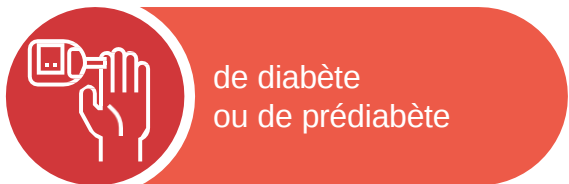


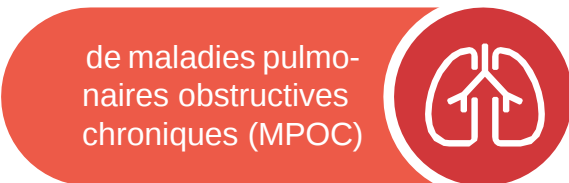


À qui s'adressent nos services ?

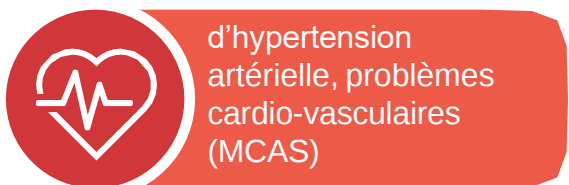
Aux personnes atteintes :



de diabète
ou de prédiabète



de maladies pulmo-
naires obstructives
chroniques (MPOC)



d'hypertension
artérielle, problèmes
cardio-vasculaires
(MCAS)



Inscription ou information :

 514 906-2006
 cemc.cemtl@ssss.gouv.qc.ca

 <https://ciusss-estmtl.gouv.qc.ca/soins-et-services/centre-dexpertise-en-maladies-chroniques-cemc>

*Centre intégré
universitaire de santé
et de services sociaux
de l'Est-de-
l'Île-de-Montréal*

Québec



Services offerts gratuitement
à la population du territoire du
CIUSSS de l'Est-de-l'Île-de-Montréal

Direction des ressources humaines, des communications et des affaires juridiques, novembre 2025



**Centre d'expertise en
maladies chroniques**

Québec 



Des services d'une durée de deux ans offrant :

- des suivis de bilans sanguins ;
- des ajustements de la médication au besoin ;
- plusieurs rencontres individuelles et de groupe ;
- un service basé sur une approche collaborative centrée sur les besoins de l'utilisateur ;
- spirométrie.

Les services sont offerts par des professionnels :

- infirmières ;
- nutritionnistes ;
- kinésiologues ;
- inhalothérapeutes ;
- travailleurs sociaux.



Grâce aux suivis, vous serez outillés pour :

- avoir un meilleur contrôle sur votre glycémie, votre tension artérielle et votre état respiratoire ;
- adopter de meilleures habitudes de vie en intégrant, à votre quotidien, l'activité physique, une meilleure alimentation et une bonne gestion du stress ;
- prendre votre santé en mains.



Groupes offerts : à la suite de vos premières rencontres, les professionnels peuvent vous orienter vers nos cours facultatifs au besoin :

- gestion du stress ;
- mieux contrôler ma santé par l'activité physique (théorique) ;
- groupe d'évaluation de la condition physique ;
- initiation à l'activité physique ;
- réadaptation pulmonaire ;
- groupe d'activité physique et d'initiation aux saines habitudes de vie pour MPOC ;
- club de marche.



Les services sont gratuits, même si vous n'avez pas de médecin de famille.

L'équipe de professionnels travaille en collaboration avec votre **médecin de famille** et votre **pharmacien**.