

UNIAPNEA-TEEMAILLAT:

tietoa ja vertaistukea verkossa

Tervetuloa kaikki aiheesta kiinnostuneet!

MAAKUNNALLISET VERTAISTAPAAMISET

Keskiviikko 15.9.	kello 18.00	Varsinais-Suomen uniapneailta I
Keskiviikko 22.9.	kello 18.00	Varsinais-Suomen uniapnea ilta II
Keskiviikko 29.9.	kello 18.00	Varsinais-Suomen uniapneailta III
Keskiviikko 20.10.	kello 18.00	Keski-Pohjanmaan uniapneailta I
Keskiviikko 27.10.	kello 18.00	Keski-Pohjanmaan uniapneailta II
Keskiviikko 10.11.	kello 18.00	Kainuun uniapneailta I
Keskiviikko 17.11.	kello 18.00	Kainuun uniapneailta II

TÄSMÄTIETOA ASIAANTUNTIJOILTA JA VINKKEJÄ VERTAISILTA

Tiistai 5.10.	kello 18.00	Naisten uniapneailta
Tiistai 12.10.	kello 18.00	Miesten uniapneailta
Keskiviikko 13.10.	kello 18.00	Uniapnea ja työelämä
Maanantai 1.11.	kello 18.00	Ilta uniapneaa sairastavien läheisille
Keskiviikko 23.11	kello 18.00	Vinkkejä ja vertaistukea uniapneaan vastasairastuneille

Sinua voi myös kiinnostaa nämä teemaillat

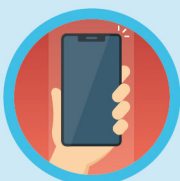
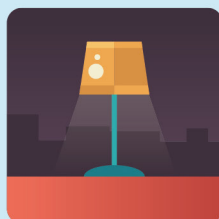
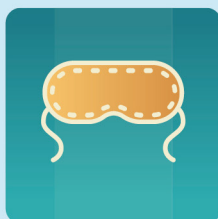
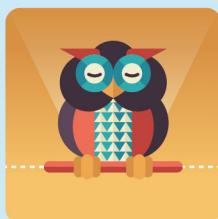
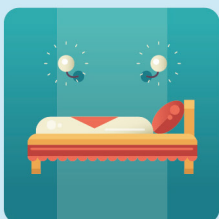
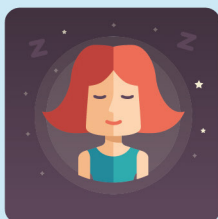
PITKÄAIKAISSAIRAAN ELÄMÄNLAATU

- » 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



Vertaispuhelin uniapneaa sairastaville palvelee tiistaisin kello 9–11 ja torstaisin kello 15–17 numerossa **044 4077011**. Tavoitat puhelinsoitolla juttukaveriksi kokeneen uniapneaa sairastavan vertaisaktiivin. Vertaispuhelimien päivystyskausi käynnistyy 27.9. ja päättyy 5.12.2021. Soittaminen maksaa vain puhelinverkkomaksun verran. Soittajista ei kerätä henkilötietoja.