

Damelevières Des ateliers pour les personnes en difficultés respiratoires

L'Association d'Aide aux Insuffisants Respiratoires de Lorraine propose des ateliers « Sport Santé » collectifs gratuits, sur prescription médicale. Ils permettent de pratiquer des activités physiques adaptées pour mieux vivre avec son insuffisance respiratoire et améliorer sa qualité de vie.



Guillaume Grandjean et ses patients dans la salle à la résidence André-Claudiel

L'Association d'Aide aux Insuffisants Respiratoires de Lorraine (ARAIRLOR) a été créée en 1981.

Aujourd'hui, elle est présidée par le professeur François Chabot, chef du département pneumologie au CHU de Brabois.

En 2010, elle a reçu un agrément de l'ARS (Agence Régionale de Santé) pour la mise en place de son programme d'éducation thérapeutique à destination des personnes en insuffisance respiratoire chronique. Cet agrément a été renouvelé en 2023.

Ce programme consiste en la mise en place d'ateliers « Sport Santé » qui regroupent en moyenne 5 à 8 patients. Ces ateliers sont collectifs, et proposent des activités physiques adaptées pour mieux vivre avec son insuffisance respiratoire, en ralentir l'évolution, réagir efficacement quand l'état de santé se modifie et, au final, pour améliorer la qualité de vie de ces personnes.

Une convention signée avec la commune

Sylvie Villaume, membre de cette association, nous explique : « Nous avons fait le constat que, sur le territoire de Damelevières et Blainville, il n'existait aucune structure de ce type. Après un échange avec les médecins du secteur et le réseau médical, nous avons signé une convention avec la commune de Damelevières pour une mise à disposition gratuite d'une salle à la résidence André-Claudiel ». Ainsi, depuis un an, chaque mardi matin, entre 10 h 30 et 12 h, plusieurs patients se retrouvent pour travailler le souffle, le renforcement musculaire ou bien encore le travail d'équilibre. Animés par Guillaume Grandjean, titulaire d'un diplôme d'enseignant d'activité physique adaptée (APA), ces ateliers se déroulent dans une ambiance ludique et conviviale.

Ils sont gratuits, sur prescription médicale, et ouverts à tous.

Pour plus de renseignements, vous pouvez contacter cette association au 03 57 75 97 45 ou au 06 07 83 20 88 ou sur le site : contact@arairlor.fr