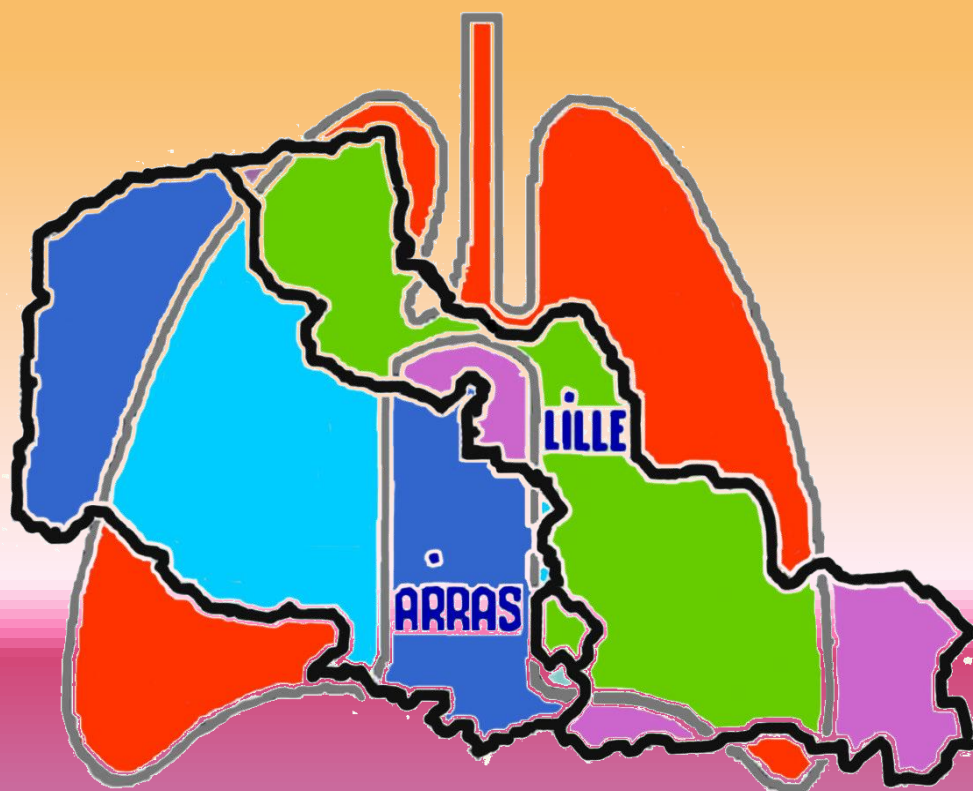


DEUXIÈME SOUFFLE



**Association du Nord de la France
des Insuffisants Respiratoires**

N° 32

DEUXIÈME SOUFFLE

N° 32

SOMMAIRE

♦ Conseil d'Administration	p 2
♦ Le mot du Président	p 3
♦ NOTRE ASSOCIATION	p 4
♦ Compte rendus d'activités 2009	p 5
♦ Assemblée Générale - Photos	p 10
♦ Croisière sur le « Swanny. V » - Photos	p 12
♦ SOUVENIRS & HOMMAGES	p 14
♦ Poème de notre amie Laurette	p 15
♦ Hommage à nos disparus	p 16
♦ NOTRE SANTÉ	p 17
♦ Canicule - Que faire ?	p 18
♦ FORM ACTION SANTE	p 20
♦ Réhabilitation respiratoire à Wattrelos	p 22
♦ Équipements	p 23
♦ NOS LOISIRS	p 24
♦ Le jardin de Nicole Peeters	p 25
♦ Jean-Marie Vandenabeele à l'aquagym	p 27
♦ Francis Dujardin, collectionneur dans l'âme	p 28
♦ Sylvie Declerck et son chien d'aveugle	p 30
♦ Des devoirs envers le prochain	p 31

Dépôt Légal : Août 2010

Directeur de la publication : **Alain DEVILLERS**

Comité de rédaction: *Responsable et illustrations* : **Vincent BACHELET**

Membres : **Edmond EVERLET, Danièle BÉGARD, Alain DEVILLERS, Brigitte POIRRIER, Christian BEVERGLIERI.**

Imprimé à titre gracieux par **SANTELYS RESPIRATION.**

A.N.F.I.R.

ASSOCIATION DU NORD DE LA FRANCE DES INSUFFISANTS RESPIRATOIRES

Régie par la Loi du 1er Juillet 1901

Président Fondateur
Jean-Luc VERCRUYSE

Vice-président Fondateur
Eugène LESTIENNE

Présidents Honoraires
Robert BEGARD
René LEMOINE

Vice-présidents Honoraires
Robert MONSIGNY
Joseph LEPOUTRE

SIEGE SOCIAL

Maison des Associations - 72, 74, Rue Royale - 59000 LILLE
Tel: 03 20 52 03 94 - C.C.P. 419.30 W LILLE

SITE INTERNET

www.anfir.fr

ADMINISTRATION

PRÉSIDENT D'HONNEUR
Monsieur le Professeur Cyr VOISIN

MEMBRE D'HONNEUR
Madame le Docteur Annick BERZIN

PRÉSIDENT
Monsieur DEVILLERS Alain
13 Rue Eugène Delacroix
59155 FACHES-THUMESNIL
Tél : 03 20 52 03 94

VICE-PRÉSIDENTE
Madame BEGARD Danièle
17 Résidence Quintyn 59113 SECLIN
Tél : 03 20 32 40 01

VICE-PRÉSIDENT
Monsieur BERVEGLIERI Christian
Avenue de l'Europe 101/1, Les Vosges
Rés. du Parc 59320 HAUBOURDIN
Tél : 06 75 01 65 35

TRÉSORIER ADJOINT
Monsieur VANDENABEELE Jean Marie
16, Rue de Wambrechies
59520 MARQUETTE lez LILLE
Tél : 06 09 60 31 01

SECRÉTAIRE
Madame Martine MAZIN
4, Rue du Nouveau Siècle
59136 WAVRIN
Tél : 03 27 29 95 69

DÉLÉGUÉE APNÉE DU SOMMEIL
Madame POIRRIER Brigitte
13, rue Gambetta 59132 BAIVES
Tél : 06 75 42 55 79

ADMINISTRATEURS
Monsieur Grégory BIESBROUCK
101, Rue Robert Schuman - 59920
LA CHAPELLE D'ARMENTIERES
Tél : 03 20 86 55 51

Monsieur Vincent DECLERCK
8/3, Rue de la Toison d'Or
59650 – VILLENEUVE D'ASCQ
Tél : 03 20 04 14 48

Monsieur DELCOURT Georges
9, Allée Alfred de Musset
59960 NEUVILLE EN FERRAIN
Tél : 03 20 46 93 88

Monsieur Francis DUJARDIN
194, Rue Jean Jaurès Prolongée
59172 ROEULX
Tél : 06 28 40 81 25

Monsieur DUPREZ Robert
21, Boulevard de la Marne Villa Tamaris
59420 MOUVAUX
Tél : 03 20 26 00 51

Monsieur EVERLET Edmond
6 Rue Lucien Cheval
59230 ST-AMAND-LES-EAUX
Tél : 03 27 27 83 54

Madame PEETERS Nicole
15 A, Allée du Colza
59960 NEUVILLE EN FERRAIN
Tél : 06 83 15 44 23

Monsieur VERDONCK Bernard
1, rue Jacquemart
59295 PAILLENCOURT
Tél : 06 77 63 83 30

Nous tenons à signaler que : 10 Membres sur 14 du Conseil d'Administration sont des Insuffisants Respiratoires. L'un des membres était technicien à SANTELYS-RESPIRATION. Nous avons fait appel à lui, sa connaissance de problèmes des Insuffisants Respiratoires nous étant très précieuse.

