

Ce que tout le monde souhaite, c'est vivre le plus longtemps possible avec une qualité de vie optimale.

C'est ça au fond la prévention...

Dr Martin Juneau
Directeur de la prévention
Institut de Cardiologie de Montréal.

Associé à l'Institut de Cardiologie de Montréal, le Centre ÉPIC fait figure de référence dans le changement d'habitudes de vie et l'adoption de comportements visant la réduction des facteurs de risque associés aux maladies cardiovasculaires.



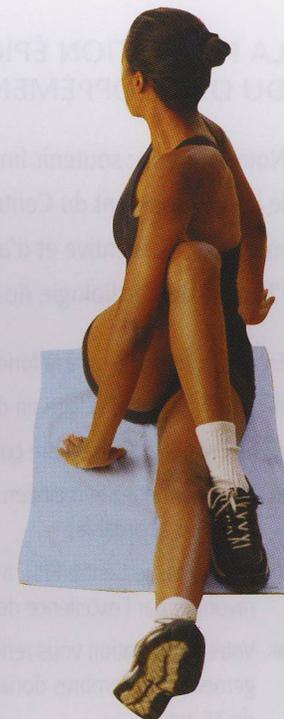
Une évaluation médicale complète et un suivi par des professionnels

- Obtenez une évaluation incluant des analyses sanguines, un électro-cardiogramme au repos et à l'effort suivie d'une rencontre avec un médecin.
- Soyez suivi par une équipe de professionnels qui vous aide à prendre en main votre santé.
- Soyez conseillés par des kinésiothérapeutes, véritables professionnels de l'activité physique détenteurs d'une formation universitaire.
- Découvrez un effet d'entraînement positif vers l'adhésion à un mode de vie sain et actif.
- Vivez un sentiment d'appartenance, un soutien collectif qui inspire le plaisir et la volonté de s'entraîner.



Des activités supervisées et diversifiées dans un cadre sécuritaire

- Cours de groupes variés sous la supervision de kinésiothérapeutes;
- Piscine de dimension semi-olympique;
- Salle de musculation complète avec surveillance;
- Défibrillateurs cardiaques sur tous les plateaux d'exercice et sécurité assurée par un personnel formé.



Des rabais intéressants en inscrivant votre entreprise

Bénéficiez avec vos collègues d'un rabais de 15%* sur toute inscription annuelle au Centre ÉPIC de l'ICM.

*Tarifs basés sur l'inscription simultanée de 5 employés d'une même entreprise pouvant fournir une preuve d'emploi.

Visitez notre site web au :
www.icm-mhi.org/fr/entreprises.html

Responsable du programme entreprise :

Johanne Bertholet, kinésiothérapeute
johanne.bertholet@icm-mhi.org
Tél. : 514 374-1480 poste 280
Télec. : 514 374-2445