



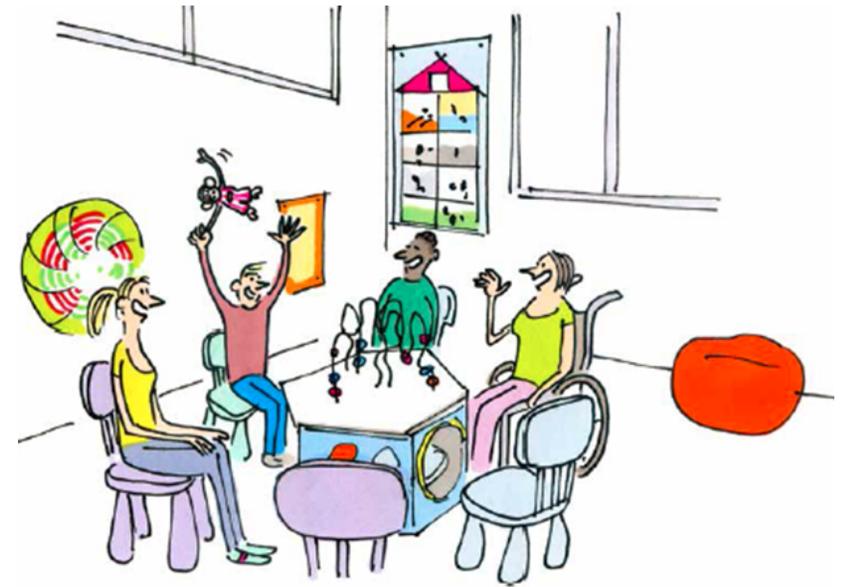
Et toi que penses tu de prendre l'air ?

Veux tu essayer de découvrir notre
histoire spécialement écrite pour toi
"le voyage de l'air" ?



Dis-moi...et j'oublierai
Enseigne-moi...et je me souviendrai
Implique-moi...et j'apprendrai
Benjamin Franklin

Prendre l'air !



Education thérapeutique : comprendre pour mieux
respirer !

Centre de Référence Maladies Neuromusculaires





Prendre l'air c'est aussi comprendre le voyage de l'air, souffler, jouer et s'amuser

.....

A partir d'ateliers individuels et/ou d'ateliers collectifs tu pourras :

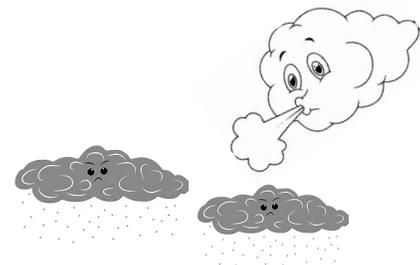
- comprendre ce qui se passe dans ton corps

- répondre à tes questions

- rencontrer d'autres enfants qui ont une maladie neuromusculaire comme toi

- ...

Aucune obligation, tu as le droit de refuser



Les thèmes abordés pendant les séances seront ceux que tu auras choisis :

- la respiration

- les infections respiratoires

- la vaccination

- le matériel pour mieux respirer

- la relaxation

- la pratique d'une activité sportive

- exprimer tes émotions

- parler de tes difficultés au quotidien ...

