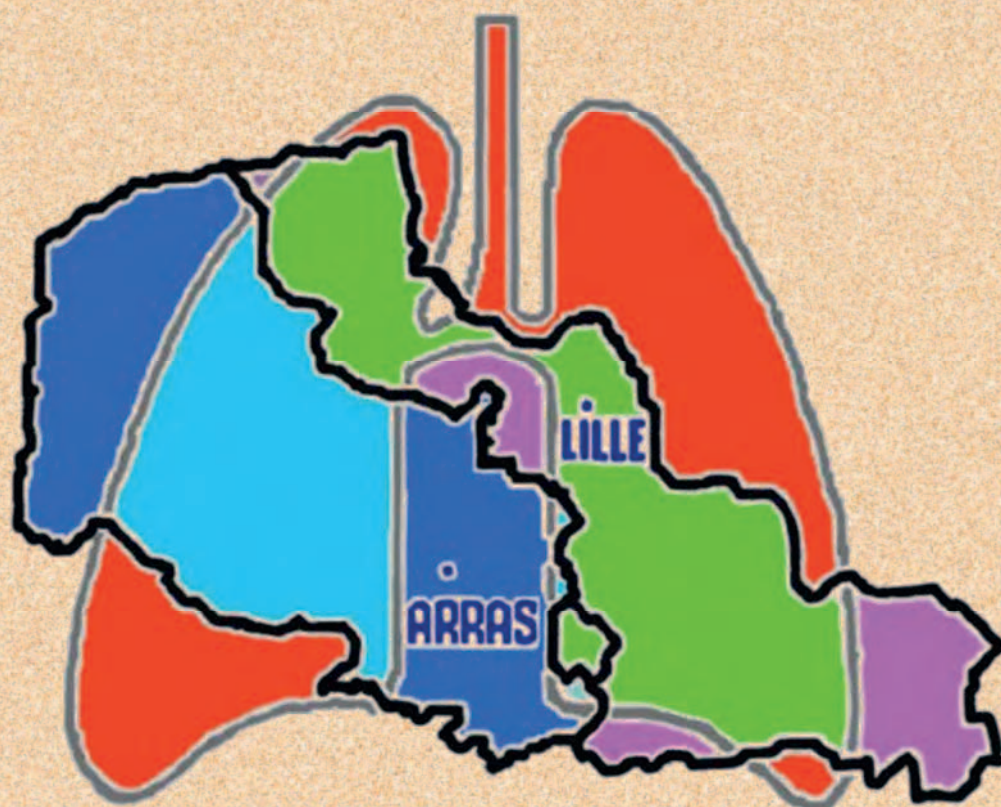


DEUXIÈME SOUFFLE



A.N.F.I.R.

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

N° 35

DEUXIÈME SOUFFLE

ISSN 0757-4843

N° 35

SOMMAIRE

♦ Organigramme de l'Association p 2

♦ Édito – Le Nouveau Logo p 3

NOTRE ASSOCIATION

♦ Mission : Aider les Patients p 6

♦ Nos Bénévoles en Action p 7

♦ Assemblée Générale 2017 p 8

♦ Journée Mondiale Sans Tabac p 11

♦ Internet et les Réseaux Sociaux p 12

NOTRE SANTE

♦ Insuffisants Respiratoires et Actifs p 14

♦ Hôpital Maritime de Zuydcoote p 17

♦ Remercions Nos Partenaires p 18

NOS LOISIRS

♦ Une Journée de Croisière p 20

♦ Concert au Profit de l'ANFIR p 22

♦ Nos Vacances en Aveyron p 23

♦ Les Gâteaux de Marie p 26

♦ Jeu : Trouver les Douceurs p 27

♦ Les Pastels de Michel p 28

♦ Rejoignez-nous ! p 32

Association du Nord de la France des Insuffisants Respiratoires (ANFIR) - anfir-asso.org - Directeur de la publication : Thomas Cogé - Responsable de la rédaction : Vincent Bachelet - Comité de rédaction : Jean-Philippe Afflard, Vincent Bachelet, Henri Dec Vincent Declerck, Jean-Marie Vandenabeele, Bernard Verdonck et Jean-Claude Veriepe - Illustrations : pastels de Michel Pecqueur - Parution : mai 2018 - Dépôt Légal : 1983 - Gratuit, ne peut être vendu.



Imprimé par SANTELYS RESPIRATION

Organigramme de l'ANFIR - mai 2018



ASSOCIATION DU NORD DE LA FRANCE DES INSUFFISANTS RESPIRATOIRES

Siège : Maison des Associations 72-74, Rue Royale 59000 LILLE
Tél : 06 72 05 30 58 - contact@anfir-asso.org - CCP 41930W LILLE

Président Fondateur

M. Jean-Luc VERCRUYSSSE

Vice-président Fondateur

M. Eugène LESTIENNE

Présidents Honoraires

M. Robert BEGARD

M. René LEMOINE

Vice-président Honoraire

M. Robert MONSIGNY

Présidents d'Honneur

M. le Prof. Cyr VOISIN

M. Alain DEVILLERS

Membre d'Honneur

Mme le Dr Annick BERZIN

Mme le Dr Michèle CATTO

PRÉSIDENT

Délégué aux réseaux sociaux

M. Thomas COGÉ

252, rue Auguste Bonte

59130 LAMBERSART

Tél : 06 18 45 76 95

TRÉSORIER

Membre Fondateur

M. Bernard VERDONCK

1, rue Jacquemart

59295 PAILLENCOURT

Tél : 06 77 63 83 30

Administrateur

Délégué pour le Cambrésis

M. Jean-Philippe AFFLARD

52, rue des Colombes

Rés. Ct René Mouchotte

59554 NEUVILLE ST REMY

Tél : 06 76 12 62 82

Administrateur

Chargé du Journal / site Web

M. Vincent BACHELET

120, rue Camille Rogez

59169 ROUCOURT

Tél : 03 27 92 02 24

Administrateur

M. Patrick BAILLEUL

27, Rue de Jemmapes

59155 FACHES THUMESNIL

Tél : 06 86 69 09 90

Administratrice

Mme Dominique CAVIGNAUX

119, rue Jean Jaurès

62114 SAINS EN GOHELLE

Administrateur

Délégué pour Lens - Artois

Monsieur Henri DEC

140, avenue Alfred Maes

62300 LENS

Tél : 06 70 13 22 63

Administratrice

Madame Sylvie DECLERCK

8, rue de la Toison d'Or

59650 VILLENEUVE D'ASCQ

Tél : 09 80 76 96 77

Administrateur

Monsieur Vincent DECLERCK

8, rue de la Toison d'Or

59650 VILLENEUVE D'ASCQ

Tél : 09 80 76 96 77

Administrateur

Président d'honneur

M. DEVILLERS Alain

13, rue Eugène Delacroix

59155 FACHES-THUMESNIL

Tél : 06 77 18 06 36

Administratrice

Mme Marie Claire LIONNE

5, rue de la Wiewaed

59269 ARTRES

Tél : 07 87 64 74 44

Administrateur

M. Claude MICHELOT

19, rue des Vosges

59440 CAMBRAI

Tél : 06 70 42 47 54

Administratrice

Mme Brigitte ROY

45, rue des Feronniers

62860 EPINOY

Tél : 03 21 73 82 30

Administrateur

M. Jean Marie VANDENABEELE

16, Rue de Wambrechies

59520 MARQUETTE LEZ LILLE

Tél : 06 51 99 24 74

Administrateur

M. VERIEPE Jean Claude

23, Rue du Molinel

59160 LOMME

Tél : 03 20 93 02 81

Les membres du Conseil d'Administration sont majoritairement Insuffisants Respiratoires.

Édito : système de santé à la dérive !



Notre système de santé était jaloué par bon nombre de pays, aujourd'hui dû à des économies drastiques et au nom d'une rentabilité effrénée celui-ci se dégrade de plus en plus. Par le manque avéré d'effectifs de personnel, les soignants sont surbookés, à cela s'ajoute

le manque de matériel. Il n'est pas rare que des personnels exécutent des tâches qui ne sont pas de leurs compétences, ce qui entraîne des erreurs voire de la maltraitance comme par exemple dans les EHPAD. Les services d'urgences sont débordés, les patients se dirigent de plus en plus vers les urgences du fait de la pénurie de médecins généralistes, ce qui entraîne des drames comme au SAMU de Strasbourg.

