

Boas Práticas: Família Coelho



Objetivos da Iniciativa

Anualmente, uma família poderá se voluntariar para apresentar esta iniciativa.

Esta iniciativa tem os seguintes objetivos:

- Partilhar dificuldades e soluções encontradas
- Partilhar Ideias
- Partilhar Boas Práticas e experiências
- Documentar as soluções, ideias e boas práticas
- Estimular a comunicação entre as famílias



Dificuldade: Como reduzir a ansiedade do dia da Consulta?

Reduz-se a ansiedade sabendo o resultado de certos exames previamente.



15€



58€



27€



23€

“Como minimizar surpresas no dia da consulta?”

“Como detetar alterações no estado de saúde o mais cedo possível?”



Dificuldade: Controlar se a medicação diária já foi tomada.

Quando possível, escrever os dias da semana na medicação.



Dificuldade: Motivar a Joana a fazer mais desporto.

A inscrição num Ginásio e a adesão a um Personal Trainer serviu para motivar a Joana a fazer mais desporto.



PT 2 Pessoas 11 € (30 minutos)



“Nada é pior que Brócolos”



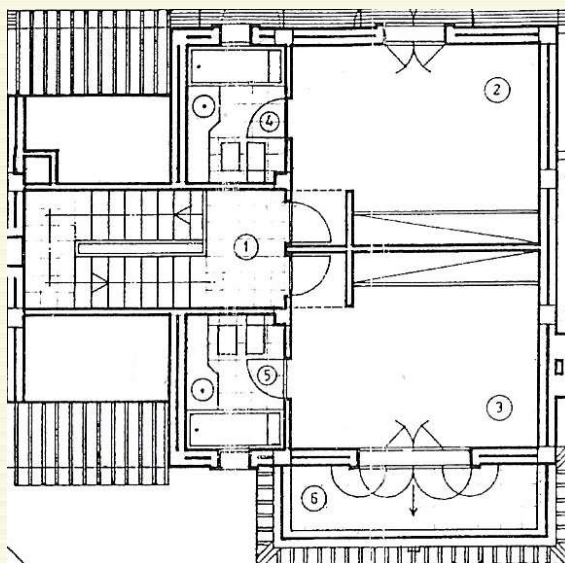
36 € Mês



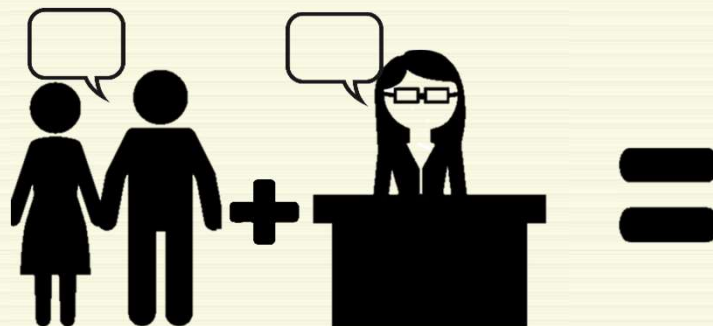
Dificuldade: Motivar a Joana a fazer mais desporto



Ideia: mudar a Joana para o quarto da casa que fosse mais ameno e tivesse melhor exposição solar.



Dificuldade: A Joana estava a ter aulas em salas Frias e empoeiradas



Partilha de experiência com a Solução Hipertónica Salina 6% e 3%
É um medicamento muito bom para ajudar a libertar a expetoração.



19,95€



Partilha de experiência com o eFlow Rapid

Dispositivo portátil muito prático e rápido



Tempos Nebulização	Min	Max
Pulmozyme	1,5 min	5 min
Solução Hipertónica Salina	4 min	15 min



Muito Obrigado

