



Respirar + com DPOC
Saúde dos pulmões

22 NOVEMBRO
14h30 > 16h30

Biblioteca Municipal
Ary dos Santos | Sacavém

A Doença Pulmonar Obstrutiva Crónica, é uma doença altamente incapacitante, que se caracteriza por uma progressiva falta de ar, impondo várias limitações no quotidiano da pessoa portadora da doença.

As tarefas mais simples, como por exemplo tomar banho, subir escadas e comer, tornam-se penosas para a pessoa.

PROGRAMA

14:30

/ Recepção dos utentes e cuidadores

14:45

/ DPOC quê?

15:00

/ Respirar + com DPOC

Saúde dos pulmões: aprender a respirar e a usar os inaladores

15:15

/ Lanche saudável

15:30

/ Sessão de relaxamento e alongamentos

16:30

/ Encerramento com música da DPOC

PROGRAMA SUJEITO A ALTERAÇÕES

