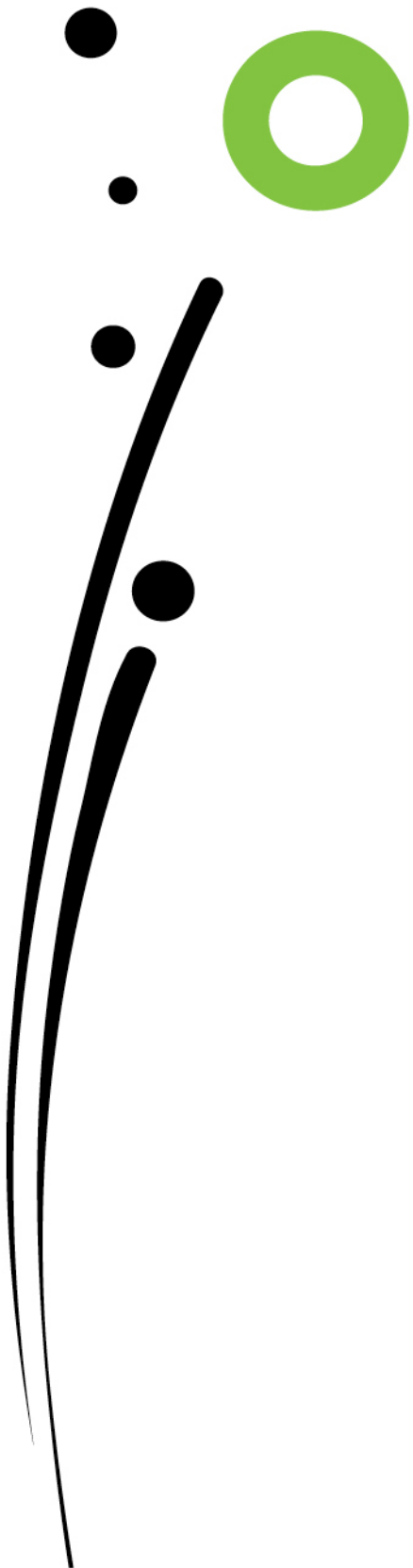


«Å LEVE MED KOLS OG ANDRE LUNGELIDELSER»



**Frisklivssentralen i Solør inviterer til
lærings- og mestringskurs for deg som
har kols eller andre lungelidelser.**

Pårørende oppfordres også til å delta.

**Du vil få faglig informasjon fra fysioterapeut, du vil
treffe andre med lungesykdom og få mulighet til å
utveksle erfaringer.**

Tidspunkt:

Tirsdag 28. januar, kl. 12.00 - 15.00.

Temaer:

Energiøkonomisering, trening, pustemestring og
pusteøvelser.

Sted:

Åsnes sykehjem, møterom 1, Flisa.

Påmelding / spørsmål:

E-post: frisklivssentralen.solor@asnes.kommune.no

Sms: 489 48 446

Påmelding innen fredag 24. januar

**Leggehenvising er ikke nødvendig for å delta på
kurset. Kurset er gratis.**

Velkommen!