A cela s'ajoute le déremboursement des soins par l'Assurance Maladie. De moins en moins de personnes peuvent se soigner et attendent le dernier moment, notamment les plus démunis, ce qui entraîne une aggravation des pathologies et donc un surcoût pour l'Assurance Maladie. Dernière nouveauté, les urgences étant débordées, les cliniques privées se proposent de mettre leurs services d'urgences à dispositions, dans quelles conditions ? Cela ne devrait pas coûter plus cher mais quid de l'hospitalisation par la suite avec des dépassements d'honoraires ? Aujourd'hui lors d'une visite chez le médecin ou lors d'une hospitalisation, on vous demande systématiquement carte vitale et mutuelle, demain ce sera carte bleue et assurance.

La santé est-elle un bien de consommation, doit-elle être rentable, la question se pose ?

Bernard VERDONCK, Trésorier,
Membre fondateur de l'ANFIR

Le Nouveau Logo de l'ANFIR

À l'ordre du jour de notre Assemblée Générale, qui s'est tenue le 21 avril 2018 à Saint-Amand, était une proposition de nouvelle charte graphique et entre autres d'un nouveau logo. L'objectif principal de cette proposition : rajeunir le visuel de notre Association, le rendre plus attractif et donner l'envie de nous lire. Ce rajeunissement a été fortement apprécié, après une petite modification, elle a été votée à la majorité de 26 voix pour 3 abstentions. De ce fait le logo initial a été remplacé.



Vous pouvez vous apercevoir que nos couleurs sont désormais : rouge et jaune, non pas en référence au stade lensois, mais bien aux couleurs médicales : rouge pour la cardiologie et jaune pour la pneumologie.





THERMES DE SAINT-AMAND-LES-EAUX



CHAÎNE THERMALE DU SOLEIL
agit naturellement pour votre santé

Les **Thermes de Saint-Amand-les-Eaux**, Groupe Chaîne Thermale du Soleil, sont spécialisés dans le traitement des affections **Voies respiratoires** et **Rhumatismales** mais aussi la remise en forme et le bien être.

A quelques encablures de Valenciennes, Lille et la Belgique, s'épanouit **Saint-Amand-Les-Eaux**, au cœur d'un site verdoyant et boisé, sur les rives de la Scarpe. La vivante cité qui concilie si vigoureusement tradition et modernité, doit son nom au Moine Amand, qui y fonda au VII^{ème} siècle, une abbaye dont on peut encore admirer la tour magnifiquement restaurée.

L'établissement de soins s'inscrit à la lisière de la forêt bordant la ville : piscines thermales tout en transparence sur la nature, secteurs fonctionnels et lumineux. Les installations, constamment repensées permettent de traiter **Maladies des Voies Respiratoires** et **Atteintes Rhumatismales** dans des conditions optimales grâce à des sources thermales particulièrement riches et des boues végéto-minérales naturelles un uniques.

Les formules proposées :

- La cure thermique classique de 18 jours de soins remboursés par la sécurité sociale
- Des programmes spécifiques et ciblés : **cure sinusites, fibromyalgie, lombalgie** (mal de dos)
- Des **cures nocturnes** : après le travail, à partir de 18h à certaines périodes de l'année.

A découvrir également :

Tout un éventail d'activités pour compléter les bienfaits de la cure :

- Randonnées « spéciales curistes »
- Soins esthétiques
- Aquagym
- Formules Spa

Toutes nos équipes, particulièrement à votre écoute, sauront vous accompagner avec professionnalisme et attention pour que votre séjour dans notre établissement soit des plus bénéfiques et des plus agréables.

Thermes de Saint-Amand-Les-Eaux - 1303 route de la Fontaine Bouillon
59230 Saint-Amand-les-Eaux – 03.27.48.25.00
saintamandleseaux@chainethermale.fr



NOTRE ASSOCIATION

Mission : Aider les Patients

L'association écoute, informe et représente les patients et leurs familles.

Nous vous recevons au cœur même des établissements de santé de la région, **sans rendez-vous**, aux horaires des permanences. Vous pouvez nous envoyer votre demande à contact@anfir-asso.org ; nous vous répondons très vite. Par téléphone, nous restons à votre disposition sur la ligne « RESPIRE ECOUTE » au 06.72.05.30.58.

Permanences - Accueil physique des usagers sans rendez-vous

Etablissements	Horaires	Bureaux
ADAPT CAMBRAI	le 2 ^{ème} mercredi du mois, de 16h à 18h	non précisé
CH CAMBRAI	le 3 ^{ème} vendredi du mois, de 15h30 à 17h	Maison des usagers
CHRU LILLE	un mercredi par mois, de 14h à 16h	Maison des usagers
GH LOSS-HAUBOURDIN	non précisé	Maison des usagers
RIAUMONT LIEVIN	un mardi par mois	Maison des usagers

L'ANFIR, par l'engagement de ses administrateurs dans les institutions prend part à la représentation des patients et de leur famille, aussi bien au niveau régional qu'au niveau local. En particulier, des administrateurs de l'ANFIR siègent comme Représentants des Usagers (RU) dans les Commission Des Usagers (CDU) d'établissements de santé publics et privés de la région. Les CDU remplacent les Commissions des relations avec les usagers et de la qualité de la prise en charge (CRUQPC) et renforce la place des usagers dans le secteur sanitaire.

Représentation des patients et de leurs familles

Etablissements	Commissions	Admin. ANFIR
ADAPT CAMBRAI	CDU	M. Verdonck
CH SOMAIN	CDU	M. Dauplain
CH ZUYDCOOTE	CDU	M. Cogé
CHRU LILLE	CLIN, CLUD	M. Dauplain
CTS du HAINAUT	CTDU	M. Dauplain
GH LOSS-HAUBOURDIN	CDU	MM. Cogé, Vandenaabeele
HP BONETTES ARRAS	CDU	MM. Cogé, Devillers
HP LA LOUVIERE LILLE	CDU	M. Devillers
LA CLARENCE DIVION	CDU, CLAN, CLIN, CLUD	M. Dec
OSCAR LAMBRET LILLE	CDU	M. Dauplain
RIAUMONT LIEVIN	CDU, CLAN, CLIN, CLUD	M. Dec
ST BARBE FOUQUIERES-LEZ-LENS	CDU, CLAN, CLIN, CLUD	M. Dec
ST PHILIBERT LOMME	CDU	M. Vérièpe
ST VINCENT DE PAUL LILLE	CDU	M. Vérièpe
TESSIER VALENCIENNES	CDU, CLAN, CLIN, CLUD	M. Dauplain

CLAN : Comité de Liaison en Alimentation et Nutrition ; CLIN : Comité de Lutte contre les Infections Nosocomiales ; CLUD : Comité de LUTte contre la Douleur ; CTS : Conseil Territoriale de Santé.

Nos Bénévoles en Action



En complément de son activité d'écoute et de soutien à nos adhérents et à leurs accompagnants de vie, l'association mène des actions de sensibilisation auprès de différents publics. Elle propose sur son stand d'information, l'évaluation du souffle et le dépistage de l'insuffisance respiratoire, comme lors du 1^{er} Famillathlon du Nord, le 24 septembre 2017 à Marquettes les Lille, sous le patronage du Ministère des Sports. L'ANFIR propose gratuitement trois niveaux de dépistage selon le matériel utilisé : un test basique sur le volume du souffle ; un test avec un spiromètre qui calcule « l'âge des poumons » ; et un test avancé sur Médiflux sous le contrôle d'un pneumologue bénévole. *[ci-contre]*



[ci-dessus] L'association s'adresse aux lycéens de toutes les classes de première du Lycée Albert Châtelet à St-Pol sur Ternoise, à la demande de l'infirmière scolaire, dans le cadre du Parcours Santé Educatif, pour sensibiliser les plus jeunes aux conséquences du tabac. Depuis toujours, L'association déploie son stand et participe comme exposant à de nombreux événements de la région, comme le Forum des associations du CHRU ou le Forum des Associations au centre hospitalier de Valenciennes en présence de Dr Stach, pneumologue. *[ci-contre]*



Depuis 2014, l'association tient une de ses permanences à l'hôpital de Cambrai. Jean-Philippe Afflard, Claude Michelot et Bernard Verdonck y accueillent les patients sans rendez-vous.

