

# NEWSLETTER



## INSTITUT CŒUR PARIS CENTRE

### NEWSLETTER ICPC MARS 2021

Chers amis, chers confrères,

Alors que les beaux jours reviennent progressivement et que s'éloigne l'hiver, l'épidémie bat toujours son plein et les gestes barrière restent de rigueur. Toutes les mesures de précaution sont prises sur les différents sites de l'ICPC et vous pouvez prendre vos rendez-vous en toute sécurité. Certaines consultations peuvent être assurées en téléconsultation à l'ICPC. Pour les autres, vous pouvez vous déplacer de façon dérogatoire même pendant les horaires de couvre-feu.

Pour garder la forme et la santé, l'activité physique est fortement recommandée, plusieurs fois par semaine. D'autant plus si vous êtes suivi pour des pathologies cardiaques. La réadaptation cardiaque à l'effort peut être indiquée pour vous. N'hésitez pas à en parler à votre cardiologue ou à votre médecin traitant qui pourra vous la prescrire si nécessaire. Vous pourrez la réaliser à la clinique Turin au 6e étage avec un groupe de médecins et de personnels paramédicaux, sous la direction du docteur Aude ROSSI.

La nutrition est un autre versant majeur de votre état de santé. Pour cela, une équipe de nutritionnistes est à votre disposition sur les différents sites de l'ICPC notamment le docteur Nour DAGHER-

ROVANI qui participe également au service de réadaptation cardiaque.

Enfin, n'oublions pas de soigner aussi notre esprit. Dans ce but, le docteur Mathieu BERNARD, cardiologue, vous parle ce mois-ci de la cohérence cardiaque qui permet de faire communiquer notre conscient et notre inconscient et ainsi optimiser notre fonctionnement interne autonome, ce qui peut réduire l'incidence de certaines pathologies, notamment celles liées au stress. Son livre, « le cœur notre autre cerveau » est toujours en vente en librairie et sur internet.

Excellent mois de mars à toutes et à tous sans trop de giboulées et l'on se donne rendez-vous à l'heure d'été, le mois prochain.

L'équipe ICPC

On vous rappelle que pour consulter un médecin ICPC, vous pouvez vous rendre sur notre site [www.icpc.fr](http://www.icpc.fr) ou prendre rendez-vous sur Doctolib (<https://www.doctolib.fr/>) avec le praticien ICPC de votre choix ou encore le trouver ici <https://www.icpc.fr/medecins/>.

Contacts utiles :

- 01.40.08.88.11 pour ICPC TURIN. 9 rue de Turin, 75008 Paris.
- 01.42.74.64.64 pour ICPC BASTILLE. 31 rue du Petit-Musc, 75004 Paris
- 01.48.88.25.25 pour ICPC MONCEAU. 21 rue de Chazelles, 75017 Paris
- 01.48.97.72.04 pour ICPC FLOREAL. 40 rue Floréal, 93170 Bagnolet
- 01.40.08.85.50 pour un rendez-vous de scanner cardiaque ou d'IRM cardiaque à ICPC TURIN et ICPC MONCEAU
- 01.48.97.72.07 pour un rendez-vous de scanner cardiaque ou d'IRM cardiaque à ICPC FLOREAL

**Dr Mathieu Bernard**

Avec *Alix Lefief-Delcourt*



# LE CŒUR NOTRE AUTRE CERVEAU

Préface du Pr Fabien Doguet



**Stress, palpitations,  
hypertension...  
se soigner avec l'hypnose  
et la cohérence cardiaque**

LAROUSSE



nous vous encourageons à consulter notre site Web [ICPC.FR](http://ICPC.FR)

**[EN SAVOIR PLUS](#)**

This e-mail has been sent to [laurent.habib@gmail.com](mailto:laurent.habib@gmail.com), [click here to unsubscribe](#).

31 rue du petit musc 75004 75004 paris FR