

UNIAPNEA-TEEMAILLAT:

tietoa ja vertaistukea verkossa

Tervetuloa kaikki aiheesta kiinnostuneet!

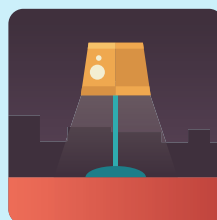
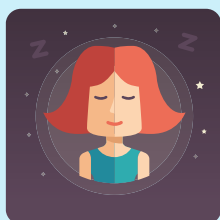
TÄSMÄTIETOA ASIAANTUNTIJOILTA JA VINKKEJÄ -VERTAISILTA

Keskiviikko 7.9.	kello 18.00	Vinkkejä ja vertaistukea uniapneaan vasta sairastuneille
Torstai 15.9.	kello 18.00	Uniapneahoitajan kyselytunti
Torstai 17.11.	kello 18.00	Uniapneahoitajan kyselytunti

Osallistumislinkit löydät
www.hengitysliitto.fi/tapahtumat

Sinua voivat kiinnostaa myös nämä verkkoillat

Maanantai 19.9.	kello 18.00	Psykologinen joustavuus hyvinvoinnin tukena
Tiistai 20.9.	kello 18.00-19.30	Lempeä painonhallinta I
Maanantai 3.10.	kello 18.00	Tutustu FasciaMethodiin
Tiistai 29.11.	kello 18.00-19.30	Lempeä painonhallinta II



Uniapneaa sairastavien vertaispuhelin

Vertaispuhelin päivystää tiistaisin kello 10–12 ja joka kuukauden viimeisenä perjantaina kello 18–20 numerossa 044 4077011 30.8.2022 alkaen. Perjantapäivystykset ovat syksyllä 23.9., 28.10., ja 25.11. Palvelu on maksutonta, soittaminen maksaa vain puhelinverkkomaksun verran.