

LOVE is in the AIR

Nicolas d'Aujourd'hui



LIGUE PULMONAIRE

Salut !

Les grandes idées ont besoin d'espace, de temps et d'air pur pour se réaliser. Et parfois il en faut du souffle, pour que les plus beaux projets, les rêves les plus fous ne restent pas que des chimères, que du vent.

La musique a toujours été ma passion. Alors, quand Josh a eu l'idée géniale de former un groupe, j'ai tout de suite été tout feu tout flamme ! Et grâce à notre guitariste Kevin, l'enfant gâté de la bande, nous n'avons pas eu besoin d'acheter d'instruments ni de chercher un local. Jusque-là, tout était simple. Puis est venue Anna, j'en ai presque eu le souffle coupé... Mais découvrez vous-mêmes notre histoire !

Bonne lecture !

Thomas, claviers et chant

Impression :

Tous droits réservés. © Ligue pulmonaire suisse, 1^{er} tirage 2009

Conception : Infoklick.ch, Juniorexperts, Ligue pulmonaire suisse

Texte et illustrations : Nicolas d'Aujourd'hui, www.nix-productions.ch

Expert médical : Dr méd. Christiane Courteheuse, Vésenaz

Coordination du projet et relecture : Ursula Weber

Traduction : TRADCOMM Patrick Pfister

Mise en page : Philipp Kneubühler, www.duplex-design.ch

Impression : Multicolor Print AG, Baar

Le groupe



Thomas

Le bidouilleur au grand cœur.
Un romantique qui dissimule
soigneusement son secret.
Il joue des claviers et
compose avec beaucoup de
talent.



Dave

Une vraie boule de nerfs !
Qu'il joue au basket ou de la
batterie, il a toujours la
pêche ! Plein de feu, créatif, il
est tout simplement méga
cool.



Anna

Elle est belle, intelligente et a
une super voix. La chanteuse
du groupe fait fondre bien des
cœurs, et pas seulement celui
de Thomas.



Josh

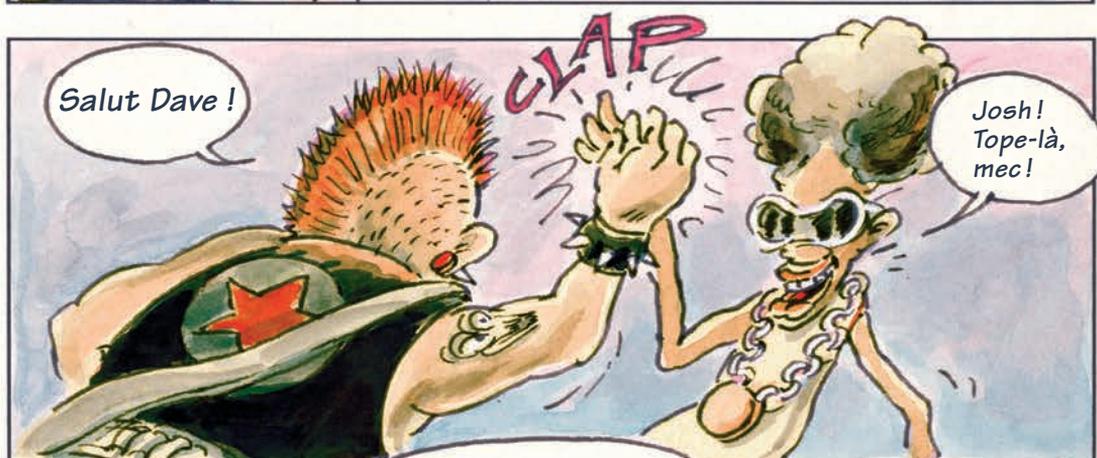
S'il y a un problème, pas de
panique : Josh est là ! Fort et
sympa, c'est un super pote
sur qui on peut toujours
compter. Il est bestial, oui,
mais uniquement quand il
empoigne sa basse.

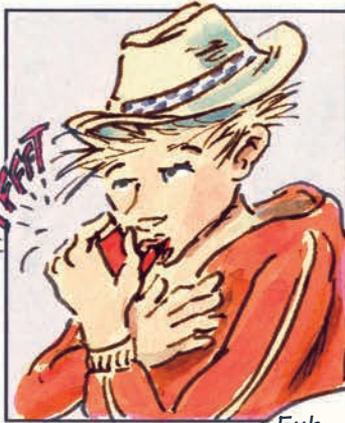


Kevin

Guitariste... et fils à papa. Toutes
les filles lui courent après. Du coup,
il attrape parfois un peu la grosse
tête.

Une bouffée d'air





Ah, le voilà enfin... Alors, tu as de nouveau fait des heures sup ?



Euh... Désolé, mais j'avais encore quelque chose d'urgent à faire...



T'es de nouveau aux platines au «Toaster», aujourd'hui ?