Assemblée Générale 2017



Objectif délocalisation. Une fois n'est pas coutume, et pour répondre favorablement aux suggestions de nombreux adhérents, l'Assemblée Générale s'est tenue en dehors de la métropole lilloise, au village d'Aubigny-au-bac, quelque part sur la route départementale D643, dans le triangle Arras, Douai et Cambrai.

Ainsi, le 08 avril 2017, l'ANFIR a réuni sa 35^{ème} Assemblée Générale, rue de la plage, à l'Ermitage, établissement de réception et de restauration, dans un cadre des plus agréables, au bord du lac aménagé en base de loisirs, jeux de plein air, plage et nautisme, depuis 1937.

L'Assemblée Générale. Vers 10h00, le Président, M. Thomas Cogé, a ouvert la séance. Après avoir remercié les membres pour leur présence, il a explicité ce choix d'organiser l'assemblée hors de Lille, au plus proche de ses adhérents du Cambrésis. Le Président a signalé le travail remarquable de l'équipe de l'Antenne cambrésienne de l'ANFIR pour l'organisation de ce rendez-vous. Puis, les activités de l'année 2016 ont été présentées : le banquet de fin d'année, les sorties



comme la journée de croisière, et aussi les activités sur les stands, gratuites, avec du matériel de dépistage de l'insuffisance respiratoire (IR), dans les forums de santé, la sensibilisation des jeunes dans les lycées. M. Cogé a présenté le rôle de l'association dans les commissions des usagers des établissements de santé, son action pour aider les IR dans leurs démarches administratives. Concluant son discours d'accueil, le Président a rappelé que l'ANFIR est à l'écoute des IR, de leurs familles et de leurs accompagnants, dans les permanences dans les établissements de santé, avec sa ligne téléphonique Respire-Ecoute, son site internet et sa page Facebook qui compte, a-t-il précisé, près de 200 abonnements.

Puis sont intervenus, tour à tour, M. Bernard Verdonck, Trésorier, et M. Olivier Dauplain, Vice-président. Le Trésorier a présenté le rapport financier de l'association, projetant à destination de l'assemblée un certain nombre de tableaux synthétiques sur les comptes de l'association. Il a souligné le caractère exceptionnel de l'année 2016 du fait de la perception d'une subvention de 5000 € par le CHRU. Pour prolonger l'intervention du Président, le Vice-Président a détaillé l'action de l'association auprès des institutions de droit et de santé, pour la représentation des IR. Il a justifié l'importance de la présence de l'ANFIR pour défendre l'intérêt des IR. Ensuite,



M. Dauptain a présenté l'objectif d'amélioration de la qualité des soins, par la collaboration des professionnels de santé à travers « le parcours de soins coordonné du patient »

Exposés des invitées

Environ une heure après le début de séance, après que l'activité et les aspects financiers de l'association aient été soumis à l'assemblée, le Président introduit l'intervention des personnalités invitées : Dr Michèle Catto, médecin pneumologue à Loos ; et Mme Maryse Tellier, infirmière tabacologue à Cambrai. Mme Catto a commenté un diaporama très didactique, bien illustré, sur le thème des bienfaits de l'activité physique dans le traitement de maladie respiratoire comme la BPCO. Le déroulement d'un stage de réhabilitation respiratoire a été présenté. Un véritable échange avec la salle, nourri de nombreuses questions-réponses, a parachevé cette prestation très instructive.



Mme Tellier, organisatrice de la JMST (Journée Mondiale Sans Tabac) à Cambrai, une des plus grandes manifestations JMST de la région, a présenté les actions au programme de l'année 2017. Mme Tellier a souligné la forte collaboration de l'ANFIR, depuis l'année précédente, avec l'organisation de la « marche du souffle ».

Pour terminer l'Assemblée Générale, et juste avant de passer aux festivités, le Président, M. Cogé, a invité l'assemblée à poser des questions. S'en est suivi un échange très riche, l'ensemble des membres du conseil d'administration de l'association se montrant très à l'écoute, et répondant tour à tour avec précision, s'appliquant à être bien compris de tous.



L'ambiance du banquet qui a suivi fera date, comme pour l'ensemble de cette magnifique journée qui fut spécialement bien réussie. Le repas servi, simple et traditionnel, particulièrement savoureux, a rappelé à beaucoup, la table du repas de famille dominical. Quant à l'animatrice, joyeuse et débordant d'énergie positive, à l'accordéon endiablé, elle a su emplir la salle et le cœur



de chacun d'un formidable bien-être. La journée s'est terminée par le tirage de la loterie, qui a bien marché, comblant les gagnants de beaux cadeaux. Un merci particulier à l'Antenne de Cambrai, à l'initiative de cette loterie, qui l'a mise en place avec ample réussite.



Journée Mondiale Sans Tabac à Cambrai



La Journée Mondiale Sans Tabac (JMST) a lieu chaque année le 31 mai. Elle est chapotée par l'Organisation Mondiale de la Santé et ses partenaires dont les buts principaux sont de souligner les risques pour la santé liés au tabagisme et de plaider en faveur de politiques efficaces pour réduire la consommation de tabac. Ce projet a été lancé sur un plan régional par l'association « Espace de Concertation et de Liaison Addictions Tabagisme - Groupement Régional d'Alcoologie et d'Addictologie » qui mène des actions liées au tabac et aux addictions en général dans différentes villes du Nord Pas-de-Calais. L'objectif de la JMST, c'est la sensibilisation de la population à la prévention du tabagisme auprès des non-fumeurs pour retarder au

maximum la première cigarette, voir ne jamais la consumer ; auprès des ex-fumeurs pour valoriser leur arrêt, les bénéfices et le risque de recommencer ; et auprès des fumeurs pour les faire réfléchir sur leur consommation et les faire avancer dans le processus d'arrêt.



Sur un plan local, le projet est porté par l'Hôpital de Cambrai qui coordonne une trentaine partenaires, soutenus par la ville de Cambrai et ses associations sportives et de la jeunesse. La JMST a lieu au Palais des Grottes le 3^{ème} mercredi du mois de mai. L'entrée est libre. En 2018, c'était la 13^{ième} année à Cambrai, où l'ANFIR participe depuis 2013. A l'intérieur du Palais des Grottes se tient le « Village de Santé » destiné aux familles, avec des jeux et un parcours ludique autour d'un quizz, pour démontrer qu'il est possible de se faire plaisir à moindre coût avec le sport comme une alternative aux addictions. A l'extérieur, des courses sont proposés de 14h à 17h pour les jeunes, puis des épreuves sportives pour les adultes ont lieu en fin de journée. La « Marche du Souffle » proposée par l'ANFIR, mise en place depuis 2016, serpente le long de la « Coulée Verte », un chemin bucolique tapissé de curiosités qui traverse Cambrai.

Retrouvons-nous sur l'Internet et les Réseaux Sociaux

www.anfir-asso.org

BIENVENUE NOUS CONTACTER NOTRE JOURNAL NOTRE FACEBOOK

Nos buts essentiels

- Regrouper tous les insuffisants respiratoires
- Leur apporter une aide morale
- Les informer et les défendre
- Aider les accompagnants

Notre histoire

Dès 1982, sous l'impulsion du Professeur Cyr Voisin, une association fut créée sous le nom de l'ANFIR :

Notre action

Notre action consistera particulièrement à :

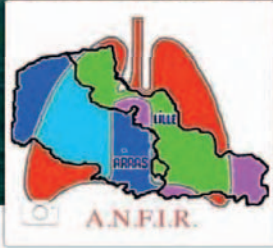
- Briser l'isolement et l'incompréhension que nous éprouvons
- Etablir un réseau de communication entre malades.

Telles sont nos premières aspirations.



ANFIR - Association du Nord de la France des Insuffisants Respiratoires

Organisation à but non
lucratif



[Nous contacter](#) [J'aime déjà](#) [Contacter](#) [...](#)

[Journal](#) [À propos](#) [Photos](#) [Mentions J'aime](#) [Plus](#)



BPCO: Adopter un nouveau souffle pour vivre autrement - Fondation du Souffle

Bernard, chef d'entreprise, actif et sportif découvre à l'âge de 52 ans qu'il souffre d'une broncho-pneumopathie chronique obstructive (BPCO). Affaibli, un genou à...

