

Prenez votre santé en main!

Êtes-vous atteint d'une maladie chronique ou venez-vous en aide à une personne qui l'est?

Inscrivez-vous gratuitement à une série d'ateliers, répartis sur six semaines, en personne ou en ligne, à l'intention des personnes atteintes d'une maladie chronique et de celles qui présentent un risque de souffrir de troubles de santé comme :

l'hypertension artérielle, les maladies pulmonaires obstructives chroniques, les maladies du cœur, l'arthrite, l'obésité, les douleurs chroniques, le diabète, etc.

Grâce à ces ateliers, les participants pourront :

- mieux prendre en charge les symptômes;
- atteindre des objectifs, grâce à des gestes simples;
- trouver des solutions qui facilitent la réalisation des tâches quotidiennes;
- obtenir du soutien auprès d'autres personnes atteintes d'une maladie chronique;
- parler de leur expérience afin d'aider des personnes qui vivent une situation similaire.

Programme de soutien aux patients atteints d'une maladie chronique
Visitez le site www.hss.gov.yk.ca/fr/calendarofevents.php
pour voir les dates des prochains ateliers.
Téléphone : 867-667-8733 • www.hss.gov.yk.ca/fr/ccsp.php
Inscrivez-vous en ligne au www.selfmanage.org/online

**Yukon**