



Association québécoise du lymphœdème
Lymphedema Association of Québec

AQL Ouest de l'île/ West Island Bien vivre avec le lymphœdème

Groupes d'éducation et d'entraide pour les personnes ayant
un lymphœdème ou étant à risque

Living well with lymphedema

Education and support groups for people with lymphedema or at risk

*Vous avez été traitée pour un cancer du sein ou gynécologique? Votre jambe ou votre bras est enflé? Vous avez un lymphœdème primaire? Ces rencontres **GRATUITES** animées par une patiente et une thérapeute certifiée en traitement du lymphœdème vous aideront!*

*You have been treated for breast or gynecological cancer? Your leg or arm is swollen? Do you have primary lymphedema? These **FREE** meetings led by a patient and a certified therapist in lymphedema treatment will help you!*

Hiver/Printemps 2019

Calendrier des rencontres / Event Schedule

DATE

SUJET / TOPIC

Thursday, February 28 6:30– 8:00 pm. Briarwood Presbyterian Church 70, boul. Beaconsfield Beaconsfield H9W 3Z3	Auto Drainage et soins des vêtements compressifs Self-massage and garment care tips. Les participants doivent apporter une serviette pour faire les exercices. Participants need to bring a towel to do the exercises.
Wednesday, April 3 6:30 – 8:00 pm. Centre de Bien-être de l'Ouest de l'île pour personnes atteintes de cancer / West Island Cancer Wellness Centre	Prises de mesures / Self measurement Les participants doivent apporter un ruban à mesurer et un crayon. Participants need to bring a measuring tape and a pencil.
Wednesday, June 5 6:30 – 8:00 pm. Centre de Bien-être de l'Ouest de l'île pour personnes atteintes de cancer / West Island Cancer Wellness Centre	L'eau : moyen de compression Water for compression

ENTRÉE GRATUITE

FREE ENTRANCE

RSVP OBLIGATOIRE / RSVP PLEASE :

aql.infolympho.pointeclaire@gmail.com ou 514-979-2463

Pour des renseignements additionnels veuillez nous contacter en utilisant notre adresse courriel ou via notre ligne téléphonique.

For further details, please contact us via our email address or telephone.