



## « MIEUX VIVRE AVEC UNE BPCO »

### A l'Hôpital de Sion

Ateliers débutent **Mardi 29 octobre 2019**

#### Déroulement du programme :

Séance	Thème	Animateur	Date et salle
Atelier rencontre	Explication du programme, identification des attentes et besoins du patient.	Fabienne Vuichoud Coach - infirmière Daniel Gagnon Coach – infirmier, Ligue pulmonaire valaisanne Tél. 027 329 04 29 mvbpco@psvalais.ch	<b>Mardi le 29.10.2019</b> <u>Rdv à la réception à 13h15</u>  13h30 à 15h00 <u>Salle IC - BU17 Crêt du Midi</u>
1 <sup>er</sup> atelier en groupe	Comprendre la BPCO : prévenir et gérer vos symptômes.	Prof. P-O Bridevaux, F. Vuichoud inf. P-Y Roberfroid physio	<b>Mardi le 05.11.2019</b> de 13h30 à 15h30 <u>Salle IC - BU17 Crêt du Midi</u>
2 <sup>e</sup> atelier en groupe	Bien prendre vos médicaments pour augmenter l'efficacité.	Pharmacienne Catherine Escher-Revaz/ D. Gagnon inf.	<b>Mardi le 12.11.2019</b> de 14h à 16h <u>Salle A244</u>
3 <sup>e</sup> atelier en groupe	Maîtriser votre respiration et conserver votre énergie.	F. Vuichoud inf. D. Gagnon inf.	<b>Mardi le 19.11.2019</b> 13h30 à 15h30 <u>Salle IC - BU17 Crêt du Midi</u>
4 <sup>e</sup> atelier en groupe	Gérer votre stress et votre anxiété.	F. Vuichoud inf. P-Y Roberfroid physio	<b>Mardi le 26.11.2019</b> 13h30 à 15h30 <u>Salle IC - BU17 Crêt du Midi</u>
5 <sup>e</sup> atelier en groupe	Bouger plus...respirer mieux – Comment se motiver pour bouger régulièrement.	P-Y Roberfroid physio	<b>Mardi le 03.12.2019</b> 13h30 à 15h30 <u>Salle IC - BU17 Crêt du Midi</u>
6 <sup>e</sup> atelier en groupe	Adopter et maintenir un style de vie sain et satisfaisant	Prof. P-O Bridevaux, D. Gagnon F. Vuichoud inf.	<b>Mardi 10.12.2019</b> 13h30 à 15h30 <u>Salle IC - BU17 Crêt du Midi</u>
En individuel	Intégrer un plan d'action en cas d'exacerbation et besoins spécifiques du patient	F. Vuichoud inf. D. Gagnon inf.	Sur rendez-vous
	Coaching téléphonique à 1, 3, 6, 9 mois Bilan et partage à 12 mois	F. Vuichoud inf. D. Gagnon inf.	De janvier 2020 à janvier 2021

Le programme « Mieux vivre avec une BPCO » est soutenu par Promotion Santé Valais, La Ligue pulmonaire valaisanne (LPVS) et l'Hôpital du Valais (HVS). Il est reconnu par la Société Suisse de Pneumologie.