

## Sophia - Asthme : je m'inscris !

### Un service de l'Assurance Maladie

#MieuxVivreAvecSonAsthme

**18-44 ans ? Mieux vivre avec son asthme c'est possible, avec Sophia.**

L'asthme est une maladie chronique qui peut nuire au quotidien. En adoptant **les bons gestes**, et en suivant bien **votre traitement**, vous pouvez améliorer votre vie quotidienne. Sophia vous aide, et c'est gratuit !



MIEUX VIVRE  
AVEC SON  
ASTHME,  
C'EST  
POSSIBLE.

**Le service sophia peut vous aider au quotidien.**

Même si votre asthme ne constitue qu'une gêne occasionnelle, le service sophia peut vous aider à améliorer votre qualité de vie : pratiquer un sport, arrêter de fumer, mieux dormir,...

**Pas besoin de vous déplacer.** Vous recevez des informations par courrier ou e-mail, vous pouvez échanger par téléphone. Vous bénéficiez aussi d'un compte sur [ameli.fr/sophia-asthme](http://ameli.fr/sophia-asthme). Vous pouvez téléphoner à un **infirmier conseiller en santé**.

Renseignez-vous sur [www.ameli.fr/sophia-asthme](http://www.ameli.fr/sophia-asthme)

**Inscription** par internet (compte ameli) ou avec le courrier que vous avez reçu (enveloppe T).



**Service gratuit et sans engagement**

Renseignez-vous sur [ameli.fr/sophia-asthme](http://ameli.fr/sophia-asthme)

**Sophia** est un service gratuit d'accompagnement des malades souffrant d'une pathologie chronique proposé par l'Assurance Maladie. Des informations pour mieux comprendre votre asthme. Des infirmiers-conseillers en santé pour répondre à vos questions. Un site sécurisé de coaching en ligne 24h/24.