



Mieux vivre avec une maladie chronique

Vous souffrez d'une maladie chronique comme par exemple une maladie pulmonaire ou des voies respiratoires, d'une maladie cancéreuse, du rhumatisme, du diabète, etc. ?

**Vous souhaitez rester actif-ve et mieux vivre au quotidien avec la maladie ?
Ce cours est pour vous !**

Durant 4 après-midis, ce cours abordera les thématiques suivantes :

- Apprendre à gérer la douleur et la fatigue
- Manger et bouger avec plaisir
- Communiquer avec conscience
- Envisager l'avenir

Informations, échanges entre participant-e-s et trucs & astuces rythmeront ces après-midis.

Le cours est animé par :

- Sophie Binz/Valérie Bovard, infirmières à la Ligue pulmonaire fribourgeoise
- Frédéric Fournier, infirmier à Voltigo, équipe mobile de soins palliatifs
- Maya Cesari, infirmière à l'Association fribourgeoise du diabète
- Isabelle Rüttimann, assistante sociale à la Ligue fribourgeoise contre le cancer.

**Les jeudis du mois de septembre (7 - 14 - 21 - 28 septembre 2017)
de 14h à 16h**

Lieu : Quadrant, Route St-Nicolas-de-Flüe 2, 1700 Fribourg

Coût : Fr. 50.-

Nombre maximum de participant-e-s : 14 personnes

Intéressé-e? Nous nous réjouissons de votre inscription !



Talon-réponse « Mieux vivre avec une maladie chronique »

Nom, Prénom _____

Adresse _____

NP, Lieu _____

Numéro téléphone _____ E-Mail _____

Date de naissance _____ Signature _____

Merci de vous inscrire **d'ici le 28 juillet 2017** à :

Ligue pulmonaire fribourgeoise, Rue St-Nicolas-de-Flüe 2, 1705 Fribourg
Tel.: 026 426 02 70, Fax: 026 426 02 88, Mail: binzbovard@liguessante-fr.ch,
www.liguepulmonaire-fr.ch