



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

Ateliers débutent **mardi 5 mars 2019**

Déroulement du programme :

Séance	Thème	Animateur	Date
Bilan initial en groupe	Explication du programme, identification des attentes et besoins du patient	Fabienne Vuichoud Coach - infirmière Daniel Gagnon, Coach - infirmier Tél. 027 329 04 29	Mardi le 26.02.2019 de 10h à 11h30 Salle B R-v à la réception à 13h15 Daniel.gagnon@psvalais.ch fabienne.vuichoud@psvalais.ch
1 ^{er} atelier en groupe	Comprendre la BPCO : prévenir et gérer vos symptômes	Dr Isabelle Frésard, pneumologue HVS et F. Vuichoud	Mardi 05.03.2019 Salle B de 14h à 16h
2 ^e atelier en groupe	Bien prendre vos médicaments pour augmenter l'efficacité	Pharmacien Jean-Boris von Roten D. Gagnon / F. Vuichoud	Mardi 12.03.2019 Salle B de 14h à 16h
3 ^e atelier en groupe	Maîtriser la respiration	F. Vuichoud D. Gagnon	Lundi 18.03.2019 Salle B de 14h à 16h
4 ^e atelier en groupe	Bouger plus...respirer mieux – Comment se motiver pour bouger régulièrement	F. Vuichoud D. Gagnon	Mardi 26.03.2019 Salle B de 14h à 16h
5 ^e atelier en groupe	Gérer votre stress et votre anxiété	Dan F. Vuichoud D. Gagnon	Mardi 02.04.2019 Salle B de 14h à 16h
6 ^e atelier en groupe	Adopter et maintenir un style de vie sain et satisfaisant	Dr Isabelle Frésard, pneumologue HVS et F. Vuichoud / D. Gagnon	Mardi 09.04.2019 Salle B de 14h à 16h
En individuel	Intégrer un plan d'action en cas d'exacerbation et besoins spécifiques du patient	F. Vuichoud D. Gagnon	Sur rendez-vous
	Coaching téléphonique à 1, 3, 6, 11 mois Bilan et partage à 12 mois	F. Vuichoud D. Gagnon	De mai 2019 à mai 2020