LESOUFFLE.ORG

D'AUTRES PERSONNES AIMENT ÉGALEMENT



Le pouvoir d'agir des habitants -...
Organisation à but non lucratif



SOWO
Communauté



Sylvie Tellier 
Personnage public

AIMÉ PAR CETTE PAGE



CMT-France



Insuffisants respiratoires et actifs

Henri marche au Louvre

« Après mon intervention le 2 décembre 2010, je suis sorti le 13 février 2011 de l'Hôpital Bichat. Je m'étais fixé un objectif : faire la marche du Louvre-Lens de 5 kilomètres. Le travail de rééducation avec mon kiné m'a permis de réussir cette marche. Depuis, chaque année, c'est mon pèlerinage. »

Jean Claude cultive son potager

« Y-a-t'il compatibilité entre le jardinage et la BPCO ? Pas évident quand on sait que jardiner est une activité physique. En automne et en hiver, il faut bêcher la terre, récolter les légumes de saison tels que poireaux, céleris raves, navets d'hiver. Dans notre région du nord de la France, par le temps que l'on connaît à cette période de l'année, pas facile



de sortir de chez soi où on est bien dans le confort de son habitation. Les céleris et les navets sont gélifs, il faut les protéger si le vent est à l'est ou au nord, car les températures descendent bien en dessous de zéro degré. Ensuite, arrive le printemps et là, les efforts que l'on a faits, en oubliant sa maladie et ses contraintes, sont payants. C'est un plaisir de faire ses premiers semis en mars. Début avril, quand le soleil, annonçant les beaux jours, vous caresse la nuque, que l'air est plus doux et que la nature s'éveille lentement, on a l'impression de sortir de soi-même d'un long sommeil. L'été et l'automne sont agréables au jardin mais pas de tout repos. Les légumes poussent, il faut les soigner contre les nuisibles et les maladies.

Ce n'est pas pour le prix que ça coûte au supermarché que le jardinier cultive ses pommes de terre. D'abord, ça occupe le terrain et la couverture végétale ralentit la pousse des mauvaises herbes. Souvent,



le jardinier amende sa terre avec du compost de sa fabrication au lieu des engrais du commerce. Il traite contre le mildiou à la bouillie bordelaise, un produit naturel. En retour de son travail, il récolte des produits bios et de bonne saveur ; C'est là qu'est sa satisfaction. Dans son jardin, on oublie un peu sa BPCO ; un peu seulement, car la maladie est là. Et si, pris par sa passion, on a tendance à en faire de trop, le corps ne suit ; Et on peut le payer au prix fort, par une exacerbation, par exemple. Soyons raisonnables, et profitons du temps qui passe. »

Jean-Philippe illumine sa maison

« Car en plus de la fatigue qui nous guette tous sans cesse suivant nos pathologies, il faut malgré tout effectuer des activités physiques et des exercices sportives. D'où mes implications dans diverses activités et assos. Il ne me reste pas beaucoup de temps, même pour la famille et les enfants, mais je fais ce que je peux ! Maintenant je me fais le plaisir de vous annoncer qu'un travail bien fait donne toujours des bons résultats. Mais derrière ce résultat, il y a un travail de 3 semaines de montage,



5 semaines d'expos et 10 jours pour le démontage et le stockage pendant la période hivernale. »

Jean-Marie danse la Zumba

« Sous Oxygénothérapie depuis 2007, je me suis remis au sport en 2012. Puis en 2013 un nouveau cours a été mis en place : La Zumba ; je la pratique chaque semaine de 1 à 3 heures.

La Zumba, ludique et motivante, propose, à quiconque la pratiquera, de nombreux bienfaits, tant pour l'esprit que pour le corps. Elle permet d'entretenir la fonction cardio-vasculaire ; de développer l'endurance et la coordination ; d'apprendre à suivre une chorégraphie ; de

sculpter l'ensemble des muscles du corps et notamment les fessiers, les abdominaux, les mollets et les cuisses, les muscles du dos ou encore ceux des bras ; de mettre le stress de côté (au moins pour le temps du cours). La Zumba aide à vaincre l'isolement en intégrant un groupe. Pour ma part, je le fais en famille : Fille, petites filles.

Une heure de Zumba, c'est environ 500 calories dépensées ! À noter qu'il n'est pas la peine de bien savoir danser pour faire de la Zumba ; l'essentiel étant plus de se dépenser et de se lâcher, que d'effectuer des mouvements comme un parfait danseur.

Une séance de Zumba dure entre 45 minutes et 1 heure. Elle commence par un échauffement, nécessaire à la préparation des muscles pour l'exercice à venir. Puis, le rythme

devient de plus en plus intense, et les styles musicaux s'enchaînent : merengue, salsa, samba, et rumba. Les mouvements se font de plus en plus rythmés et mobilisent de plus en plus les muscles. La séance se termine par un

temps d'étirement. Durant ce laps de temps, c'est l'évasion totale. À noter : les personnes présentant des troubles cardio-vasculaires devraient demander l'avis de leur médecin avant de suivre un cours de Zumba.»



Sur la Route du Louvre

Au printemps 2016, 7 insuffisants respiratoires, dont plusieurs adhérents de l'Anfir ont fait la marche, dite « l'allemande », qui part de Annœullin à Loos-en-Gohelle, sur 19 kilomètres. Parce qu'ils sont restés unis, chacun allant à son rythme, ils sont tous arrivés. Parmi ces marcheurs, 3 sont suivis au CHRU. Sur la route ils ont fait une belle rencontre, celle d'une équipe de soins du service de pneumologie du CHRU de Lille qui participait aussi. Les marcheurs de l'ANFIR remercient avec chaleur l'équipe de pneumologie du CHRU pour leur entrain lors de cette marche du Louvre.



Hôpital Maritime de Zuydcoote



Notre président, Thomas Cogé, a participé à l'inauguration du tout nouveau service Soins de Suite et de Réadaptation (SSR) à l'Hôpital Maritime de Zuydcoote.



Il nous en a rapporté son témoignage et quelques images des nouvelles installations.

« Mercredi soir, j'étais à Zuydcoote pour assister à l'inauguration du nouveau service SSR Respiratoire. Il s'agit d'une création de service très importante pour les patients du littoral nordiste. En effet, auparavant les malades devaient se déplacer à Lille ou à Berck. La prise en charge, peut se faire en hôpital de jour, ou en hospitalisation. Lors de ma visite, des malades étaient déjà en soin.



J'ai assisté à une séance de karaoké, un exercice très ludique encadré par des soignants. J'ai vraiment eu le sentiment que l'Hôpital Maritime de Zuydcoote s'est doté d'une excellente infrastructure pour la réadaptation de ses patients : une aubaine pour les insuffisants respiratoires du bord de mer. »

Nos Partenaires

Nous tenons à remercier nos soutiens financiers :



santelys.asso.fr



chru-lille.fr



hopital-prive-arras-les-bonnettes.ramsaygds.fr



catmouvaux.fr

*Nous remercions également les donateurs privés
qui soutiennent notre action auprès
des Insuffisants Respiratoires*

Nous remercions particulièrement les petits donateurs.



Nos Loisirs

Michel

(c) Michel Pecqueur

Une Journée de Croisière



En cette belle fin d'été, chaude mais pas brûlante, l'association s'est embarquée au fil de l'eau, pour une magnifique journée de croisière à bord de l'Eurêka. Au programme de la journée, transport en autocar jusqu'au quai, embarquement au Bassin Rond, puis découverte des cours d'eau du Cambrésis et des passages d'écluses. Comme elle le fait pour chaque sortie, l'association a organisé l'accès aux fauteuils et la recharge en oxygène. À la mi-journée, un excellent repas a été servi à bord, lors de l'escale. Le déjeuner a été fort apprécié : un bon bol d'air, ça creuse !





Concert au Profit de l'ANFIR



L'initiative de Monsieur Robert Dupré, ancien administrateur de l'ANFIR a rapproché notre association de l'association Culture Art Théâtre de Mouvaux pour un concert exceptionnel. Le CATM, créé en 1975, a débuté par un seul atelier : le Théâtre. Depuis il n'a cessé de grandir et propose plus de 20 ateliers dans des domaines culturels, sportifs et artistiques.

La chorale « les Coryphées » a été créée en 1996. C'est Valérie POIVRE-DELAHAYE, son chef actuel qui en a pris la direction.

