



Besser leben mit einer chronischen Krankheit

**Sie leben mit einer chronischen Erkrankung und möchten aktiv bleiben und Ihren Alltag besser bewältigen?
Dann ist dieser Kurs genau das Richtige für Sie!**

An vier Nachmittagen werden Sie sich mit folgenden Themen befassen:

- Lernen mit Schmerzen und Müdigkeit umzugehen
- Mit Freude zu essen und sich zu bewegen
- Bewusst zu kommunizieren
- Die Zukunft zu planen

Der Kurs wird von zwei Gesundheitsfachleuten der Lungenliga Freiburg geleitet.

**Montags, 13., 20., 27. Oktober und 3. November 2025,
von 14:30 bis 16:30 Uhr**

Ort: Treffpunkt im Erdgeschoss des Bahnhofbuffets, Bahnhofplatz 2, 3186 Düringen.
Der Kurs findet im «Grossen Saal Bahnhofbuffet» statt.

Kosten: kostenlos.

Maximale Teilnehmerzahl: 14 Personen

Kontakt: Bei Fragen wenden Sie sich bitte an Nadine Schmid: 026 426 00 86

Sind Sie interessiert? Wir freuen uns auf Ihre Anmeldung!



Anmeldeformular „Besser leben mit einer chronischen Erkrankung, Düringen 2025“

Name, Vorname _____

Adresse _____

NP, Ort _____

Tel _____ E-Mail _____

AHV-Nummer _____

Geburtsdatum _____ Unterschrift _____

Mitglied: Lungenliga Freiburg diabetesfreiburg

ODER ONLINE
ANMELDEN



Bitte senden Sie das Formular bis zum **06. Oktober 2025** an:

Lungenliga Freiburg, Rue St-Nicolas-de-Flüe 2, 1701 Fribourg, Tel.: 026 426 02 70