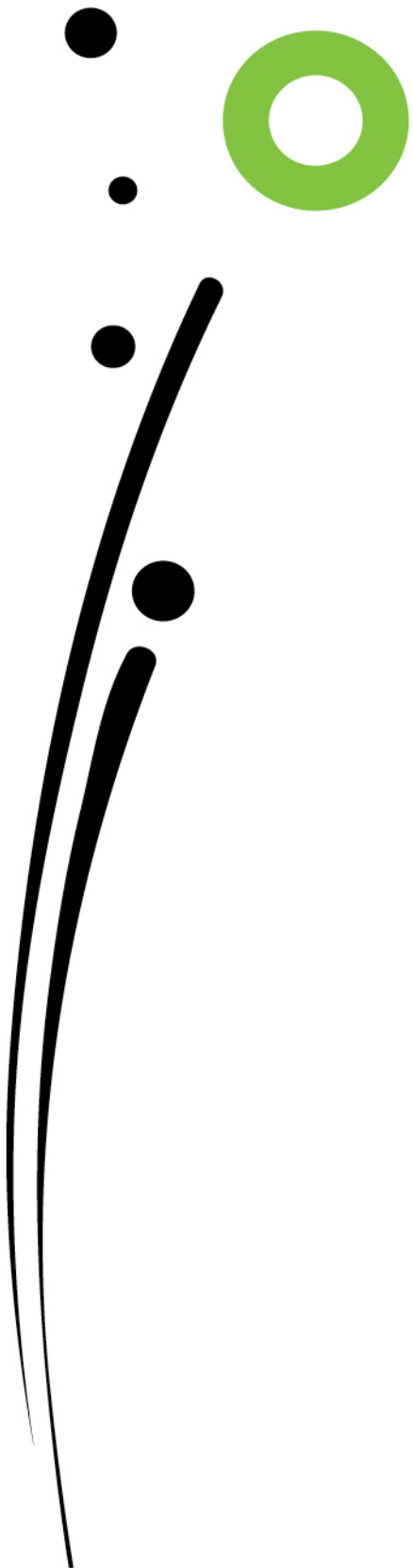


«Å LEVE MED KOLS OG ANDRE LUNGELIDELSER»



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 lege og fysioterapeut, du vil treffe andre med lungesykdom og få mulighet til å utveksle erfaringer.

Tidspunkt:

Torsdag 08. oktober, kl. 11.00 - 14.00.

Temaer:

Energiøkonomisering, trening, pustemestring og pusteøvelser.

Sted:

Nedre Kjølen, Frøyas gate 8, Flisa.

Påmelding / spørsmål:

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

Sms: 489 48 446

Påmelding innen fredag 2.oktober

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

Velkommen!