

Gehen Sie zum Lungensport

Lungensport in Alzey

Dienstag von 20:00 - 21:30 Uhr
Freitag von 19:00 - 20:30 Uhr
- außer in den Ferien -

Veranstaltungsort:

Neubau hinter der Rundsporthalle des
Elisabeth-Langgässer-Gymnasiums,
Frankenstraße 17

Anmeldung und Infos:

Frau Nössing (Tel.: 06731 / 498 356)

Lungensport in Worms

Dienstag von 12:30-13:30 Uhr
Donnerstag von 11:30-12:30 Uhr

Veranstaltungsort:

Neue Jahnturnhalle
Philosophenstrasse 12
67547 Worms

Anmeldung und Infos:

Tel.: 06241 / 257 17
E-Mail: info@tgworms.de

Der Lungensport wird 2017 freundlicherweise
von der Novartis Pharma GmbH unterstützt.

Auskünfte erhalten Sie:

Jürgen Frischmann

Tel.: 0160 / 462 89 61
E-Mail: vdfueda@freenet.de

Geschäftsstelle der Deutschen PatientenLiga Atemwegserkrankungen e.V. - DPLA

Adnet-Str. 14
55276 Oppenheim
Tel.: 06133 / 35 43
Fax: 06133 / 57 383 27
Montag bis Donnerstag: 8.30 - 13.30 Uhr
E-Mail: info@pat-liga.de

Schauen Sie auch auf unsere Homepage:
www.pat-liga.de

Werden Sie Mitglied der Deutschen PatientenLiga Atemwegserkrankungen e.V. - DPLA!

Der Jahresbeitrag beträgt 25,00 €.
Die „Luftpost“ erhalten Sie dann
4 x pro Jahr kostenlos zugeschickt.

Programm der Ortsverbände Alzey und Worms

2017

**Selbsthilfe
schafft
Lebensqualität**

Termine und Themen

**Mit Unterstützung der
Sparkasse Worms-Alzey-Ried**

**Unser Ziel ist die Verbesserung
Ihrer Lebensqualität**

Ortsverband Alzey & Worms

Betroffene Mitglieder und Interessierte treffen sich jeweils **mittwochs** an folgenden Terminen zum

Erfahrungsaustausch

08.03.2017 in Worms
10.05.2017 in Worms
14.06.2017 in Alzey
09.08.2017 in Worms
13.09.2017 in Alzey
11.10.2017 in Worms
08.11.2017 in Alzey

Beginn: **jeweils 19:00 Uhr**

Veranstaltungsort in Alzey:

DRK Krankenhaus Alzey

Kreuznacher Str. 7 - 9

55232 Alzey

Konferenzraum 2 - im Untergeschoss

Veranstaltungsort in Worms:

AGAPLESION Martin Luther Haus

Odenwaldstraße 1

67551 Worms-Pfeddersheim

Interessierte sind herzlich eingeladen.

Eintritt frei!

Ankündigung:

23. September 2017

9.30 Uhr - 15.00 Uhr

2. Lungentagung Worms

COPD, Asthma bronchiale und die neuen Leitlinien

Informationen für Patienten mit Atemwegserkrankungen und ihre Angehörigen.

Veranstaltungsort:

DAS WORMSER - Tagungszentrum Worms

Rathenaustraße 11, 67547 Worms

Infos unter: www.pat-liga.de

Tagungsleiter wird wieder Herr **Prof. Worth** sein. Zusätzlich zu den insgesamt **fünf Hauptvorträgen** bieten wir parallel wiederum **fünf Workshops** an.

– Eintritt FREI –

Zusätzlich kann eine Reihe von kostenlosen Serviceleistungen in Anspruch genommen werden.

Die 10 wichtigsten Ratschläge für Patienten mit einer chronischen Atemwegserkrankung

1. Finden Sie den richtigen Arzt: Er ist Ihr Partner bei der Bewältigung der Krankheit!
2. Finden Sie die richtigen Therapeuten: Heilpraktiker, Physiotherapeuten, Gesundheitsrehasporttrainer!
3. Akzeptieren Sie Ihre Erkrankung! Holen Sie eine zweite Meinung ein, wenn Sie Zweifel an der Diagnose haben!
4. Machen Sie sich mit der Wirkungsweise Ihrer Medikamente vertraut!
5. Inhalieren und nehmen Sie Ihre Medikamente richtig und regelmäßig!
6. Kontrollieren Sie Ihre Erkrankung! Messen Sie Ihren Peak – Flow!
7. Lernen Sie, was Sie bei einer Erkrankung oder Verschlechterung Ihrer Erkrankung tun müssen!
8. Lernen Sie, was Sie und andere bei einem Notfall tun müssen!
9. Werden Sie körperlich aktiv: Treiben Sie Lungen-RehaGesundheitsSport!
10. Gehen Sie regelmäßig zu den Veranstaltungen der Deutschen PatientenLiga Atemwegserkrankungen e. V. – DPLA!