LE MOT DU PRESIDENT

Chers(ères) Amis(ies),

Nous voici déjà au deuxième semestre de l'année 2010. Les années passent beaucoup plus vite que nous le voulons, nos amis aussi. Nous aurons l'occasion d'en reparler dans ce journal.

Comme tous les ans depuis 1999, je rentre d'avoir encadré un séjour vacance organisé par la FFAAIR et l'ANTADIR, et je constate de plus en plus que les patients qui sont sous oxygène sont mal informés sur leurs droits, et leurs devoirs, mais ils ne sont pas les seuls, car certains prestataires ne respectent pas toujours leurs obligations envers leurs patients.

J'ai rencontré un patient ayant une prescription de 18 heures d'oxygène, mais ne possédait qu'un extracteur, comment peut-elle sortir sans oxygène ? Ce malade ne connaît pas bien ses droits. Je lui ai conseillé de demander de l'oxygène liquide par l'intermédiaire de son pneumologue.

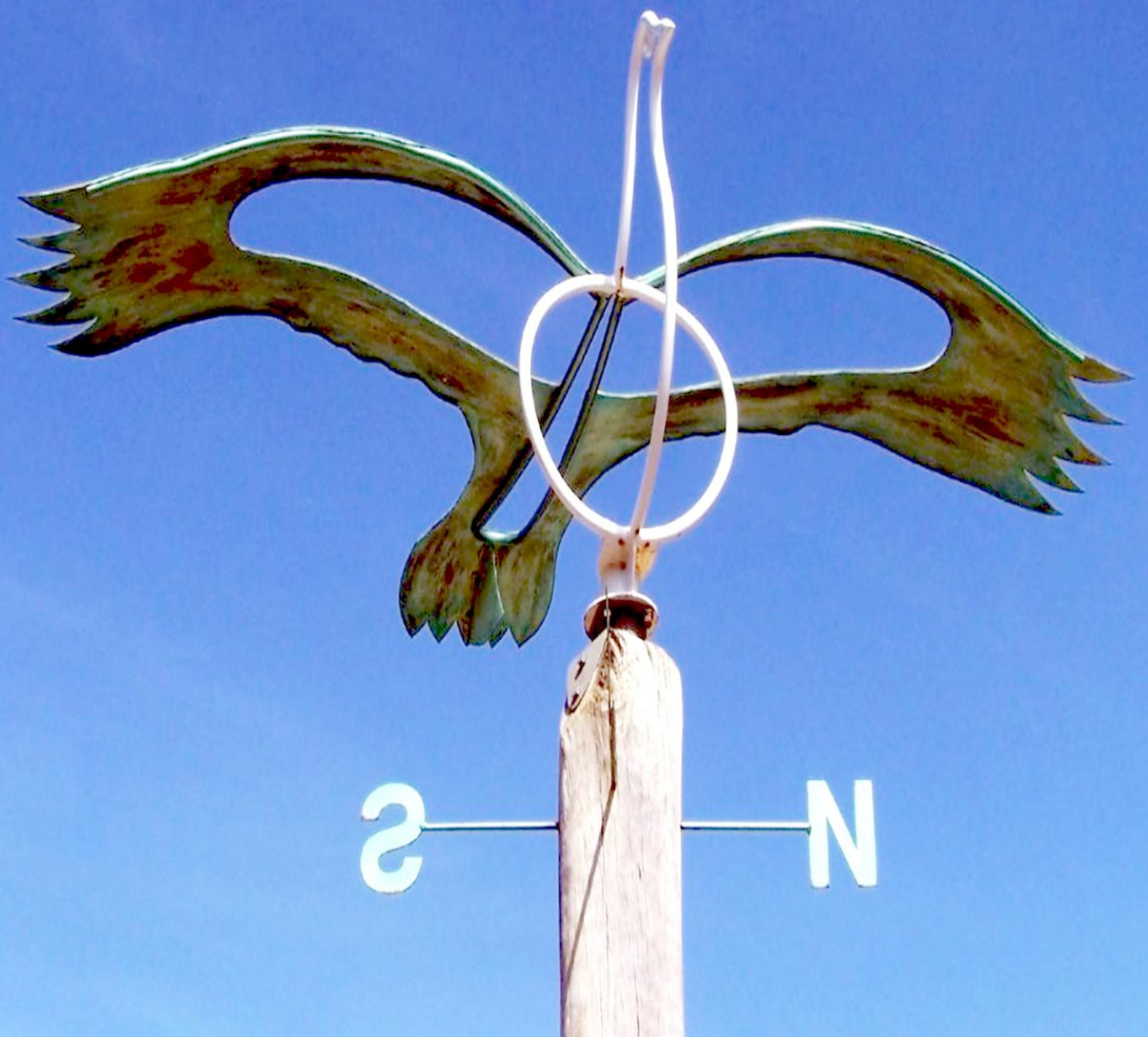
Vous avez du matériel qui peut vous faciliter la vie, surtout pour marcher. Le « Rollator », est fait pour vous aider à marcher, surtout pour se tenir droit et lorsque que la fatigue se fait sentir vous avez une planchette qui vous permet de vous asseoir et vous reposer, car avec les années nous avons tendance à nous vouter.

Je souhaite de bonnes vacances à tous ceux qui s'apprêtent à partir, soyez très prudents sur les routes. Je vous dis à bientôt, cordialement.

Alain DEVILLERS



Notre Association



RAPPORT D'ACTIVITE

ANNEE 2009

- 02-01-2009 Rendez-vous avec la Marie de Wasquehal pour une Adhérente.
- 13-01-2009 Passé la journée à Paris à la FFAAIR pour les chèques vacances.
- 15-01-2009 Départ pour le Congrès de Pneumologie de la Langue Française qui se tient à Lyon du 16 au 19 inclus. Monsieur VANDENABEELE nous a accompagnés. Retour sur Lille le 20.
- 27-01-2009 Participation à la réunion du CRUQ qui se tient à la Clinique de la Clarence à Divion.
- 28-01-2009 Passé la journée à Paris à la FFAAIR pour les chèques vacances
- 30-01-2009 Participation à la pose de la 1^{ère} Pierre de la Clinique de Bonsecours à Arras.
- 03-02-2009 Passé la journée à Paris à la FFAAIR pour les chèques vacances.
- 11-02-2009 Rendez-vous à l'Ecole d'Infirmières de Lens avec un Monsieur Gérard DEGALLAIX pour parler de l'insuffisance respiratoires devant les Elèves infirmiers, infirmières.
- 16-02-2009 Rendez-vous avec le Receveur de la Poste de Faches pour l'envoi du courrier aux adhérents.
- 19-02-2009 Rendez-vous à la Clinique des Dentellières à Valenciennes pour la réunion du CRUQ de 12h30 à 14h00. Après cette réunion Rendez-vous avec la Déléguée de l'Apnée du Sommeil à l'hôpital de « Le Quesnoy » pour rencontrer la responsable de la réhabilitation respiratoire.
- 20-02-2009 Participation au Conseil d'Administration de SANTELYS
- 23-02-2009 Rendez-vous avec la représentante de chez RICOH, matériel de photocopie. L'après midi rendez-vous à la Préfecture de Lille pour participation à la réunion « Conférence Régionale de Santé. Je n'ai pu assister jusqu'à la fin de cette réunion ayant un gros problème de santé.
- 26-02-2009 Rendez-vous chez la trésorière pour remettre des documents comptables.
- 27-02-2009 Rendez-vous à Paris avec Monsieur BERTRANDY, trésorier de la Fédération, car nous avons rendez-vous avec l'ANCV. L'après midi j'ai travaillé pour les chèques vacances.
- 10-03-2009 Passé la journée à Paris à la Fédération pour les chèques vacances
- 11-03-2009 Rendez-vous à la DRASS à Lille
- 12-03-2009 Arrivée du Président de la Fédération pour assister au 30 ans de SANTELYS qui est le prestataire avec qui nous avons un partenariat.
- 18-03-2009 Journée portes ouvertes dans tous les centres du sommeil. Nous y avons participé à la clinique de la Louvière à Lille, y était présent Madame POIRRIER, Monsieur BERVEGLIERI et moi-même. Nous avons eu de bons contacts et nous avons

