NEWSLETTER 3 NOVEMBRE 2022

Structure
Bienvenue au Centre Grenoble Chamrousse à Rives de Montagne

Se détendre en toute sérénité
Présentation de la référence cardiaque

Conseil médical
Comment et pourquoi bien prendre son traitement

Le dossier
Comment l'améliorer sans vous casser

Coté social
Quand handicapé, inapticité, comment s'en retrouver ?

STRUCTURE

Bienvenue au Centre Grenoble Chamrousse à Rives de Montagne

Cet établissement a été créé par l'APAJH (Association des Infirmes En Plaquer) et en ouvert en Novembre 2021.

Cet ex-établissement dévolu à l'accueil et aux soins de personnes atteintes de maladies cardiaques a été transformé en centre de rééducation de la cardiaque.

L'établissement comprend 50 lits répartis en 2 ailes : 30 lits de l'accueil permanent et 20 lits de l'accueil de jour. Possibilité de prévoir un séjour temporaire dans le cadre d'un séjour de répit, vitrage durée de 1 à 3 semaines.

L'ex-Centre de Chamrousse de 1000 m obligatoire pour la prise en charge.

Le Centre Grenoble Chamrousse est dont d'une équipe soignante comprenant :

- Des médecin
- Des cadre de soins
- Ergothérapeutes et psy et de soin
- Des kinésithérapeutes, ostéopathes, psychologues
- Deux équipe de rééducation : ergothérapeutes, kinésithérapeutes et d'un professeur de sport adapté.
- Deux psychologue
- Deux animateur
- Deux diététiciennes

Des intervenants extérieurs peuvent également venir à besoin :

- Prélevur Pathologie
- Podologue
- Dentiste
- Pedo-Orthodontie
- Vacination en appareillage
- Coiffeuse

De nombreuses animations intérieures et extérieures sont organisées et planifiées chaque mois.

Voici les coordonnées de l'établissement :
Centre Grenoble Chamrousse
1 rue des Dentures ROCHE
01820 Rives en Montagne
Tél : 04.37.07.42.42

Vous pouvez également contacter l'équipe de Rémon, pour vous accompagner dans vos démarches.

Se détendre en toute sérénité : Présentation de la référence cardiaque

Par Nathalie LEMOINE
Kinésithérapeute

Les différentes techniques en soin cardiaque de relaxation sont nombreuses et variées. Elles ont toutes pour objectif de diminuer le stress et de favoriser le sommeil, bénéfique à la guérison. Les exercices de détente plus basse et superficiels dans le cadre de la cardiaque, ne nécessitent pas de matériel et peuvent être pratiqués partout, facilité de mettre en place et de mettre à la disposition du patient. Ils