



Services d'activité physique – HealthLink BC

HealthLink BC

HealthLink BC donne accès, en Colombie-Britannique, aux renseignements sur la santé pour les cas non urgents et à des conseils. On peut trouver des informations et des conseils sur le site Web ou en appelant le **8-1-1**. Pour de plus amples renseignements, consultez www.healthlinkbc.ca/.

Services d'activité physique – HealthLink BC

Nos professionnels de l'exercice qualifiés offrent aux habitants de la Colombie-Britannique des conseils et des renseignements téléphoniques, par courriel et sur le Web qui les aideront à être plus actifs sur le plan physique et à mener une vie plus saine.

Heures d'ouverture : du lundi au vendredi, de 9 h à 17 h (heure du Pacifique)

Nous vous proposons les services suivants :

- Des tests permettant de déterminer quels niveau et type d'activité physique vous conviennent et sont sans danger pour vous
- Des recommandations individualisées, adaptées à vos objectifs, à votre forme physique et à votre état de santé
- Le soutien dont vous aurez besoin pour devenir plus actif, surmonter les obstacles et garder votre motivation



Appelez le **8-1-1** pour parler à un professionnel de l'exercice qualifié. Des services de traduction sont offerts dans plus de 130 langues.



Envoyez aux Services d'activité physique un courriel dans lequel vous leur poserez vos questions sur l'exercice et sur l'activité physique à www.healthlinkbc.ca/email-physical-activity

Consultez notre site Web pour en savoir plus sur vos choix en matière d'activité physique et de style de vie à www.healthlinkbc.ca/physical-activity



Pour recommander un patient ou un client aux Services d'activité physique, appelez le **8-1-1** ou envoyez notre formulaire de recommandation rempli par télécopieur à l'adresse : www.healthlinkbc.ca/physical-activity-fax-referral



Programmes et services spécialisés

Services d'activité physique pédiatrique

Ils recommandent des exercices que vous pouvez faire sans danger avant et après votre grossesse, et ils fournissent des renseignements et des conseils sur l'activité physique des enfants et des adolescents de la Colombie-Britannique. Nous offrons aussi bien des services occasionnels que des services réguliers.

Programme alimentaire et d'activité physique pour les enfants

Un programme visant à aider les enfants, les adolescents et leur famille à atteindre un poids santé et à améliorer leur état de santé global ainsi que leur qualité de vie. Pour en savoir plus long sur ce programme ou pour demander un formulaire de recommandation, veuillez appeler le **8-1-1** ou consulter notre site à www.healthlinkbc.ca/healthy-eating/healthy-weight/kids-program.

Services bariatriques et métaboliques

Destinés aux clients souffrant de troubles métaboliques ou d'obésité. Des spécialistes ayant une formation poussée et une vaste expérience en counseling sur le mode de vie et en gestion des soins complexes éduquent, conseillent et soignent les clients songeant à faire appel à la chirurgie bariatrique.

Services d'activité physique dans le cadre du traitement du cancer

Offerts aux clients qui ont reçu un diagnostic de cancer et qui sont en cours de traitement contre le cancer ou qui l'ont terminé. Nos professionnels de l'exercice qualifiés qui ont été formés spécifiquement en fonction de personnes atteintes de cancer offrent des renseignements sur la manière de faire de l'exercice sans danger et de pratiquer une activité physique afin de réduire et de gérer les effets secondaires du traitement. Des plans personnalisés d'activités physiques peuvent être mis au point afin d'aider à garder la bonne forme physique et de l'améliorer. Un soutien continu est offert.



HealthLinkBC