Composée d'une quarantaine de membres amateurs, la chorale entend associer au plaisir de chanter celui de diffuser un peu de bonheur. Ce chœur aborde un large répertoire, tant classique que profane : extraits de G. Fauré, C. Saint-Saëns, GF Haendel, WA Mozart, A Vivaldi, Verdi, Bernstein, Vangelis, Chants indiens ou mexicains...

La chorale se produit en concert, seule ou en partenariat avec d'autres formations, le plus souvent au profit d'œuvres caritatives.

Le 26 novembre 2017, pour célébrer ses 20 ans d'existence, la chorale a donné un concert au profit de l'ANFIR en l'église Saint Germain de Mouvaux. Près de 1000 € de dons collectés ont été reversés à l'ANFIR, au profit des insuffisants respiratoires.

Témoignage : Nos Vacances en Aveyron

Ma femme Sylvie, handicapée, aveugle avec chien guide d'aveugle, en fauteuil roulant depuis 3 ans et moi-même, Vincent, en invalidité, (nous sommes tous deux appareillés pour des apnées du sommeil et suivis par SANTELYS) remercions vivement l'ANFIR, l'ANTADIR et la FFAAIR pour notre Séjour Vacances organisé à Nant en Aveyron, du 24 Juin au vendredi 8 Juillet 2016.

Après un long trajet, en voiture, de 940 Kms (en 2 jours), sous le soleil, nous avons été très agréablement surpris, dès notre arrivée au 'Domaine du Roc Nantais' d'être accueillis par des membres de ANTADIR et de la FFAAIR, qui nous ont aidé à décharger nos bagages et à nous installer le mieux possible dans une chambre pour personnes à mobilité réduite. Dès le lundi, avec le groupe de vacanciers de l'ANTADIR, avec nos accompagnateurs bénévoles de la F.F.A.A.I.R., et en compagnie d'un guide, nous avons visité le village de Nant en Aveyron ; situé entre Causses et Cévennes, partie sud du Massif Central dans le Rouergue.

La promenade commence par la Maison du Parc aux arbres centenaires, entouré de canaux d'une eau calme et limpide.

Puis, visite de l'église abbatiale St Pierre du Xème et XIème siècle, d'une architecture romane, surmontée d'un clocher fortifié. En entrant, l'on peut voir un Christ en croix... des stalles sculptées de poissons, une Vierge à l'enfant Jésus en bois de tilleul, et face à nous, au-dessus du chœur, 3 magnifiques vitraux de Jean Hugo (arrière-petit-fils de Victor). Et enfin, visite de la chapelle des Pénitents, du XVIIème siècle, devenue salle d'exposition de 22 maquettes de moulins à vent ou à eau.

Le mardi 28 juin, « révélation » sur le marché de pays, au village médiéval : le Pérail, fromage de brebis de race Lacaune et la tomme de brebis, ainsi que l'Aligot à la tomme de Laguiole ; la Fouace, pâtisserie aux fruits confits en forme de couronne ; Le gâteau à la broche de l'Aveyron ; les farçous : petits beignets frits ; les légumes et les fruits : tomates, melons, pêches, abricots, tous mûrs à point ; sans oublier les vins de Marcillac ou le Côte de Millau, à consommer avec modération bien sûr.



Le mercredi 29 juin, nous visitons la Convertoirade, cité fortifiée, ancienne commanderie Templière - Cathare du XIIème siècle. Son Histoire et son Implantation sont réellement à découvrir sur place. Nous nous sommes ensuite rendus non loin de là, au Domaine de Gaillac ; un centre équestre installé dans une ancienne ferme, au cœur du Larzac, dont la bergerie a été transformée en Auberge. Nous y avons savouré des spécialités familiales et régionales. Après le dessert, nous visitons le musée des Traditions du Sud Aveyron et plongeons dans le passé d'un village de la fin du XIXème siècle, avec le charme des commerces et l'ambiance nostalgique de la place du village et de l'école communale.

Le jeudi 30 juin, découverte et dégustation à la

'Ferme des Homs' spécialisée sur le travail des plantes aromatiques qui sont utilisées pour la fabrication du Pastis des Homs et d'autres apéritifs comme l'égline des Causses ou la Chantelune : gentiane de l'Aveyron, ainsi que des vinaigres aromatisés. Mais surtout, une grande diversité de plantes médicinales ou aromatiques sont cultivées autour de la ferme.

Le samedi 2 juillet, c'est la journée « plein les yeux » au cœur du Territoire des Causses et des Cévennes. Le Cirque de Navacelles est formé par un méandre de la rivière « la Vis » dans d'impressionnantes gorges. Les vues panoramiques depuis les belvédères de la Baume d'Auriol ou de Blandas sont véritablement époustouflantes. Mais rien ne vaut la descente (en voiture) jusqu'au fond du cirque, jusqu'à la cascade sur la Vis. Dimanche 3

Juillet, visite guidée des caves Roquefort Papillon dans le village de Roquefort-sur-Soulson. Tout commence par la projection d'un film sur la fabrication du fromage à base de lait de brebis de race Lacaune. Puis, nous descendons dans la

fraicheur des caves historiques où le fromage passe 3 mois après avoir été piqué d'une dose de pénicillium roqueforti. La remontée à la lumière est couronnée par une dégustation gourmande d'une sélection de produits fromagés.



Lundi 4 Juillet, au pôle d'accueil du Viaduc de Millau, nous voyons un reportage sur la construction de l'œuvre d'une hauteur de 343 mètres et d'une longueur de 2460 mètres, s'inscrivant parfaitement dans le paysage de la vallée du Tarn. Puis, nous avons déambulé au cœur de l'exposition permanente sur le chantier, parmi des panneaux explicatifs et de la maquette de l'ouvrage.

Mardi 5 juillet, nous avons pris le temps de nous rendre jusqu'à l'Observatoire du Mont Aigoual, situé à 1567 mètres. Ce Météo-site est la dernière station Météo habitée en France. Les techniciens nous initient à la science météo et à l'observation du temps. L'histoire de ce site est peu banale ; car son apparence d'aujourd'hui est due à la ténacité de ces deux hommes, l'ingénieur forestier Georges Fabre et le botaniste Charles Flahault, qui ont œuvré, au milieu du XIXème siècle, pour que le Mont Chauve des Cévennes, soit reboisé. En effet, c'est grâce à leur combat exemplaire pour la nature, que l'on peut, aujourd'hui, s'émerveiller de ce paysage de forêt retrouvé.

Mercredi 6 Juillet, dégustation à la pâtisserie Auger du village de Nant. Nous commençons par les Galettes des Templiers, petits sablés réalisés selon la recette des grands-mères de la cité ; puis, les fameuses madeleines ; sans oublier les chocolats



fourrés d'amandes, de noix et de ganaches aux alcools. La dégustation prend fin avec les Bonbons du Jardin de l'Aveyron, fondants à la menthe, à la lavande, à l'anis, au miel, et surtout au thym.

Jeudi 7 juillet, un goûter fromagé à la Ferme du Frayssinet à Sainte Eulalie-de-Cernon. A l'origine du fromage de Roquefort, il y a le lait de brebis et tout un métier : celui d'éleveur. Mais, d'abord, on nous propose une rencontre avec ces fameuses brebis de race Lacaune, et leurs agneaux, au sein de la bergerie. Et, suite à maintes explications sur cette

passion qu'est l'élevage, nous assistons, tout naturellement à la démonstration de la traite. Quant au goûter, c'est dans une ancienne bâtisse caussenarde qu'il se savoure. Il se compose principalement de fromage Roquefort (Société), de pain de campagne, de beurre, de confitures maison, de vin rouge ou blanc en pichet et de desserts au lait de brebis.

Et enfin, nous revenons au 'Domaine du Roc Nantais. Voici quelques résumés de remarques de divers vacanciers. L'ensemble est plutôt pas mal, quoique l'hébergement soit un peu vieillot. Il y manque la climatisation Il n'y a pas de douches (adaptées pour handicapés) dans les salles de bains. Il n'y a pas d'apéritif régional au bar. Certains produits du restaurant sont des surgelés. Mais il y a tellement de choses à faire dans la région, que l'on ne passe pas tant de temps que cela à l'intérieur.

