

## ASTMA-TEEMAILLAT:

# tietoa ja vertaistukea verkossa

**Tervetuloa kaikki aiheesta kiinnostuneet!**

### VERTAISKESKUSTELUT ASTMAA SAIRASTAVILLE

Tiistai 28.9.	kello 10.00	Astma arjessa: miten se näkyy ja tuntuu sinun elämässäsi tänään? Suljettu keskustelu, ilmoittaudu mukaan!
Torstai 7.10.	kello 18.00	Astman monet kasvot
Tiistai 26.10.	kello 10.00	Astma arjessa: miten se näkyy ja tuntuu sinun elämässäsi tänään? Suljettu keskustelu, ilmoittaudu mukaan!

### Sinua voi myös kiinnostaa nämä teemaillat

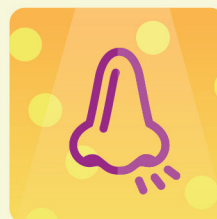
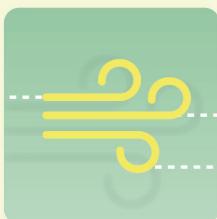
#### PITKÄAIKAISSAIRAAN ELÄMÄNLAATU

- » Maanantai 25.10. kello 18.00 Pitkäaikaissairaanhoidon suunnitelma ja elämän laadun ylläpitäminen -verkkoluento
- » Keskiviikko 27.10. kello 18.00 Pitkäaikaissairaanhoidon elämänlaatu -keskusteluilta

#### APTEEKIN HYLLYLTÄ

- » Tiistai 21.9. kello 18.00 Apteekin hyllyltä: pirteyttä purkista vai ei?
- » Keskiviikko 6.10. kello 18.00 Apteekin hyllyltä: minä pärjään kivun kanssa
- » Keskiviikko 3.11. kello 18.00 Apteekin hyllyltä: flunssan omahoito

Osallistumislinkit löydät [www.hengityслиitto.fi/tapahtumat](http://www.hengityслиitto.fi/tapahtumat)



**Vertaispuhelin astmaa sairastaville** päivystää keskiviikkoisin kello 9–11 numerossa **044 4077012**. Tavoitat puhelinsoitolla juttukaveriksi kokeneen astmaa sairastavan vertaisaktiivin. Vertaispuhelimien päivystyskausi käynnistyy 27.9. ja päättyy 5.12.2021. Soittaminen maksaa vain puhelinverkkomaksun verran. Soittajista ei kerätä henkilötietoja.