



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

Ateliers débutent **lundi 5 novembre 2018**

Déroulement du programme :

Séance	Thème	Animateur	Date et salle
Bilan initial en individuel	Explication du programme, identification des attentes et besoins du patient.	Karin Lörvall, Coach - physiothérapeute	Sur rendez-vous Karin.loervall@hopitalvs.ch Tél. 027 603 83 47 027 329 04 29
1 ^{er} atelier en groupe	Comprendre la BPCO : prévenir et gérer vos symptômes.	Prof. P-O Bridevaux, K. Lörvall	Lundi 05.11.2018 de 14h à 16h <u>R-v à la réception à 13h45</u> <u>Salle A 246</u>
2 ^e atelier en groupe	Bien prendre vos médicaments pour augmenter l'efficacité.	Pharmacienne Catherine Escher-Revaz/ K. Lörvall	Mardi 13.11.2018 de 14h à 16h <u>Salle IC - BU17 Crêt du Midi</u>
3 ^e atelier en groupe	Maîtriser votre respiration et conserver votre énergie.	K. Lörvall	Mardi 20.11.2018 de 14h à 16h <u>Salle IC - BU17 Crêt du Midi</u>
4 ^e atelier en groupe	Bouger plus...respirer mieux – Comment se motiver pour bouger régulièrement.	K. Lörvall	Mardi 27.11.2018 de 14h à 16h <u>Salle IC - BU17 Crêt du Midi</u>
5 ^e atelier en groupe	Gérer votre stress et votre anxiété.	Daniel Gagnon, Coach-infirmier	Mardi 04.12.2018 de 14h à 16h <u>Salle IC - BU17 Crêt du Midi</u>
6 ^e atelier en groupe	Adopter et maintenir un style de vie sain et satisfaisant	Prof. P-O Bridevaux, K. Lörvall	Mardi 11.12.2018 de 13h à 15h <u>Salle IC - BU17 Crêt du Midi</u>
En individuel	Intégrer un plan d'action en cas d'exacerbation et besoins spécifiques du patient	K. Lörvall	Sur rendez-vous en janvier
	Coaching téléphonique à 1, 3, 6, 11 mois Bilan et partage à 12 mois	K.Lörvall	Du janvier 2019 au Novembre 2019