rendez-vous en avril au centre de réhabilitation respiratoire pour pouvoir présenter l'ANFIR aux patients qui suivent le stage.

- 25-03-2009 Conseil d'Administration à Paris pour la Fédération
- 31-03-2009 Passé la journée à Paris à la Fédération pour les chèques vacances.
- 06-04-2009 Rendez-vous à la MDPH à Villeneuve d'Ascq pour déposer le dossier d'un Adhérent.
- 07-04-2009 Passé la journée à Paris à la Fédération pour les chèques vacances.
- 08-04-2009 Rendez-vous à la clinique de Divion pour assister à la réunion du CRUQ
- 10-04-2009 Rendez-vous à Lezennes avec le responsable de la Société ORKIN' qui Envisage une collaboration avec notre association.
- 14-04-2009 Passé la journée à Paris à la Fédération pour les chèques vacances.
- 18-04-2009 Assemblée Générale de l'ANFIR à Lesquin.
- 21-04-2009 Passé la journée à Paris à la Fédération pour les chèques vacances.
- 27, 28-04-2009 Rendez-vous à Paris avec l'ANTADIR pour les séjours vacances. Stage de deux jours d'informations
- 29-04-2009 Rendez-vous avec Monsieur BERVEGLIERI à la Clinique de la Louvière à Lille avec les patients qui font actuellement de la réhabilitation respiratoire pour leur parler de l'association et les documenter.
- 30-04-2009 Rendez-vous à Saint Amand les Eaux avec le responsable du Journal « Deuxième Souffle »
- 05-05-2009 Passé la journée à Paris à la Fédération pour les chèques vacances.
- 12-05-2009 Passé la journée à Paris à la Fédération pour les chèques vacances.
- 15-05-2009 Réunion à la clinique de Divion pour connaître le résultat de la visite effectuée par la Haute Autorité de la Santé durant 5 jours dans tous les services pour prendre connaissance de l'organisation générale de la clinique. Cette dernière a obtenu de très bons résultats et même des félicitations des inspecteurs de la H.A.S.
- 19-05-2009 Passé la journée à Paris à la Fédération pour les chèques vacances.
- 20-05-2009 Rendez-vous à la Clinique de la Louvière au service « Réhabilitation Respiratoire » pour rencontrer les patients et leur parler de l'ANFIR et de parler des problèmes de l'insuffisance respiratoire.
- 22-05-2009 Rendez-vous avec la Trésorière
- 25-05-2009 Assisté aux funérailles d'une adhérente qui avait envisagée de devenir la secrétaire de l'association.
- 26-05-2009 Assisté aux funérailles du Professeur TACQUET qui était le Président de SANTELYS.
- 27-05-2009 Réunion à Saint Amand les Eaux chez le responsable de notre journal pour la préparation de ce dernier.
- 28-05-2009 Passé la journée à Paris à la Fédération pour les chèques vacances.

02-06-2009	Passé la journée à Paris à la Fédération pour les chèques vacances.
04-06-2009	Réunion du CRUQPEC à la Clinique des Dentellières à Valenciennes.
05-06-2009	Conseil d'administration avec la Fédération
09-06-2009	Passé la journée à Paris à la Fédération pour les chèques vacances.
11-06-2009	Visite à une adhérente
11-06-2009	Participation à la réunion organisée pour le départ du Directeur Monsieur CHAILLOUX de SANTELYS
15-06-2009	Rendez-vous à la clinique RIEUMONT à Liévin au service de réhabilitation respiratoire pour documenter les patients sur l'association.
16-06-2009	Passé la journée à la FFAAIR à Paris pour les chèques vacances.
17-06-2009	Rendez-vous à la clinique de la Clarence à Divion pour la CRU.
19-06-2009	Rendez-vous à la clinique de Sainte Catherine à Arras pour la CRU.
23-06-2009	Passé la journée à la FFAAIR à Paris pour les chèques vacances.
24, 29-06-2009	Départ pour le Mans avec Mesdames POIRRIER, DEVILLERS et Mr BERVEGLIERI pour participer au congrès de la FFAAIR.
03-07-2009	Passé la journée à la FFAAIR à Paris pour les chèques vacances.
04-07-2009	Réunion à Saint André avec un client toute l'après midi.
07-07-2009	Passé la journée à la FFAAIR à Paris pour les chèques vacances
10-07-2009	Passé la journée à la FFAAIR à Paris pour les chèques vacances
17-07-2009	Passé la journée à la FFAAIR à Paris pour les chèques vacances
20-07-2009	Rendez-vous avec le responsable du journal de l'ANFIR.
21-07-2009	Passé la journée à la FFAAIR à Paris pour les chèques vacances
22-07-2009	Rendez-vous avec le Vice Président pour mise au courant sur l'organisation
27-07-2009	Nous avons assisté aux funérailles d'un adhérent
28-07-2009	Passé la journée à la FFAAIR à Paris pour les chèques vacances
03-08-2009	Rendez-vous avec SANTELYS pour prendre possession de notre journal
04-08-2009	Passé la journée à la FFAAIR à Paris pour les chèques vacances
06-08-2009	Rendez-vous avec la responsable de la trésorerie pour finaliser les comptes
07-08-2009	Rendez-vous avec le responsable du journal de l'ANFIR.
18-08-2009	Passé la journée à la FFAAIR à Paris pour les chèques vacances
19-08-2009	Rendez-vous avec un patient pour établir un dossier pour la MDPH et le renseigner sur les activités de l'association. Va adhérer.
25-08-2009	Passé la journée à la FFAAIR à Paris pour les chèques vacances
26-08-2009	Rendez-vous avec le Vice Président pour la recherche d'un site de sortie

