



POUR QUI ?

Pour les personnes atteintes d'une affection chronique (BPCO, SAS, cardiovasculaires, obésité, etc.) ou d'une affection longue durée, ressentant des difficultés respiratoires.

POUR QUOI ?

Pour participer à l'amélioration de la qualité de la vie quotidienne en aidant les adhérents à sortir de leur isolement, du doute et de l'angoisse face à la maladie.



COMMENT ?

En organisant des marches adaptées et des marches nordiques de malades et d'accompagnants de fréquence hebdomadaire...



...en orientant les malades auprès de structures de gymnastique ou d'activités physiques adaptées à leur pathologie...



...en invitant les malades à proposer des idées de sorties culturelles ou de loisirs, et en facilitant l'organisation de celles-ci.



RETROUVER LE PLAISIR DE RESPIRER

La respiration participe à l'amélioration de notre état physique



En optimisant la prise en charge

En adaptant le type d'effort au profil du malade.

Il ne faut plus dire que l'on ne peut rien contre la maladie chronique.

**ENSEMBLE ON EST PLUS FORT,
ON NE LACHE RIEN.**