

Mieux vivre avec une maladie chronique

**Vous qui vivez avec une maladie chronique,
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

Le cours est animé par David Augier et Carol Bapst, infirmiers à la Ligue pulmonaire fribourgeoise et Romane Golliard, diététicienne auprès de diabètefribourg.

**Les jeudis 04, 11, 18, 25 septembre 2025
de 14h30 à 16h30**

Lieu : Salle A au rez-de-chaussée, Ligue pulmonaire fribourgeoise, Rue St-Nicolas de Flüe 2, 1701 Fribourg.

Coût : gratuit.

Nombre maximum de participant-e-s : 14 personnes

Contact : pour toute question, contactez David Augier : 026 426 02 77

Intéressé-e? Nous nous réjouissons de votre inscription !



Talon-réponse « Mieux vivre avec une maladie chronique Fribourg 2025 »

Nom, Prénom _____

Adresse _____

NP, Lieu _____

Numéro téléphone _____ E-Mail _____

N° AVS _____

Date de naissance _____ Signature _____

Membre: ☐ Ligue pulmonaire fribourgeoise ☐ diabètefribourg

OU S'INSCRIRE
EN LIGNE



Merci de renvoyer d'ici le **1^{er} septembre 2025** à :

Ligue pulmonaire fribourgeoise, Rue St-Nicolas-de-Flüe 2, 1701 Fribourg,

Tel.: 026 426 02 70, www.liguepulmonaire-fr.ch