27-08-2009	Visite du site de « Val Joly ». Nous pensions faire une sortie sur ce lieu qui malheureusement n'est plus très approprié pour les handicapés, le parking est sur une pente et cela pose problème pour les insuffisants respiratoires.
31-08-2009	Départ pour Pornichet afin d'encadrer ce séjour organisé par la F.F.A.A.I.R. et qui comprends 28 participants. La fin de ce séjour sera le 10 septembre.
11-09-2009	Rendez-vous avec un administrateur pour rendre visite à des patients faisant de la réhabilitation respiratoire à l'Hôpital de RIEUMONT.
12-09-2009	Participation avec SANTELYS à l'inauguration de leur nouveau site de dialyse à Doullers à côté d'Avesnes sur Helpe.
14-09-2009	Rendez-vous avec le responsable du journal à Saint Amand les Eaux.
15-09-2009	Passé la journée à la FFAAIR à Paris pour les chèques vacances
16-09-2009	Rendez-vous avec le Vice Président
17-09-2009	Rendez-vous avec le Docteur CATTO au Centre Hospitalier de Loos concernant l'organisation d'une réunion que nous envisageons de faire sur la B.P.C.O. le 17 février 2010. Le midi nous avons rendez-vous à Arras avec la CRU de la Clinique de Bon Secours pour l'organisation de la visite de certification de l'établissement.
18-09-2009	Rendez-vous à Seclin avec la responsable des festivités de cette ville pour participer à une réunion sur « Faites de la Santé » qui aura lieu en novembre prochain.
19-09-2009	Participation à l'inauguration des nouveaux locaux de Dialyse à Houplines par SANTELYS.
21-09-2009	Rendez-vous avec une nouvelle adhérente qui prendra la place de secrétaire.
22-09-2009	Participation à la réunion de la CRU à la Clinique de Divion
17-10-2009	Passé la journée à la FFAAIR à Paris pour les chèques vacances.
15-10-2009	Rendez-vous à Douvrin avec un Administrateur et le Vice Président à «Radio Plus » Monsieur PLANQUE et la responsable de l'ADAIR, le Docteur ALLUIN, mas rendez-vous annulé et reporté le 23 octobre.
19-10-2009	Réunion avec le Vice Président pour la mise sous plis de notre journal et du courrier concernant la réunion de fin d'année.
20-10-2009	Rendez-vous avec le Vice Président à Libercourt puis Tournai en Belgique à la recherche de cadeaux pour offrir à nos adhérents lors de la réunion de fin d'année.
21-10-2009	Première permanence à la maison des Usagers à la Clinique de la CLARENCE à Divion.
23-10-2009	Rendez-vous avec RADIO PLUS à DOUVRIN, l'après midi nous avons rendez-vous avec le centre de réhabilitation respiratoire de l'Hôpital de Rieumont à Liévin pour présenter l'association aux patients suivant un stage
27-10-2009	Réunion à Paris au siège de la FFAAIR pour les séjours vacances. Réunion à laquelle participe tous les accompagnants vacances pour faire un compte rendu sur chacun des séjours.
04-11-2009	Permanence à la maison des Usagers à Divion Clinique de la CLARENCE

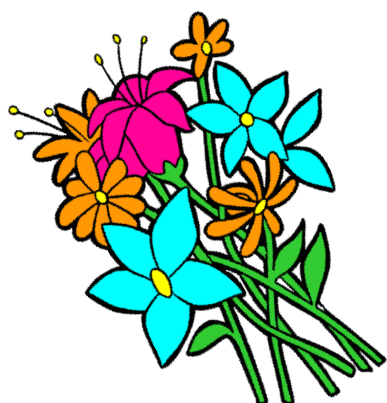
0961162009	Réunion à la Clinique de Bon Secours à Arras pour la visite de certification
18-11-2009	Permanence à la maison des Usagers à Divion Clinique de la CLARENCE
20-11-2009	Réunion du Conseil d'Administration chez SANTELYS
21-11-2009	Réunion de fin d'année avec les adhérents à l'hôtel Mercure de Lesquin. Pour le repas de fin d'année avec animation
23-11-2009	Réunion avec le Vice Président pour parler des différents rendez-vous de la semaine à venir.
25-11-2009	Rendez-vous à la Clinique de la CLARENCE à Divion pour la CRUQPEC ;
26-11-2009	Nous avons assisté aux funérailles d'une adhérente.
29-11-2009	Participation au salon de « Faites de la Santé » organisé par la ville de Seclin
30-11-2009	Rendez-vous à Saint Amand avec le responsable du journal.
02-12-2009	Rendez-vous à la permanence de Divion à la Clinique de la CLARENCE, mais cette fois nous pouvons rendre visite aux malades dans les chambres. Nous avons pu rencontrer une dizaine de patients.
03-12-2009	Rendez-vous avec la maison des Associations de Lille pour nous inscrire
04-12-2009	Assemblée Générale extraordinaire avec l'association Respirons Ensemble
09-12-2009	Rendez-vous à la Clinique de Bon Secours à Arras pour assister à la réunion de certification de la clinique qui a commencé début de la semaine.
11-12-2009	Rendez-vous à Arras à la Clinique de Bon Secours pour assister à la réunion qui clôtura la semaine de certification et pour assister aux conclusions des Inspecteurs.
16-12-2009	Permanence à la Clinique de la CLARENCE à Divion.

Je ne parle pas des différents contacts avec les adhérents et certains déplacements pour rendre visites à ceux qui étaient dans les Hôpitaux ou Cliniques.



