

## « MIEUX VIVRE AVEC UNE BPCO » A l'Hôpital de Martigny

Ateliers débutent mardi le 8 novembre 2016

### Déroulement des ateliers :

Séance	Thème	Animateur	Date et salle
Bilan initial en individuel	Explication du programme, identification des attentes et besoins du patient	Karin Lörvall Coordinatrice	Sur rendez-vous <a href="mailto:Karin.loervall@hopitalvs.ch">Karin.loervall@hopitalvs.ch</a> Tél. 027 603 83 47 027 329 04 19/29
1 <sup>er</sup> atelier en groupe	Comprendre la BPCO : prévenir et gérer vos symptômes	Dr Petrut Vremaroiu pneumologue, K. Lörvall/Fabienne Vuichoud	<b>Mardi 08.11.2016</b> de 14h à 16h Salle _____
2 <sup>e</sup> atelier en groupe	Bien prendre vos médicaments pour augmenter l'efficacité	Pharmacien Jean-Boris von Roten K. Lörvall/F.Vuichoud	<b>Mardi 15.11.2016</b> de 14h à 16h Salle
3 <sup>e</sup> atelier en groupe	Maîtriser votre respiration et conserver votre énergie.	K.Lörvall/F.Vuichoud	<b>Mardi 22.11.2016</b> de 14h à 16h Salle
4 <sup>e</sup> atelier en groupe	Bouger plus...respirer mieux – Comment se motiver à bouger régulièrement	K.Lörvall/F.Vuichoud	<b>Mardi 29.11.2016</b> de 14h à 16h Salle
5 <sup>e</sup> atelier en groupe	Gérer votre stress et votre anxiété	K.Lörvall/F.Vuichoud	<b>Mardi 06.12.2016</b> de 14h à 16h Salle
6 <sup>e</sup> atelier en groupe	Adopter et maintenir un style de vie sain et satisfaisant	Dr P. Vremaroiu K.Lörvall/F.Vuichoud	<b>Mardi 13.12.2016</b> de 14h à 16h Salle
En individuel	Intégrer un plan d'action en cas d'exacerbation et besoins spécifiques du patient	K.Lörvall/F.Vuichoud	Sur rendez-vous