L'hébergement est calme et situé dans un joli village chaleureux. Les chambres sont grandes avec balcons ou terrasses vastes, claires et lumineuses. La restauration, sous forme de buffets, est de qualité. Les repas sont équilibrés et variés. Le bar avec terrasse offre un tarif raisonnable avec le wifi. Il y a une buanderie.

Mais surtout, tout le monde est d'accord pour certifier que tout le personnel n'a que des qualités bien trop nombreuses pour être listées ici. J'oublie de préciser que des activités sont proposées tous les soirs. Et surtout, tout le Personnel présente une soirée Cabaret de grande qualité, à voir absolument. Si vous aussi vous désirez passer de telles vacances ; il vous suffit de devenir membre de l'Association ANFIR en réglant une cotisation annuelle et de vous inscrire, nombreux, aux séjours proposés par ANTADIR.

Merci à l'ANFIR,
Merci à l'ANTADIR,
Merci à la FFAAIR

Vincent et
Sylvie Declerck



ANFIR. Association du Nord de la France des Insuffisants Respiratoires

ANTADIR Association Nationale pour les Traitements A Domicile, les Innovations et la Recherche

FFAAIR Fédération Française des Associations et Amicales de malades, Insuffisants ou handicapés Respiratoires



SUPERSTOCK/SUPERSTOCK/SIPA

Les Gâteaux de Marie

MAKOTCH

Gâteau au pavot

Ingrédients : 500g de farine, 125g de beurre, 3 œufs, 150g de sucre, 1 sachet de sucre vanillé, 50g de levure fraîche, 1 verre de lait chaud (80 à 100 ml), sel. Pour la farce : zestes d'une orange, 400g de pavot noir, 200g de sucre, 3 cuillères à soupe (càs) de miel, 1 blanc d'œuf, 50g de beurre, 2 càs d'amande en poudre, 1 sachet de sucre vanillé, 1 poignée de raisin sec (facultatif).

Pour le levain : délayer la levure dans 2 càs de lait tiède plus une càs de sucre et une de farine. Laisser reposer au chaud pendant 30 minutes. Mélanger la farine, le beurre fondu et froid, les œufs, le reste du lait, le sucre en poudre, le sucre vanillé, une pincée de sel et le levain. Travailler la pâte pour qu'elle soit bien homogène. Couvrir et laisser reposer 1h au chaud.



Préparation de la farce : Rincer le pavot à l'eau, l'ébouillanter 10 min, laisser 30 min hors feu, égoutter et le mixer. Mélanger le pavot avec le sucre, puis le beurre fondu, le miel, la poudre d'amandes, le sucre vanillé et les zestes. Incorporer délicatement le blanc monté en neige.

Dégazer la pâte, l'étaler en un rectangle d'épaisseur 1cm. Etaler la farce sur la pâte. Rouler le tout à l'aide d'un torchon. Laisser reposer 30 minutes. Cuire 15 min à 180°C. Puis baisser à 150°C pendant 30 min.

Astuce : une fois le makotch bien froid, faire couler dessus un glaçage (1 blanc d'œuf et 200g de sucre glace). Poser des morceaux d'orange confites.

TARTE TATIN au caramel beurre salé

Ingrédients : Caramel beurre salé : 150g sucre en poudre, 80g beurre demi-sel, 25 cl crème liquide entière. La pâte : 200g farine, 100g de beurre doux pommade, 50 ml eau. Pour la garniture : 5 belles pommes Pink Lady, 1 citron, 1 noisette de beurre

Préchauffer le four à 180°C. Presser le citron et le verser le jus dans un grand saladier. Eplucher, épépiner et couper en quatre les pommes, les mettre dans le saladier avec le citron. Beurrer un moule à manquer et disposer les morceaux de pomme, bien égouttés, en rosasse bien serrée. Mettre au four pendant 20 min, puis couvrir d'une feuille d'aluminium et cuire à nouveau 25min. Pendant ce temps, sabler la farine et le beurre pommade puis ajouter l'eau. Faire une boule, la filmer et la réserver au frais (au moins 1h). Dans une poêle, mettre le sucre à fondre, attendre qu'il colore un peu, verser la crème liquide préalablement chauffer sur le caramel, hors du feu, bien mélanger, puis ajouter le beurre tout en mélangeant. Les pommes sont sorties du four, les recouvrir de caramel et laisser refroidir 1 heure. Abaisser la pâte un peu plus large que votre moule pour pouvoir replier les bords. Disposer la pâte sur les pommes, replier les bords vers l'intérieur et piquer régulièrement la pâte à l'aide d'une fourchette. Enfourner 30 min à 180°C. A la sortie du four, laissé refroidir complètement.



Astuce : démouler la tarte juste avant la dégustation, la pâte sera plus croustillante. Servir avec du caramel beurre salé réchauffé quelques minutes aux micro-ondes, c'est délicieux.

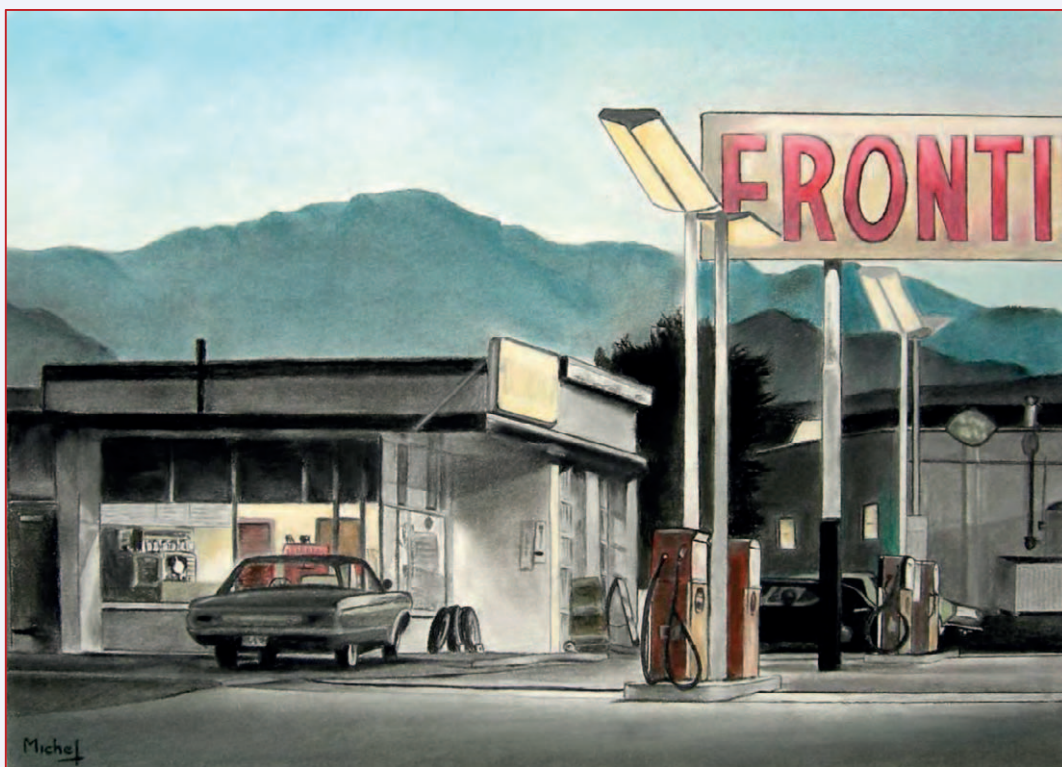
Trouver les douceurs

C O N V E R S A T I O N A G E B R O W N I E F K F
 R R G R E N O U I L L E F R A M B O I S I E R A O
 O E O A S O R B E T I S P E C U L A T I O N U N N
 Q I U U B U S O C R O U S T I L L O N B U E I T T
 U L P T S R I P E H S R U B A N R G N E E S T I A
 E L A C R T I S C F A R T M Q E T R O N C P I L I
 M E T A B O I C S H V N H I I M E A I E A A E L N
 B T I C A F P L O E A S O C L I Ô T S D I D R A E
 O T E H N R T E L T R M N I S L A T E I L R M I B
 U E N O A E A V Z A I A O S N L O O T C L I E S L
 C Z C U N L M R M I N N I O E H N T T E L R E E
 H G E P E I B E S I E T E C S F S S I I B L V P A
 E R G I V G A O F C A N O A O E G S N N O E E R U
 E E O E I I S P T P R H N K U U T L E T T C I O G
 R N U M E E S M A S C O N E J I V T O O T O L F S
 O O R O N U A I R M C O Q U I L L E E R E G L I P
 U B M N N S D G T P P F E U I L L A N T I N E T A
 S L A T O E E N E A R L E S I E N N E E I A U E T
 S O N A I S U A L L N P E R I G O U R D I N X R I
 E I D I S Q R R E M I D Î M C O N F I T U R E O S
 R S I S E U L D T I C B I C O N G O L A I S Î L S
 O T S E R I N I T E N A É N K U G E L H O P F E E
 L J E T I M I S E R A B L E E X S C R E M E U X R
 E P I P E A D E L I C A T E S S E S C A R G O T I
 B O U R G U I G N O T T E J C O Q U E L I C O T E