QUELQUES IMAGES DE L'ASSEMBLEE GENERALE



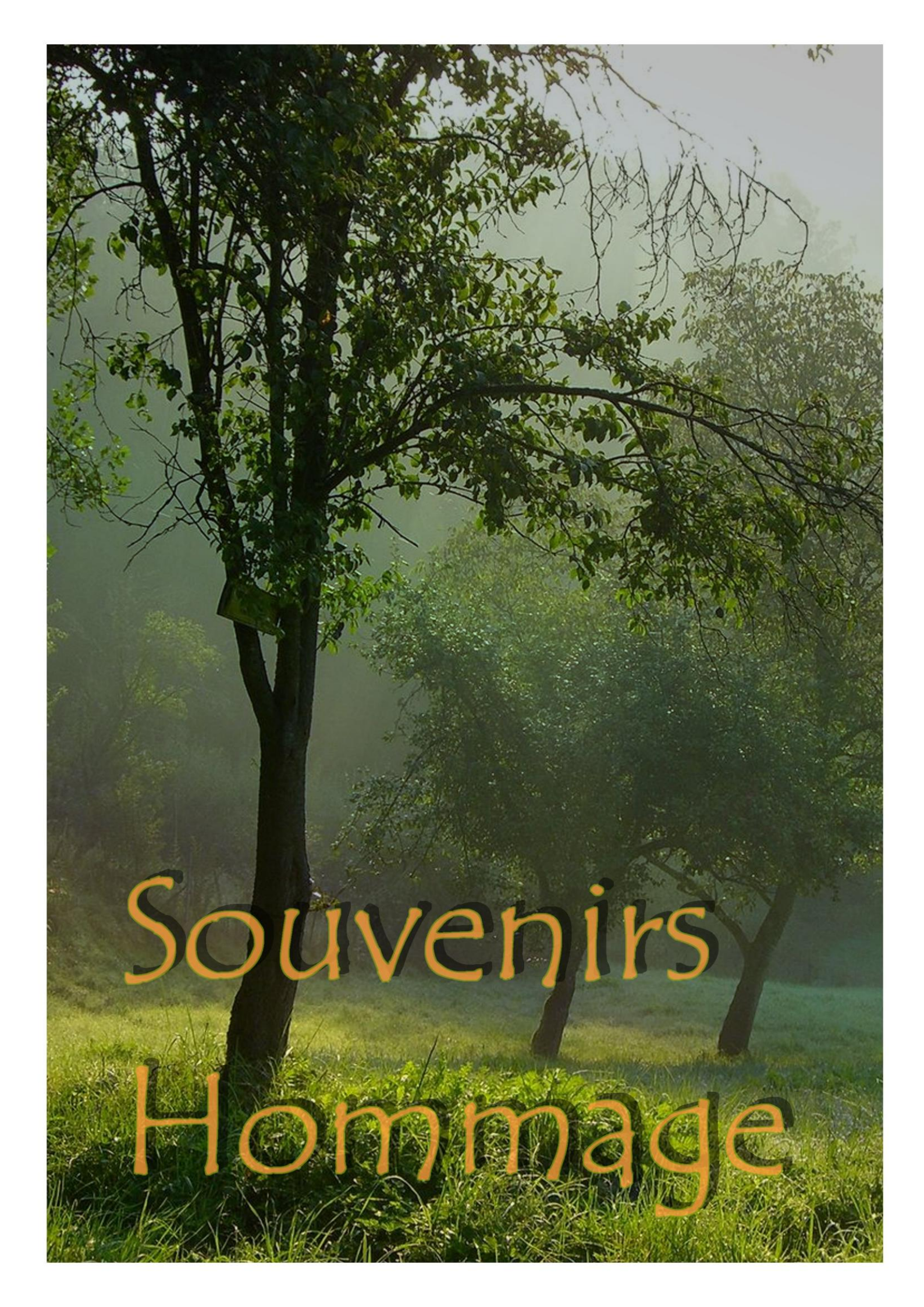


Cette journée à l'HOTEL MERCURE DE LESQUIN fût particulièrement réussie. Un grand merci à Renée pour l'animation, la guitare et les chansons.

LA CROISIERE SUR LE « SWANNY V »





A photograph of a misty forest. In the foreground, a large tree with green leaves stands on the left. The ground is covered in tall grass. In the background, other trees are visible through the mist. The text "Souvenirs" and "Hommage" is overlaid in a stylized font.

Souvenirs Hommage

POEME DE LAURETTE



**L'Amitié
vue par
notre amie**

**Un sourire, un clin d'oeil, un regard complice
Tu arrives ou tu me téléphones
Et voici qu'aussitôt c'est la fête dans mon coeur**

**Si j'ai du vague à l'âme, si la vie me paraît monotone
Il suffit que tu sois là
Pour que sans un mot, sans un geste
Baguette magique
Tu balaies mes incertitudes, ma solitude
Et me redonnes l'envie de rire....**

**Qu'il est doux, qu'il est bon de pouvoir compter sur toi
Qu'en cas de peine, qu'en cas de joie
De savoir que tu es là
Toujours là ...**

HOMMAGE A NOS DISPARUS

Notre ami Gérard DEGALLAIX nous a rendu de grands services au sein de notre association. Ayant fait de la réhabilitation respiratoire à la clinique de Liévin, il avait pris en charge ce centre de réhabilitation pour présenter notre association aux patients, qui comme lui, venaient pour 4 à 5 semaines faire de la réhabilitation respiratoire. Ce qui a permis de faire de nouveaux adhérents. De plus chaque fois que nous avions besoin de sa présence pour rendre visite à une « Ecole d'infirmières », il était toujours d'accord pour témoigner sur le vécu d'un insuffisant respiratoire.



Le 23 octobre 2009, nous avons été à « RADIO PLUS » à DOUVRIN, avec Madame le Docteur ALLUIN de l'association de soins du Pas de Calais « l'A.D.A.I.R. » afin de participer à un reportage sur nos deux associations.

Merci Gérard pour tout ce que tu as fait et réalisé pour l'ANFIR. Nous ne t'oublierons pas.

Alain DEVILLERS





Notre Santé



CANICULE

que faire ?



L'exposition à de fortes chaleurs peut entraîner une déshydratation, l'aggravation d'une maladie chronique ou un coup de chaleur. Attention particulièrement en cas de pic de pollution associé. Les précautions à prendre sont simples, elles méritent cependant d'être rappelées.

Cette fiche réunit quelques conseils élémentaires destinés plus particulièrement aux patients insuffisants respiratoires. Il s'agit là de mesures générales ; pour plus de précisions, consultez votre médecin traitant.

En cas de FORTE CHALEUR...

Sachez reconnaître le coup de chaleur, c'est une situation d'urgence...

Certains signes doivent vous alerter :

- Crampes musculaires au niveau des bras, des jambes...
- Fatigue et faiblesse
- Etourdissement et vertiges
- Insomnie inhabituelle
- Maux de tête
- Fièvre
- Soif intense

Que faut-il faire ?

Ces signes précèdent les signes d'extrême gravité que sont la confusion mentale, les convulsions ou la perte de connaissance. Devant la survenue d'un ou plusieurs de ces signes, il faut agir vite, c'est une situation d'urgence.



- Prévenez un médecin ou appelez le 15
- Prévenez votre entourage
- En attendant le médecin :
 - prenez votre température
 - rafraîchissez-vous le plus vite possible : enveloppez-vous d'un drap humide ou prenez une douche fraîche, installez-vous près d'un ventilateur
 - buvez de l'eau fraîche
 - ne prenez pas de médicament pour faire diminuer la fièvre.



CANICULE

10 conseils aux patients insuffisants respiratoires chroniques



A. Rabbat

Pneumologue - réanimateur - Hôtel-Dieu - Paris



1

Buvez beaucoup de liquide sans attendre d'avoir soif (au moins 1,5 l d'eau par jour sauf contre-indication médicale). Une bonne hydratation facilite l'expectoration.



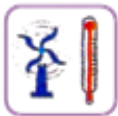
2

Evitez les boissons alcoolisées ou riches en caféine (café, thé, cola) ou très sucrées. Pensez aux tisanes, aux infusions froides, aux eaux gélifiées.



3

Continuez à manger régulièrement, même si vous n'avez pas faim. Pensez aux fruits et aux crudités (sauf en cas de diarrhée).



4

A l'intérieur, restez dans les pièces les plus fraîches. Dans la journée, fermez volets, rideaux et fenêtres. Ouvrez la nuit en provoquant des courants d'air.



5

Rafrâchissez-vous, mouillez-vous le corps plusieurs fois par jour à l'aide d'un brumisateur ou d'un gant de toilette. Prenez facilement une douche ou un bain frais.



6

Evitez les sorties pendant les heures les plus chaudes (de 11 heures à 17heures) et limitez vos activités physiques.



7

A l'extérieur, portez un chapeau et des vêtements légers (coton) et amples, de préférence de couleur claire. Restez à l'ombre. N'oubliez pas d'emporter de l'eau.



8

Evitez d'exposer les bouteilles d'oxygène gazeux et vos aérosols doseurs (sprays) à plus de 50 degrés (au soleil, dans une véranda, une voiture...). Il n'y a pas de mesure spécifique vis-à-vis des autres matériels d'assistance respiratoire.



9

Prenez bien vos médicaments à visée respiratoire, ils gardent toute leur efficacité. Attention, certains médicaments peuvent accroître l'effet de chaleur.



10

Demandez conseil à votre médecin ou à votre pharmacien.

Consultez régulièrement la météo et la carte de vigilance.

Prévenez votre entourage, éventuellement votre mairie si vous vivez seul à votre domicile.

FORM ACTION SANTE

Nous avons été contacté par le Docteur Jean Marie GROBOIS, pneumologue de son état, pour nous proposer de collaborer à la création de fiche pratique destiné à des insuffisants respiratoires.

