

## Mieux vivre avec une maladie chronique

**Vous souffrez d'une maladie chronique comme par exemple une maladie pulmonaire ou des voies respiratoires, 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-midi, vous aborderez 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, Isabelle Sapin et David Augier, infirmier-ères à la Ligue pulmonaire fribourgeoise & Romane Golliard, diététicienne à diabètefribourg

**Les jeudis 6- 13- 20 et 27 juin 2024  
de 14h00 à 16h00**

**Lieu :** Salon Perroulaz, Centre de santé du sud fribourgeois, 1632 Riaz

**Coût :** gratuit pour les patients/membres de la LPF & diabètefribourg et Fr.60.-pour toute autre personne

**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 \_\_\_\_\_

N° AVS \_\_\_\_\_

Date de naissance \_\_\_\_\_ Signature \_\_\_\_\_

Membre:  RSSG  Ligue pulmonaire fribourgeoise

Merci de renvoyer d'ici le **31 mai 2024** à :

Ligue pulmonaire fribourgeoise, Rue St-Nicolas-de-Flüe 2, 1701 Fribourg  
Tel.: 026 426 02 70, Fax: 026 426 02 88, Mail: [liguepulmonaire@liguessante-fr.ch](mailto:liguepulmonaire@liguessante-fr.ch),  
[www.liguepulmonaire-fr.ch](http://www.liguepulmonaire-fr.ch)