

Über uns:

Wir sind eine altersgemischte Gruppe von Menschen, die an chronischen Atemwegserkrankungen wie Asthma bronchiale und chronisch obstruktiver Bronchitis, der COPD, Emphysem, Langzeit-Sauerstoff-Therapie und Schlafapnoe leiden.

Zu unseren Treffen laden wir Betroffene, Interessierte und ihre Angehörigen herzlich ein.

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

Der Jahresbeitrag beträgt 25,00 €.
Die „Luftpost“ erhalten Sie dann kostenlos.

Ansprechpartner

Dieter Kruse

Eberhardstr. 50, 70736 Fellbach
Leiter der Atemtherapiegruppe
Fellbach, Waiblingen und Backnang
Telefon: 0711 / 510 92 94
E-Mail: dkr28@t-online.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

Homepages:

www.pat-liga.de
www.lungensport.org
www.sauerstoffliga.de (Deutsche Sauerstoffliga LOT e.V.)
www.lvbwss.de (Landesverband Schnarchen-Schlafapnoe)
www.glotz.de
www.svfellbach.de
www.dasschlafmagazin.de
www.rkk-stuttgart.de

Sponsoren

Zur Zeit suchen wir noch Sponsoren

**Ortsverband Fellbach
Waiblingen und Backnang**

2017

**Selbsthilfe
schafft
Lebensqualität**

Termine und Themen

**Unser Ziel ist die Verbesserung
Ihrer Lebensqualität**

Informationstreffen (Stammtisch) der Deutschen PatientenLiga Atemwegserkrankungen e.V. - DPLA

Auch im Jahr 2017 gibt es ein

„Stammtischtreffen“.

Hier können alle, die von Asthma, COPD, Emphysem, Langzeit-Sauerstoff-Therapie oder Schlafapnoe und Schnarchen betroffen sind, ihre Fragen stellen, Erfahrungen austauschen und diskutieren. Eingeladen zur zwanglosen Runde sind **alle Mitglieder unserer Selbsthilfegruppe und interessierte Gäste.**

Wann:

jeden 2ten Mittwoch in geraden Monaten (außer August) ab 18:00 Uhr.

Termine:

jeweils Mittwoch
08. Februar 2017
~~12. April 2017~~ entfällt
14. Juni 2017
11. Oktober 2017
13. Dezember 2017

Wo: Hotel Eintracht, Restaurant & Bistro
Bahnhofstr. 170, 70736 Fellbach,
Tel.: 0711 / 504 280 42
(schräg gegenüber vom Bahnhof)

Lungensport (seit mehr als 25 Jahren)
(Asthma, COPD, Emphysem, Langzeit-Sauerstoff und alle anderen Atemwegserkrankungen)

„Lungensport im SV Fellbach“

Jeder kann zunächst unverbindlich mitmachen. Ihr Haus- oder Lungenfacharzt kann Ihnen die Teilnahme am Lungensport verordnen. Es handelt sich um eine gesetzliche Leistung der Krankenkassen. Die Verordnung fällt nicht unter die Budgetierung des verordnenden Arztes.

Übungsort:

Gäuäckerhalle, 1 Bühelstraße 141, 70736 Fellbach

Donnerstag

Gruppe -1- von 08:30 Uhr bis 09:30 Uhr
Gruppe -2- von 09:45 Uhr bis 10:45 Uhr
(speziell für Langzeit-Sauerstoff-Patienten und schwach belastbare Teilnehmer)

Gruppe -3- zur Zeit kein Lungensport

Freitag

Gruppe -4- von 08:30 Uhr bis 09:30 Uhr
Gruppe -5- von 09:45 Uhr bis 10:45 Uhr
Gruppe -6- von 11:00 Uhr bis 12:00 Uhr

Übungsleiterin: Gabi Rybak, Physiotherapeutin.
Lungensport Fachübungsleiterin (seit mehr als 15 Jahren)

Übungsort:

Maicklerturnhalle, Maicklerstr.32, 70736 Fellbach

Freitag

Gruppe -7- 18:15 Uhr bis 19:15 Uhr
(vorwiegend für Berufstätige)

Übungsleiterin: Angela Weber,
Lungensport Fachübungsleiterin (seit mehr als 10 Jahren)

Kontaktperson: Dieter Kruse
Tel.: 0711 / 510 92 94, E-Mail: dkr28@t-online.de

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, Physiotherapeut, 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!