Nous nous sommes rencontrés le 6 mai dernier. Nous avons été reçus par le Docteur GROBOIS et son équipe pour nous présenter sa société

FORM ACTION SANTE.

Cette société a pour but de développer la réhabilitation respiratoire à domicile en partenariat avec des prestataires de services.

Ce pneumologue a été en grande partie l'instigateur de la remise en forme en 1991 de notre président Alain DEVILLERS qui est un exemple pour nous. Lors de notre entretien le Docteur GROBOIS et Alain DEVILLERS se sont rappelés certains souvenirs, lors de cette réhabilitation.



Le pneumologue lui conseilla de faire un stage de réhabilitation et il le fit inscrire à la Louvière qui était la seule à faire ce genre de stage. Depuis il y a 8 centres dans la région Nord Pas de Calais.



Ce mal qui le rongeat pendant 10 ans aurait pu être fatal si ayant des problèmes de plus en plus importants il prit rendez-vous avec son médecin pour lui expliquer les difficultés qu'il rencontrait. Aussitôt il lui a ordonné de faire des radios et sur un mois de temps l'opération lui fut conseillé mais d'urgence.

Entré en clinique le 3 mai, opéré le 6 mai et sorti le 16 mai. La suite ne fut pas des plus réjouissantes. En effet après être sorti de la clinique c'est là que les douleurs ont fait leurs apparitions. Pendant 15 jours il lui était impossible de dormir plus de 2 heures d'affilée. Sortie de clinique le 16 juin 1988, la première nuit complète fut du 30 mai au 1er juin. A partir de cette date ce fut la galère jusqu'en 1991.

C'est vraiment la réhabilitation qui l'a remis sur pied, mais il a continué à s'entraîner pour garder l'acquit de son stage à la clinique de la Louvière, qui fut le premier centre de réhabilitation, à ma connaissance. Après le stage, un travail personnel commença et dura deux ans et demi. Notre président remercie tous ceux qui l'ont aidé et l'ont encouragé pour retrouver un nouveau souffle. Il n'oublie pas les pneumologues et les kinésithérapeutes qui se sont occupés de lui.

“



Monsieur Alain D. (62 ans)

“C'est lors d'une radio à la médecine du travail que mon problème pulmonaire a été décelé. Problème sérieux, plus compliqué encore parce que j'étais à l'époque un "gros fumeur". Résultat, on a dû m'enlever le lobe supérieur d'un poumon. Les trois années après mon opération ont été **vraiment "galère"**... Le stage a été un tournant. La kinésithérapie et le réentraînement à l'effort amélioraient mon état, et surtout, j'étais motivé pour m'en sortir. On m'avait dit de marcher, alors j'ai marché. Jusqu'à cinq heures par jour. C'était très dur au début, puis de moins en moins pénible. Et pour exercer encore mieux mon souffle, je marchais... en sifflant ! Ce qui m'en donnait la force, **c'est de savoir qu'au bout du compte, les résultats seraient là**. Aujourd'hui, je continue mes exercices. Tous les jours, pour toujours. Mais j'ai retrouvé le plaisir de vivre, d'être actif... et surtout de pouvoir jouer à nouveau avec **mes petits enfants** : ce sont eux, **maintenant, qui me disent de ne pas trop forcer !**”

”

CENTRE HOSPITALIER DE WATTRELOS

Lors d'un entretien avec l'un de nos administrateurs, il nous a signalé qu'il avait une relation avec le « ROTARY CLUB de la MADELEINE ».

LA
REHABILITATION
RESPIRATOIRE



Il a réussi à nous obtenir un rendez-vous avec le Commandeur en poste et nous avons rencontré ces Messieurs, lors d'une réunion à laquelle nous avons été convoquée.

Nous avons présenté notre diaporama qui a retenue toute leur attention, et parmi les rotariens il y avait un médecin qui exerce à l'Hôpital de Wattrelos. Il nous a promis de nous obtenir un rendez-vous. Notre rencontre avec le Rotary a eu lieu un jeudi soir et le lundi suivant nous avons un rendez-vous avec le pneumologue responsable de la réhabilitation respiratoire. Le médecin nous a fait visiter les installations utilisées pour la réhabilitation ainsi que la balnéothérapie.

Depuis nous rencontrons les patients toutes les quatre semaines et présentons notre diaporama qui a beaucoup de succès.

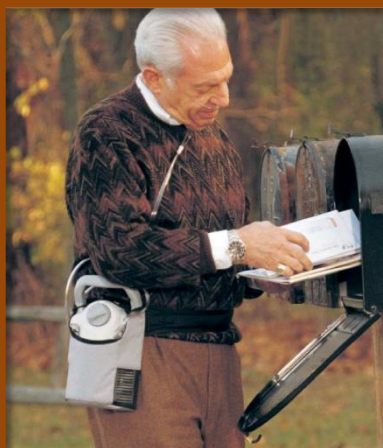
Un peu d'histoire* « Le Rotary Club » a été fondé en 1905 par Paul HARRIS, son siège se situe à EVANSTON, L'Illinois, Etats-Unis. Leurs devises « Servir d'Abord », la seconde « Qui sent le mieux profite le plus ». A méditer

Le 13 Mars 2010 le « Rotary Club » a installé un podium place Rihour à Lille à l'occasion de la journée pour venir en aide aux Haïtiens.



* Source Historique « WIKIPEDIA »

DES EQUIPEMENTS



Portable HELiOS

Le portable HELiOS est la principale interface du système HELiOS.

Le patient peut déambuler avec ce portable pendant 24h.

- Petit et léger (1.5 kg plein) pour une liberté et un confort optimal.
- Permet de déambuler 10h à un débit de 2 pour une plus grande autonomie.
- Rapide et facile à remplir; environ 40 secondes.
- Fonctionne en position verticale, horizontale et dans toutes les positions intermédiaires, pour plus de sécurité et de confort.
- Son ergonomie agréable facilite l'acceptation du patient.
- Valve pneumatique à la demande, ne nécessitant pas de batterie.
- Témoin intégré permettant un suivi simple du niveau d'O₂ restant.



Réservoir fixe HELiOS

Le réservoir fixe, permettant le stockage de l'O₂ liquide, est disponible en deux tailles (H36 et H46). Le portable est rempli à partir de ce réservoir fixe et peut y être connecté pendant le sommeil.

- Système unique de grande capacité, sans perte due à l'évaporation, ce réservoir peut fonctionner en n'étant rempli que 8 fois par an en moyenne.
- Capacité de débit continu de 10l/mn avec un débitmètre.
- Collecteur d'humidité intégré.
- Possibilité de vérification du contenu via témoins lumineux.

Le « Rollator », est fait pour vous aidez à marcher, surtout pour se tenir droit et lorsque que la fatigue se fait sentir vous avez une planchette qui vous permet de vous asseoir et vous reposer, car avec les années nous avons tendance à nous vouter. Vous devez demander à votre médecin une ordonnance pour effectuer cet achat et faire la demande à votre prestataire de soins ou faire l'achat dans une pharmacie, mais demander un devis dans plusieurs officines car il y a des différences de prix importantes pour le même matériel de la même marque.



