

## NOS ACTIONS

- ▶ **Des rencontres** régulières entre les membres insuffisants respiratoires,
- ▶ **Des conférences** enrichissantes animées par des professionnels de la santé,
- ▶ **Des participations aux journées dédiées à la BPCO**, journées de prévention avec des actions de mesure du souffle pour le grand public,
- ▶ **Des moments de détente**, des repas, des sorties et loisirs,
- ▶ **Des ateliers d'activités physiques adaptées** animés par des professionnels,
- ▶ **Des aides financières** pour les vacances aux membres à revenus modestes, sous forme de chèques-vacances accordés par l'ANCV grâce au partenariat avec la FFAAIR,
- ▶ **Des publications :**
  - "Souffle d'Amitié", bulletin semestriel local
  - "AMIRA Express", feuillet d'informations sur les activités de l'association
  - "La voix des AIR", revue trimestrielle nationale.

## POUR PLUS DE RENSEIGNEMENTS

### ☎ APPELEZ

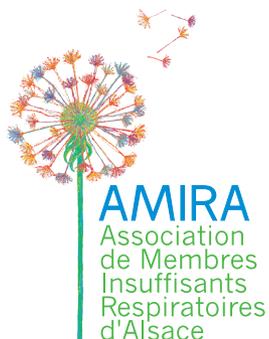
Marie-Rose GERHARD  
au 03 88 50 50 16  
Simone CHATEL  
au 06 83 85 85 11  
Cécile SCHAEFFER  
au 06 08 50 54 08

### ✉ ENVOYEZ UN MAIL

mrgerhard@wanadoo.fr  
ou chatars@wanadoo.fr  
ou cecile.schaeffer@free.fr

### 🌐 VISITEZ NOTRE SITE

[www.amira67.com](http://www.amira67.com)



○ **PROCHE DE VOUS  
ET SOUCIEUSE  
DE VOTRE BIEN-ÊTRE,  
L'AMIRA EST  
À VOTRE ÉCOUTE.**

**NE RESTEZ PLUS  
ISOLÉ(E),  
REJOIGNEZ-NOUS !**



**AMIRA**  
Association  
de Membres  
Insuffisants  
Respiratoires  
d'Alsace

## QUI SOMMES-NOUS ?

Fondée en 1984 par Gilbert Schaal, grand insuffisant respiratoire trachéotomisé, l'AMIRA est une association à but non lucratif. **Présente essentiellement dans le Bas-Rhin**, elle a son siège à Traenheim.

**Sa mission : informer, échanger, rassembler et encourager les personnes souffrant d'une maladie ou d'un handicap respiratoire.**

Sur le plan national, l'AMIRA est affiliée à la Fédération Française des Associations et Amicales d'Insuffisants Respiratoires (FFAAIR).

L'AMIRA est gérée par des **bénévoles, directement ou indirectement concernés par la maladie.**

## NOS MISSIONS

- ▶ **Rassembler et écouter** les insuffisants respiratoires pour qu'ils sortent de leur isolement et échangent leurs expériences, leurs appréhensions et leurs conseils.
- ▶ **Faire connaître la BPCO** (broncho-pneumopathie chronique obstructive) au grand public et la dépister à temps afin de limiter la dégradation physique qu'elle entraîne.
- ▶ **Inform**er sur les maladies respiratoires, l'appareillage, les possibilités de réhabilitation respiratoire, le réentraînement à l'effort, ...
- ▶ **Encourager la pratique des APA** (Activités Physiques Adaptées) avec des professionnels formés à cet effet.
- ▶ **Entretenir des relations** de solidarité, d'amitié et d'entraide.
- ▶ **Offrir des moments de détente** et des sorties adaptées pour tous (repas, visites guidées, concerts, ...).

## À L'ÉCOUTE

- ▶ Des personnes sous oxygénothérapie, sous ventilation (PPC et/ou VNI) ou trachéotomisées,
- ▶ Des personnes atteintes de BPCO (broncho-pneumopathie chronique obstructive), d'apnée du sommeil, d'asthme, de myopathie, d'HTAP (hypertension artérielle pulmonaire), de fibrose pulmonaire, de sarcoïdose...

