

DÉBUT DES ATELIERS
2 mai 2016 • 18 h 30
Inscrivez-vous maintenant!

Vous vivez avec...

Arthrite

« *J'ai des limitations physiques* »

Hypertension

Diabète

« *J'ai de la difficulté à dormir* »

Emphysème

Maladie cardiaque

« *Je suis souvent essoufflé* »

Sclérose en plaques

Fibromyalgie

« *Je vis des émotions difficiles* »

« *Je ressens souvent de la fatigue, de la douleur* »

...ou un autre problème de santé important?

**Apprenez à prendre en charge votre santé,
à mieux gérer vos émotions
ainsi que vos activités de la vie quotidienne**

Grâce au

PROGRAMME
AUTOGESTION DES SOINS

**Une série de six rencontres GRATUITES
pour mieux gérer
votre condition de santé au quotidien**

POUR INFORMATION
MARIE-JOSÉE BASTIEN

CLSC d'Amos : 819 732-3271 poste 4305