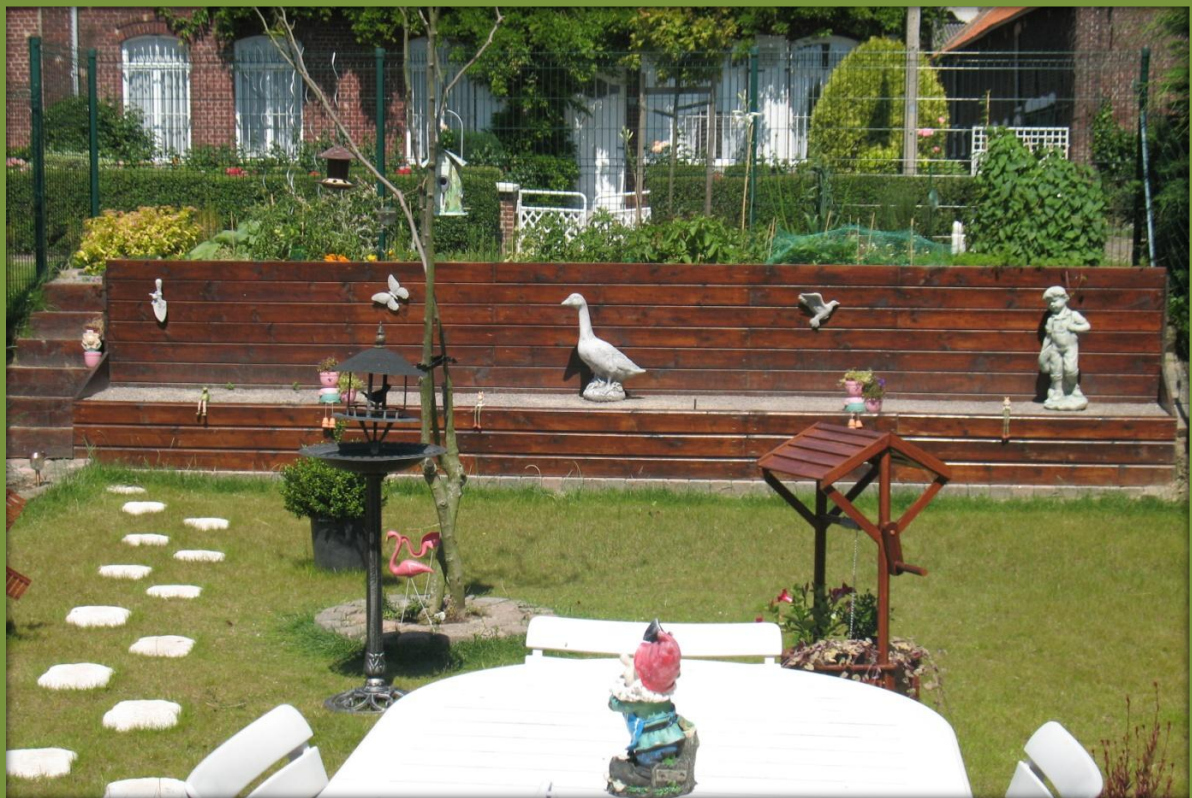


Nos Loisirs

L'handicap n'en est pas un. Donnons-nous du mal !

Je m'appelle Nicole, j'ai 60 ans, maman de deux enfants et mamie de 3 petits enfants. Adhérente à l'ANFIR, administratrice à ce jour, ex trésorière, vous l'aurez compris, je suis comme vous tous, Handicapée Insuffisant Respiratoire, reconnue par la MDPH à plus de 80 % car ce n'est pas le seul handicap que j'ai.

Si je suis aussi précise dans ma présentation, c'est pour vous dire que même avec un handicap - et quel qu'il soit - on peut faire des choses, il suffit de le vouloir... Dès que j'ai emménagé dans un logement de plein pied (avec accessibilité pour handicapés) avec un petit jardin, j'ai tout de suite vu l'installation de mon futur potager.



Mais la terre est basse, oui certes, alors il suffit de la relever ; j'ai fait un plan, je l'ai montré à mon mari, mon gendre (qui travaille très bien le bois) et mon

projet s'est mis en place. Ils m'ont fait un énorme bac en bois, plein de bonne terre, à ma hauteur, un bonheur.

Certes ce n'est pas facile tous les jours, tout comme vous il y a des jours avec, des jours sans, et pourtant ma passion pour le jardinage et plus particulièrement le potager, fait que je m'accroche, que je me motive, et quand le résultat est là, croyez moi, c'est avec une grande fierté que je récolte mes légumes (en 2009 j'ai récolté des tomates dont la plus lourde faisait plus de 500 g.) - voir la photo - mes fraises étaient un régal, et mes salades, j'en ai encore les papilles qui frémissent, moi handicapée, qu'un employeur à jeter, à



qui la vie n'a pas fait de cadeau, tout comme vous, et combien d'autres, mais handicapé ne veut pas dire que l'on n'est plus bon à rien, on peut faire tant de chose ...

A côté de cela, je suis aussi membre élu de la CIAPH (Commission Intercommunale pour l'Accessibilité des Personnes Handicapées) de la LMCU (Lille Métropole Communauté Urbaine), j'ai aussi créée une association « Ensemble pour César », mon mari et moi-même sommes « famille d'accueil de chiens guide d'aveugles » mais cela fera peut être l'objet d'un prochain article, si vous le voulez bien...

COURAGE VOUS N'ETES PAS SEUL... NE L'OUBLIEZ JAMAIS

Nicole PEETERS 2010

Jean-Marie à l'aquagym

Je suis sous oxygénothérapie depuis Juin 2007 (BPCO sévère). Passionné de natation, j'y allais presque toutes les semaines mais l'oxygène m'a posé problème et je n'y allais plus. Suite aux stages de réhabilitation à l'hôpital de Loos, j'ai repris conscience qu'il fallait refaire du sport. J'ai donc demandé au directeur de la piscine de Marquette, l'autorisation de continuer les activités nautiques avec mon compagnon 1000. Je me suis inscrit à l'aquagym le samedi midi de 12h30 à 13h30 et je fais les exercices en fonction de mes capacités et mon état. Lorsque les exercices sont terminés j'ai un créneau d'une demi-heure, la réouverture est à 14H, cela me permet de faire plusieurs longueurs.



toutes les semaines mais l'oxygène n'y allais plus. Suite aux réhabilitation à l'hôpital conscience qu'il fallait J'ai donc demandé la piscine de l'autorisation de activités nautiques compagnon 1000. à l'aquagym le 12h30 à 13h30 et je fonction de mes Lorsque les exercices sont demi-heure, la réouverture est



J'ai une petite fille née en Janvier 2007, dès 2008 je l'ai inscrite au bébé nageur et nous y allons presque tous les mercredi matin sauf si la petite est enrhumée ou lorsque je fais de la bronchite. Comme il y a beaucoup d'enfants, je laisse mon O2 à proximité et encas de problèmes, la maître nageuse ou les mamies dans l'eau m'aide en cas de difficulté. Malheureusement les activités nautiques doivent cesser à la rentrée Scolaire 2010 car la piscine ferme : trop vétuste et à ce jour je n'ai pas trouvé de solution.

JMV

VOICI UN COLLECTIONNEUR

Monsieur Dujardin : marié, trois enfants, habite ROEULX dans un petit pavillon accueillant et chaleureux. Pour ses raisons de santé il est en attente d'une maison de plein pied. Monsieur Dujardin est sous oxygène depuis 1998. Sa maladie est due à son travail dans le BTP et à la cigarette.

