



« MIEUX VIVRE AVEC UNE BPCO »

A l'Hôpital de Martigny

Ateliers débutent **lundi mardi 9 octobre 2018**

Déroulement du programme :

Séance	Thème	Animateur	Date
Bilan initial en individuel	Explication du programme, identification des attentes et besoins du patient	Daniel Gagnon Coach – infirmier Ligue Pulmonaire VS	Sur rendez-vous 027 603 83 47 027 329 04 29 Karin.loervall@hopitalvs.ch
1 ^{er} atelier	Comprendre la BPCO : prévenir et gérer vos symptômes	Dr Isabelle Frésard, pneumologue HVS et Daniel Gagnon	Mardi 09.10.2018 Salle B de 14h à 16h <u>rendez-vous à la réception à 13h45</u>
2 ^e atelier	Bien prendre vos médicaments pour augmenter l'efficacité	Pharmacien Jean-Boris von Roten Karin Lörvall	Mardi 16.10.2018 Salle A de 14h à 16h
3 ^e atelier	Maîtriser la respiration	Daniel Gagnon	Mardi 23.10.2018 Salle B de 14h à 16h
4 ^e atelier	Bouger plus...respirer mieux – Comment se motiver pour bouger régulièrement	Daniel Gagnon Karin Lörvall	Mardi 30.10.2018 Salle B de 14h à 16h
5 ^e atelier	Gérer votre stress et votre anxiété	Daniel Gagnon	Mardi 06.11.2018 <u>Salle C</u> de 14h à 16h
6 ^e atelier	Adopter et maintenir un style de vie sain et satisfaisant	Prof. P-O Bridevaux, HVS Karin Lörvall	Lundi 12.11.2018 Salle B de 14h à 16h
En individuel	Intégrer un plan d'action en cas d'exacerbation et besoins spécifiques du patient	Daniel Gagnon	Sur rendez-vous
	Coaching téléphonique à 1, 3, 6, 11 mois Bilan et partage à 12 mois	Daniel Gagnon	Du décembre 2018 à octobre 2019

Le programme « Mieux vivre avec une BPCO » est soutenu par Promotion Santé Valais, L'hôpital du Valais, L'institut Universitaire de Médecine Sociale et Préventive. Il est reconnu par la Société Suisse de Pneumologie.