

# ARAIRLOR



## J'apprivoise ma BPCO

### PUBLIC CIBLE

Patients adultes  
insuffisants respiratoires

### MODALITES D'INCLUSION

Prescription médicale ETP

### LIEUX DE MISE EN ŒUVRE

Mardi matin à Damelevières (54360)

Mercredi matin à Messein (54850)

Jeudi matin à Hauconcourt (57128)

### ATELIERS

- Atelier sport santé
- Exercices respiratoires
- Exercices de renforcement musculaire
- Techniques de kinésithérapie
- Adaptation aux activités de la vie journalière
- Echange sur différents thèmes se référant à l'IRC

### INTERVENANTS

- Un enseignant Activités Physiques adaptées
- Une kinésithérapeute
- Une coordinatrice administrative

### MODALITES PRATIQUES

Séances de 3 h à Messein et  
Hauconcourt

Séances de 1h30 à Damelevières

10 séances gratuites avec  
prescriptions médicales

### INFORMATIONS COMPLEMENTAIRES

<https://arairlor.asso.fr/education-therapeutique/prestations-proposees/>

### CONTACT

Sylvie VILLAUME [sylvie.villaume@arairlor.fr](mailto:sylvie.villaume@arairlor.fr) - 06.07.83.20.88

[www.arairlor.asso.fr](http://www.arairlor.asso.fr)