Monsieur Dujardin a été très soutenu par sa famille et amis au début de sa maladie, ce qui lui a permis de surmonter son handicap et de ne pas être dérangé par le regard des autres. Maintenant qu'il ne peut plus exercer sa profession, il s'occupe de son jardin, de sa maison et surtout de sa passion de collectionneur. Ce fut d'abord une collection de « Harley Davidson », mais à contre cœur il a dû s'en séparer car pour nettoyer une moto cela demande beaucoup de précision et de patience. N'ayant plus la possibilité de s'en occuper comme il le souhaitait et ayant eu la possibilité de vendre toutes ses motos à la même personne, collectionneur comme lui, ce fut moins pénible de s'en séparer sachant qu'elles étaient dans de bonnes mains.



Etant collectionneur dans l'âme il se mit à collectionner les voitures, à ce jour il en possède plus de 100 et cela lui prend beaucoup de temps. Comme il n'a malheureusement pas de vitre pour les exposer, elles sont rangées sur des étagères, et bien sur la poussière se dépose ; alors ce qui lui prend le plus de temps c'est le nettoyage de cette collection qui est envahissante par le nombre. En effet ce sont des voitures et il faut les entretenir comme une

voiture, il faut enlever la poussière qui s'est déposée, nettoyer le pare-brise, simoniser et lustrer la carrosserie, le tout avec des cotons tiges et des tissus très doux. Monsieur Dujardin a construit un grand camion en Lego et il possède une belle Cadillac rose d'Elvis Presley. Car Monsieur Dujardin en plus de ses voitures et un fan de rock, et de Johnny Hallyday, il possède en miniature sa guitare. Mais malgré ces collections, il faut faire de l'exercice, et pour ce faire il fait beaucoup de promenades, visite de parc d'attractions, et surtout les brocantes pour dénicher des voitures rares pour sa collection tout cela en compagnie de sa charmante épouse.



Monsieur Dujardin pense qu'il peut nous être utile, car il pensait pouvoir effectuer un stage de réhabilitation respiratoire à Loos, mais la CPAM refuse, en effet le centre de réhabilitation le plus proche de chez lui est Le Quesnoy. Il se propose de parler de l'association lorsqu'il va commencer son stage, il nous représentera et sera à même de répondre aux questions que peuvent se poser les insuffisants respiratoires, qui mieux que lui pourras en parler. Il commencera le 13 avril et nous attendons qu'il nous demande de venir pour présenter l'ANFIR.

Nous remercions toute la famille Dujardin de nous avoir accueillis si gentiment lors de notre déplacement à Roelux.

P.S. – Depuis nous avons rencontré les responsables de la réhabilitation respiratoire.

Chiens Guides d'Aveugles

Aucune des Ecoles fédérées ne pratique le démarchage à domicile, ni le démarchage téléphonique.

Comment devenir famille d'Accueil ? Il faut :

- Habiter la région Lilloise
- Etre motivé
- Et qu'un des membres de la famille soit disponible.

Comment se déroule l'éducation du chien ?

- A 2 mois le jeune chiot est choisi pour ses aptitudes.
- De 2 à 12 mois il est confié à une famille d'accueil bénévole pour y apprendre l'obéissance et le savoir-vivre sous les conseils des éducateurs.
- De 12 à 18 mois, il intègre l'école pour apprendre son métier : Guider au harnais, contourner les obstacles, traverser sans danger, utiliser les transports, monter les escaliers...
- A 18 mois, le chien est remis gratuitement à son maître.



Pendant l'éducation du chien, l'association prend à sa charge les frais de nourriture et les soins vétérinaires.



« J'ai accueilli Valence (Croisé golden Labrador) le 6 novembre 2006 (C'est mon deuxième chien). Depuis que j'ai un chien, ma vie a changé, « c'est mes yeux ». Je me déplace en sécurité et suis beaucoup plus autonome qu'avec ma canne qui nécessite d'être toujours concentrée, attentive au bruit...c'est fatigant.

Elle facilite mes déplacements dans la vie de tous les jours (Vie associative, magasins, transports...). C'est aussi une amie elle me remonte le moral, elle est ma moitié. Le contact avec les gens est plus facile grâce à elle. Ils viennent me parler, caressent la chienne. La canne impressionne plus »

En juin 2009 a eu lieu l'inauguration du nouveau centre, il y avait plus de 600 personnes. C'était la journée de la remise à plusieurs non-voyants d'un chien qui sera à la fois un compagnon et une aide pour leurs déplacements quotidiens. Ce fut également l'occasion de rendre hommage

au fondateur, Paul CARTEVILLE. Assia El Hannouri, quadruple médaillée d'athlétisme aux jeux Paralympiques de Pékin, a accepté d'être la marraine du centre.

Madame DECLERCK

Document venant de l'Association des Aveugles transmis par Madame DECLERCK

Des devoirs envers le prochain

Nous devons :

Résolutions

1. Être justes,
➤ Je ne ferai pas aux autres ce que je ne voudrais pas qu'on me fit
2. Être charitables,
➤ Je ferai pour eux ce que je voudrais qu'ils fissent pour moi
3. Respecter la vie et la liberté des autres,
➤ Je n'attenterai pas à la vie ni à la liberté des autres
4. Respecter leur propriété,
➤ Je ne déroberai jamais le bien d'autrui
5. Leur honneur et leur réputation,
➤ Je respecterai l'honneur et la réputation de mes semblables
6. Leurs croyances et leurs opinions,
➤ Je respecterai leurs croyances religieuses et leurs opinions politiques
7. Être polis,
➤ Je serai poli à l'égard des mes supérieurs et à l'égard de tout le monde
8. Être bons,
➤ Je serai bon et bienveillant ; j'aimerai à rendre service
9. Être indulgents,
➤ Je pardonnerai toujours de bon cœur et ne me vengerai jamais
10. Être dévoués.
➤ Je me dévouerai pour mon prochain si c'est nécessaire

Maxime : l'humanité nous porte à regarder tous les hommes comme des frères et à leur faire le plus de bien possible

FÉDÉRATION FRANÇAISE DES
ASSOCIATIONS ET AMICALES
D'INSUFFISANTS RESPIRATOIRES



F.F.A.A.I.R.
66 Boulevard St Michel
75006 PARIS

*VOUS AVEZ UNE
MALADIE RESPIRATOIRE*

**SACHEZ QUE VOUS
N'ÊTES PAS SEUL(E)**

**UNE ÉCOUTE SOCIALE EST À VOTRE SERVICE
DU LUNDI AU VENDREDI DE 10h00 à 12h00 ET DE 15h00 à 17h30**

Vous pouvez appeler :

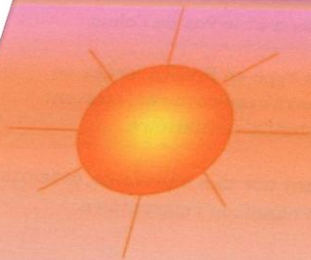
RESPIRE - ÉCOUTE
ANFIR

Tél : 03 20 52 03 94

ou : 03 20 32 40 01

RESPIRE ÉCOUTE est mis en place par le Comité d'Action Sociale de la FFAAIR
pour tous les malades respiratoires et leurs familles.

ANFIR



UN AI **R** NOUVEAU ?
UNE **R** NOUVELLE !

Transmettre l'information

Défendre les intérêts

Rompre l'isolement
Gérer son handicap