

### **3 lacs – Jeunes parkinsonien/nes (JU/NE/FR/BE francophone)**

Groupe d'entraide pour les jeunes parkinsonien(ne)s et leurs proches

Bonjour

Je m'appelle Antonio Fazio, j'ai 57 ans et je vis à Bienne. Vous avez pu lire mon histoire dans l'édition n°139 du magazine Parkinson.ch.

J'ai créé ma société de coaching et conseil dans le mieux-être et je suis persuadé que grâce à 4 piliers fondamentaux – le mouvement, la nutrition, la respiration, le sommeil – on peut améliorer la qualité de sa vie.

La maladie de Parkinson m'a été diagnostiquée il y a 3 ans.

Depuis, je suis constamment à la recherche de solutions pour améliorer mon quotidien.

J'explore de très nombreuses pistes et je souhaite partager et échanger mes connaissances avec d'autres jeunes parkinsoniens.

Voulez-vous faire partie du nouveau groupe francophone jeunes parkinsoniens de la région des 3 Lacs ?

Voulez-vous vous engager avec moi dans cette aventure ?

Je vous propose de réserver les dates suivantes pour des rencontres à Bienne, Neuchâtel ou Fribourg (si la situation sanitaire ne permettra pas de se rencontrer, les dates sont néanmoins maintenues pour une rencontre virtuelle en zoom).

- Jeudi 25 mars 2021 14h00 – 16h00
  - Thème : 1<sup>ère</sup> rencontre – Faisons connaissance !
  - Lieu : City Hotel Biel/Bienne – Rue d'Aarberg 29 – 2503 Bienne
- Vendredi 23 avril 2021 14h00 à Bienne
  - Thème : Visite du Musée Swatch et Omega
- Vendredi 18 juin 2021 14h00 à Neuchâtel
  - Thème : Visite du Laténium
- Vendredi 17 septembre 2021 14h00 à Fribourg
  - Thème : Visite du Musée Tinguely
- Vendredi 17 décembre 2021 14h00 à Bienne
  - Thème : Visite du Centre sportif de Macolin
- De plus, tous les 1<sup>er</sup> vendredis du mois à 14h00 : rencontre virtuelle pour échanger et garder le contact.

N'hésitez pas à me contacter si vous avez des questions et des suggestions.

Au plaisir de faire très vite votre connaissance

Antonio Fazio

[antonio@fazio-consulting.ch](mailto:antonio@fazio-consulting.ch)

078 625 96 00

2504 Bienne

Antonio Fazio

04.03.2021

« L'optimisme  
est une

approche  
gagnante »