Cool !

Ouais !

Rien que du vent ?



Ouais mec !
Ce hip-hop, quel
groove !



... A la masse,
ces rappers !



Air Guitar





Mais je le connais... C'est pas Kevin ?



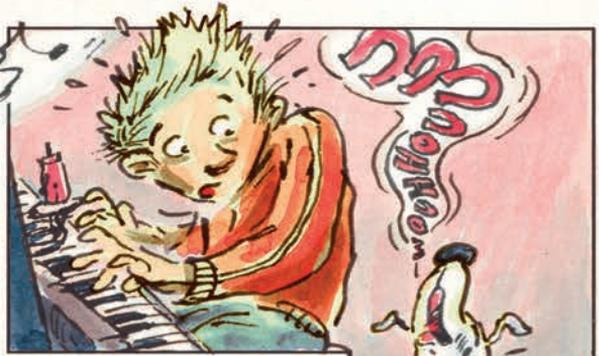
L'air se fait rare





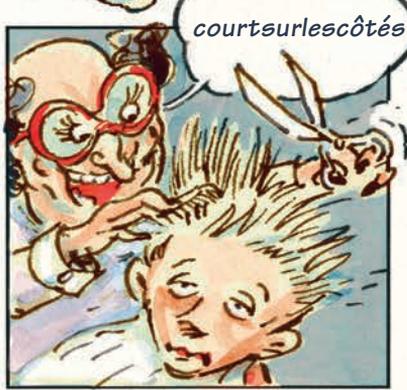
Un air à couper au couteau





De l'air pur





Se dissoudre dans l'air





L'air de rien...

Allez, installons-nous. Anna va sûrement arriver...

Et Thomas, qu'est-ce qu'il fiche ?

Mais... qu'est-ce qu'il a, mon ampli ?

Shit

Yes !

C'est pas possible...

Et Anna...

... qui vient à la répétition !

Si seulement Thomas était là...

Mais qu'est-ce que VOUS fichez ?

... il saurait quoi faire...

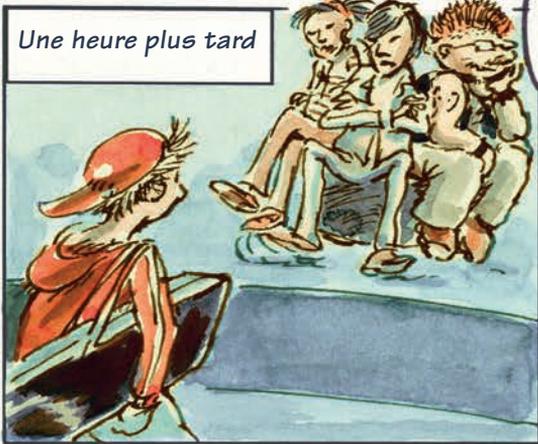
Salut les gars - qu'est-ce que vous cherchez ? Écoutez ! J'ai réussi un coup fumant !

ANNA !



Nous allons jouer en première partie de Slayslasher !

Waouw - Slayslasher !



Une heure plus tard

Thomas. Tu es en retard. Les amplis ne marchent pas, la table de mixage non plus. Et dans seulement quelques semaines, nous assurons la première partie de Slayslasher !



Toi le roi de la technique - aide-nous !



Yep !

Il n'y avait qu'à brancher !

Thomas - notre super génie !

Super !

Retenez votre souffle !

Un mois et bien des répétitions plus tard





A bout de souffle

Autour de minuit



Plus tard

Je peux te poser une question ? Tu as de l'asthme, c'est ça ?

Oui, tu as...

... raison. J'ai de l'asthme et je dois prendre régulièrement des médicaments.

Ah...

Encore plus tard

Prends donc ma veste...

Thomas, j'ai un peu froid.

T'es mignon...

Et toi donc !

Bien plus tard

Love

is in the Air...

Sauter en l'air

Les gars, ce soir je suis aux platines. Vous viendrez au club ?



Regarde donc Thomas !

...amoureux

Hier soir, ta chanson...

le top !

Merci !

Mais pourquoi tu t'es de nouveau tiré comme ça ?



Hemm. C'est un peu compliqué... Parfois, je manque d'air, il faut que je sorte. En fait, j'ai de l'asthme.

Mais il faut que j'y aille. Anna m'attend.

A ce soir, au club !

Je te l'avais bien dit : amoureux !



Love is in the Air





Le soleil va se lever.
Allons-y !



Vivre, c'est respirer

Comment se manifeste l'asthme ?

- Difficulté à respirer (dyspnée)
- Sentiment d'oppression
- Respiration sifflante et haletante
- Essoufflement à l'effort (réveils nocturnes avec essoufflement)
- Quintes de toux pendant la journée et souvent aussi pendant la nuit
- Besoin de cracher des glaires
- Angoisse
- Parfois des crises d'étouffement très angoissantes, accompagnées de quintes de toux

Qu'est-ce qui provoque l'asthme ?