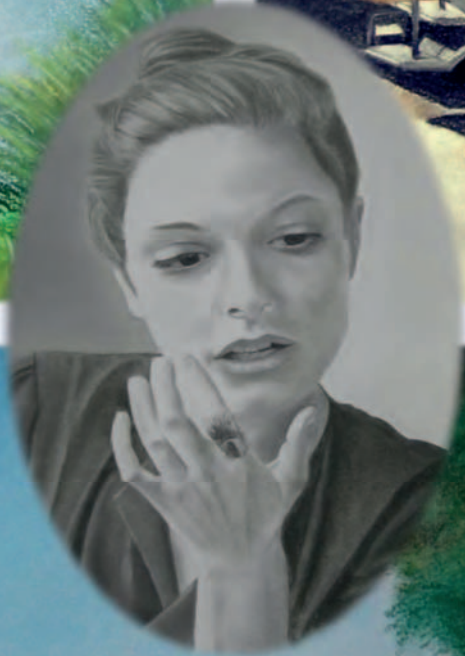
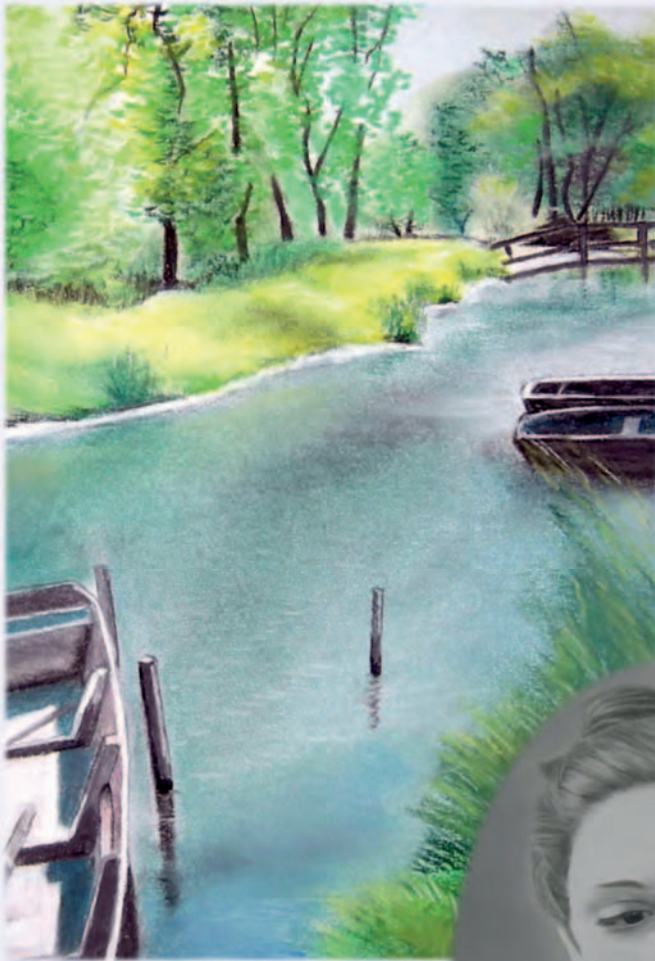
Retrouver et rayer dans la grille tous les noms des desserts et des douceurs listés.

ABRICOTINE	AMBASSADEUR	ANTILLAISE	ARLESIENNE	BABA	BANANE
BENEDICTIN	BOPS	BOUCHEE	BOURGUIGNOTTE	BROWNIE	CACHOU
CAILLEBOTTE	CAKE	CHAMOISETTE	CHANOINESSE	CHOCOLATINE	COGNA
CONE	CONFISERIE	CONFITURE	CONGOLAIS	CONVERSATION	COQUE
COQUELICOT	COQUILLE	COUVE	CREME	CREMEUX	CROQUEMBOUCHE
CROQUIGNOLE	CROUSTILLANT	CROUSTILLON	DELICATESSES	ESCARGOT	ESPADRILLE
ESQUIMAU	ESSE	FAR	FEUILLANTINE	FINANCIER	FONTAINEBLEAU
FRAMBOISIER	FRUIT	FRUITIER	GLORIA	GOURMANDISE	GRATTONS
GRENOBLOIS	GRENOUILLE	JET	KUGELHOPF	LEVRE	MARSHMALLOW
MERVEILLEUX	MIEL	MIGNARDISE	MILLEFEUILLE	MISERABLE	MOUSSE
NAGE	NEM	NICNAC	NID	NOISETTINE	OREILLETTE
OS	PALMIER	PAMPLEMOUSSE	PATIENCE	PATISSERIE	PATISSIER
PERIGOURDIN	PIE	PIEMONTAISE	PIPE	PROFITEROLE	RELIGIEUSE
ROUSSEROLE	RUBAN	SAVARIN	SCONE	SORBET	SPECULATION
SUISSE	TARTE	TARTELETTE	TETINE	TORTE	TORTILLON
TRONC	TROPEZIENNE	VIENNOISERIE	VISITANDINE		

Les Pastels de Michel



Notre présent journal, Deuxième Souffle N°35, est illustré des pastels réalisés par Michel Pecqueur. « Jeune retraité » de l'Éducation Nationale, Michel s'adonne à ce qui a toujours été une de ses passions, pratiquée depuis son enfance, en complet autodidacte. Ses sources d'inspiration sont variées et issues de photos personnelles ou non. Si vous passez près de Douai, n'hésitez pas à faire une petite halte au 70 rue Marcel Leriche à Roucourt, où vous pourrez visiter son exposition permanente.



Santélylys



OUVRE UNE RÉSIDENCE CONNECTÉE AU SERVICE DE L'AUTONOMIE

Afin de répondre aux besoins liés au vieillissement de la population et aux difficultés d'adaptation du domicile, Santélylys développe une offre innovante de logements locatifs confortables, sécurisés et adaptables à la perte d'autonomie progressive.

Une résidence à taille humaine

Composée de 5 appartements, Villa Armonia est une résidence locative tout confort destinée aux seniors souhaitant bénéficier d'un logement facile à vivre et adapté à leurs besoins et attentes :

- > Appartements sécurisés du T2 au T3, de 50 à 76 m²
- > Appartements intelligents et évolutifs
- > Espaces détente chaleureux
- > Appartement d'hôtes pour recevoir les proches
- > Terrasses ouvertes sur un jardin aménagé commun

Une offre de services personnalisée

- > Plus de 10 activités proposées par mois (culturelles, artistiques, sportives...)
- > Des ateliers santé, cuisine, prévention des chutes...
- > Des séances d'activités physiques adaptées
- > Des services à domicile (livraison de pain...)
- > La coordination des soins

Des forfaits sur-mesure

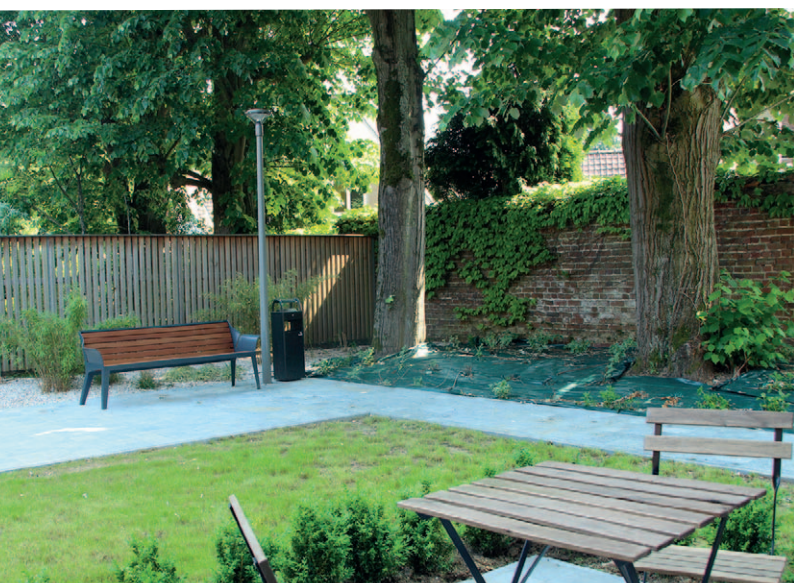
Sécurité, Quiétude, Confort et Bien-être : quatre forfaits au choix pour vivre en toute sérénité.

