



« MIEUX VIVRE AVEC UNE BPCO »

A l'Hôpital de Sion

Ateliers débutent **Mardi 17 mars 2020**

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	Mardi le 17.03.2020 <u>Rdv à la réception à 13h15</u> De 13h30 à 15h00 <u>Salle IC - BU17 Crêt du Midi</u>
1 ^{er} atelier en groupe	Comprendre la BPCO : prévenir et gérer vos symptômes.	Prof. P-O Bridevaux, P-Y Roberfroid physio D. Gagnon inf.	Mardi le 24.03.2020 de 13h30 à 15h30 <u>Salle IC - BU17 Crêt du Midi</u>
2 ^e atelier en groupe	Bien prendre vos médicaments pour augmenter l'efficacité.	Pharmacienne Catherine Escher-Revaz/ F. Vuichoud inf.	Mardi le 07.04.2020 de 13h30 à 15h30 <u>Salle IC - BU17 Crêt du Midi</u>
3 ^e atelier en groupe	Maîtriser votre respiration et conserver votre énergie.	P-Y Roberfroid physio D. Gagnon inf.	Mardi le 14.04.2020 13h30 à 15h30 <u>Salle IC - BU17 Crêt du Midi</u>
4 ^e atelier en groupe	Gérer votre stress et votre anxiété.	P-Y Roberfroid physio F. Vuichoud inf.	Mardi le 21.04.2020 13h30 à 15h30 <u>Salle IC - BU17 Crêt du Midi</u>
5 ^e atelier en groupe	Bouger plus...respirer mieux – Comment se motiver pour bouger régulièrement.	P-Y Roberfroid physio D. Gagnon inf.	Mardi le 28.04.2020 13h30 à 15h30 <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, D. Gagnon F. Vuichoud inf.	Mardi 05.05.2020 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 juin 2020 à juin 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.