

# Breathe**STRONG** Respirez**FORT**

**Education | Exercise | Resources | Support**  
*for individuals living with chronic lung disease*

**Formation | Exercice | Ressources | Soutien**  
*pour les personnes atteintes d'une maladie pulmonaire chronique*

- 12 online learning modules you can do at your own pace
- Self-evaluations and re-evaluations
- An exercise program
- An optional monthly online support group

- 12 modules virtuelle que vous pouvez suivre à votre rythme
- Auto-évaluation et réévaluation
- Un programme d'exercices
- Un groupe de soutien mensuel en ligne

[lung.ca](http://lung.ca)



[poumon.ca](http://poumon.ca)



Canadian Lung Association

B R E A T H E

Association pulmonaire du Canada

R E S P I R E Z