Roubaix, une ville en mouvement

À proximité immédiate de Lille, Roubaix offre une vie associative et culturelle très riche. Roubaix dispose également d'une offre complète en matière de transports en commun.

Roubaix, une ville verte

Véritable écrin de verdure situé à deux pas de la résidence, le Parc Barbieux vous enchantera avec ses nombreuses allées, ses vastes pelouses et son plan d'eau.





- 25 avenue Gustave Delory -
59100 Roubaix

Pour plus d'informations
contactez-nous : **03 20 96 68 66**

Téléchargez la plaquette
sur **www.homilys.fr**

Ouverture prochaine de deux nouvelles résidences seniors connectées :

Résidence L'Écrin
de l'Escaut
à Proville
15 logements

Résidence le Parc
du Grand Saule
à La Bassée
14 logements



TÉLÉSUIVI DES PATIENTS SOUS PPC

La prise en charge des patients sous PPC a été bouleversée en 2013 avec la mise en place du télé-suivi.

Alors obligatoire pour tout nouveau patient, le télé-suivi est soumis au consentement du patient depuis le 1^{er} janvier 2018.

Toutefois, sa mise en place est recommandée afin d'améliorer l'observance au traitement et par conséquent la qualité de vie du patient.

Le télé-suivi permet d'assurer la surveillance de l'efficacité du traitement : détection des anomalies en temps réel, coaching téléphonique, échanges d'informations entre le prestataire de santé et le médecin prescripteur...

Les données techniques concernant le traitement (niveau de fuite, index d'apnées - hypopnées, observance...) sont envoyées quotidiennement au prestataire de santé.

À ce jour,
90%

des patients pris en charge
par Santélyls bénéficient
de la télétransmission
et du télé-suivi.



Pour plus d'informations

contactez Santélyls au 03 62 28 8000
ou par e-mail : association@santelyls.fr

Ne restez pas isolé(e) !

Rejoignez-nous !

En étant membre, vous pourrez :

- Retrouver d'autres personnes, patients ou personnes sensibilisées aux problèmes de l'**insuffisance respiratoire**
- Trouver du soutien avec votre service d'écoute téléphonique, au : 06.72.05.30.58
- Vous détendre au cours des diverses rencontres et **sorties organisées** (mer, campagne, croisière fluviale...)

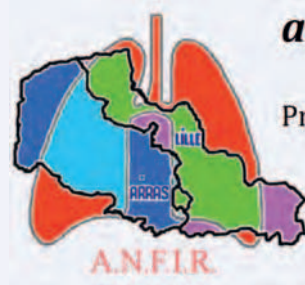
Etre informé(e) avec :

- La Lettre :
« Deuxième Souffle - A.N.F.I.R. INFOS »
- Le site internet : **www.anfir-asso.org**
- **Facebook** : ANFIR-Association-du-Nord-de-la-France-des-Insuffisants-Respiratoires

Etre représenté(e) et défendu(e) dans le cadre de la FFAAIR qui a ainsi obtenu :

- La **carte mobilité inclusion** pour les insuffisants respiratoires
- L'accès à tous les **transports en commun** avec un portable d'oxygène liquide ou gazeux
- Le label de la Charte de la personne prise en charge par un prestataire de **santé à domicile**

L'A.N.F.I.R. est une Association, la première de ce type en France, créée en 1982 par et pour des patients insuffisants respiratoires du Nord/Pas-de-Calais, relevant d'un traitement médical ou d'une assistance ventilatoire. L'A.N.F.I.R. est membre d'une fédération, la FFAAIR (Fédération Française des Associations et Amicales de malades Insuffisants Respiratoires) qui rassemble 60 structures régionales, dont 2 en Guadeloupe et 1 en Nouvelle Calédonie. Ainsi, avec la FFAAIR, nous vous proposons des **séjours vacances adaptés aux patients insuffisants respiratoires**, avec la présence permanente d'un encadrement médico-technique et d'un responsable sur le site, et la possibilité de financement par **chèques vacances** si vous ne payez pas ou peu d'impôts et êtes adhérent à une association fédérée à la FFAAIR.



anfir-asso.org

Présidence et Sièges Social :

Maison des Associations
72-74 rue Royale
59000 LILLE

Contact : Monsieur Thomas COGÉ
Président

Mobile : 06.18.45.76.95

Courriel : contact@anfir-asso.org

Trouver du **soutien** avec :

RESPIRE - ECOUTE
06.72.05.30.58

Permanences à la « Maison des Usagers » :

C.H.R.U. à Lille
ADAPT à Cambrai
Hôpital de Cambrai
Clinique Riaumont à Liévin
Groupe hospitalier de Loos-Haubourdin

Coupon à retourner au siège avec votre chèque à l'ordre de l'A.N.F.I.R.
A.N.F.I.R. - Maison des Associations - 72-74 rue Royale - 59000 LILLE

☐ **Oui, je souhaite adhérer** et verse le montant de € en tant que membre actif (au minimum 30 €)

☐ **Oui, je souhaite être membre bienfaiteur** et verse la somme de ☐ 30 € ☐ 40 € ☐ 50 € ☐ 60 € ☐ autre : €

☐ **Oui, je souhaite obtenir de plus amples informations** sur l'A.N.F.I.R., sans engagement de ma part

Le don et la cotisation sont déductibles des impôts à hauteur de 66%.

Afin de mieux vous connaître ou de mettre à jour vos coordonnées, merci de bien vouloir renseigner les éléments ci-dessous :

☐ Mme ☐ Mlle ☐ Mr

Nom.....

Prénom.....

Adresse.....

Code Postal.....

Ville :

Date de naissance :

Tél Fixe :

Tél Portable :

Courriel :

Etes-vous insuffisant(e) respiratoire ? ☐ oui ☐ non

Avez-vous de l'oxygène ? ☐ oui ☐ non

Etes-vous appareillé(e)? ☐ oui ☐ non

Si oui, quel est votre prestataire d'appareillage ?



anfir-asso.org

Soutenez l'ANFIR en devenant donateur !

Notre action est essentiellement alimentée par vos dons.

Cette année devrait nous permettre d'aller encore plus loin grâce à votre générosité.

Fondée et gérée uniquement par des **insuffisants respiratoires** depuis 1982, l'**ANFIR** fut la première association de malades insuffisants respiratoires créée en France. Depuis, **plus de 60 associations** se sont créées dans de nombreux départements, dont deux en Guadeloupe. Ces associations sont regroupées en une fédération : la Fédération Française des Associations et Amicales de malades Insuffisants ou handicapés Respiratoires - la **FFAIR**.

Nos actions

- ♦ Accompagnement du malade et de son conjoint (écoute, recherche d'aides...)
- ♦ Organisation de réunions d'information auprès de patients
- ♦ Participation à des congrès
- ♦ Organisation de Réunions et de Sorties pour nos Adhérents et Membres Bienfaiteurs
- ♦ Transmettre trimestriellement la « VOIX des AIR » aux membres de l'association

Nos projets

- ♦ Briser l'isolement en organisant des sorties avec nos adhérents
- ♦ Susciter et favoriser la promotion des traitements
- ♦ Faire valoir les droits des insuffisants respiratoires
- ♦ Continuer à entretenir un contact avec les adhérents avec notre journal « Deuxième Souffle »
- ♦ Renforcer notre participation lors de manifestations et congrès

Vos avantages donateur

Déduction de vos impôts à hauteur de 66 % du montant de votre don.

***Soutenez notre action pour lutter
contre la solitude et l'isolement
des insuffisants respiratoires
en devenant donateur de l'ANFIR***

D'avance, un grand merci à tous les donateurs.

Thomas COGÉ - Président de l'ANFIR

