires.
- **Conférences à partir de 9h au Capitole (place de la Mairie d'Alès)** : "Activité physique adaptée, rééducation cardiaque et diabète", par le Dr Claire Frachebois (cheffe du service de Diabétologie à l'hôpital d'Alès). "Activité physique adaptée et cancer", par le Dr Amir Meskine (chef du service de Cancérologie à l'hôpital d'Alès). "Soutien psychologique des patients cardiaques en phase de réadaptation", par la psychologue Agnès Beaulieu (SSR 2 de Cardiologie à l'hôpital d'Alès).
- **Marche Santé à partir de 14h, au départ de la place de la Mairie**. Avec les membres du Club Cœur et Santé d'Alès.