- Des sources d'allergies : acariens, poils d'animaux, moisissures, pollens
- Des sources d'irritation non allergiques: fumée de cigarette, vapeurs chimiques, pollution atmosphérique, froid et brouillard, efforts physiques
- Des sources d'émotions : stress, p. ex.
- Des infections des voies respiratoires

Chacun est différent et peut réagir à l'un ou plusieurs de ces facteurs.



Qui souffre d'asthme ?

Malgré les progrès de la science, on ne connaît toujours pas les causes exactes de l'asthme. Par contre, il est établi que différents facteurs, dont hérédité par exemple, favorisent la maladie. Certaines personnes ont ce qu'on appelle une prédisposition aux allergies et tendent à réagir de manière particulière à certains facteurs environnementaux.

Chez elles, des stimuli extérieurs, tels que les allergènes, déclenchent un asthme allergique. Toutefois, ce n'est pas le cas de tous les asthmatiques. Il existe encore bien d'autres causes susceptibles de provoquer des crises d'asthme. Dans tous les cas, il convient d'éviter ou de prévenir tout risque de crise d'asthme en prenant le spray adéquat avant d'être essoufflé.



Qu'est-ce qui fait partie du quotidien d'un asthmatique ?

L'inhalation

La voie respiratoire permet de prendre rapidement un médicament, tel que les sprays.

Le débitmètre de pointe

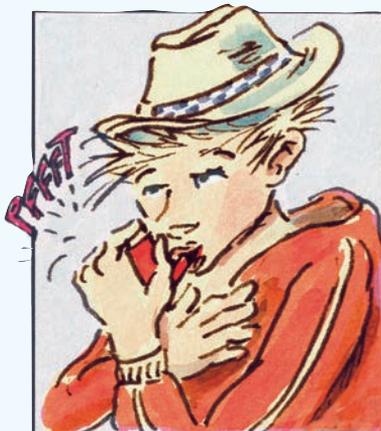
Il s'agit d'un petit appareil qui permet de mesurer facilement sa fonction pulmonaire et son volume respiratoire : il suffit de respirer profondément, de placer l'embout dans sa bouche, de le maintenir fermement en l'enserrant dans ses lèvres puis d'expirer le plus fort et le plus vite possible. Un témoin se déplace sur une échelle graduée et montre le niveau d'expiration maximale : c'est ce qu'on appelle le débit respiratoire de pointe. L'opération est répétée une seconde fois. Les valeurs doivent être mesurées tous les jours et notées dans le carnet de suivi de l'asthme.

Le carnet de suivi de l'asthme

C'est un cahier qui permet de noter l'évolution de l'asthme et de doser de manière judicieuse la prise de médicaments. On y reporte les valeurs quotidiennes du débit respiratoire de pointe et on y note les crises d'asthme.

Le plan d'action

D'entente avec le médecin, les mesures et médicaments nécessaires sont formulés dans un plan d'action qui vise à permettre une vie quotidienne sans crises. Le plan aide à réagir de manière adéquate dès les premiers signes d'aggravation de l'asthme.



As-tu des questions ou aimerais-tu en savoir davantage ? N'hésite pas à nous contacter, nous sommes là pour t'aider. Choisis un centre de la Ligue pulmonaire près de chez toi.

Où nous trouver

Les Ligues pulmonaires cantonales

Aargau

Tel. 062 832 40 00
lungenliga.aargau@llag.ch
www.lungenliga-ag.ch

Appenzell AR

Tel. 071 351 54 82
lungenliga_ar@bluewin.ch
www.lungenliga.ch

Appenzell AI

Tel. 071 788 94 52
franziska.fitzi@gsd.ai.ch
www.lungenliga.ch

Baselland/Basel-Stadt

Tel. 061 927 91 22
info@llbb.ch
www.llbb.ch

Bern

Tel. 031 300 26 26
info@lungenliga-be.ch
www.lungenliga-be.ch

Fribourg

Tél. 026 426 02 70
info@liguepulmonaire-fr.ch
www.liguepulmonaire-fr.ch

Genève

Tél. 022 321 35 60
info@liguepulmonaire-ge.ch
www.lp-ge.ch

Glarus

Tel. 055 640 50 15
lungenligaglarus@bluewin.ch
www.lungenliga-gl.ch

Graubünden

Tel. 081 354 91 00
info@llgr.ch
www.llgr.ch

Jura

Tél. 032 422 20 12
direction@liguepj.ch
www.liguepulmonaire.ch

Luzern-Zug

Tel. 041 429 31 10
info@lungenliga-lu-zg.ch
www.lungenliga-lu-zg.ch

Neuchâtel

Tél. 032 723 08 68
ligue.pulmonaire@ne.ch
www.liguepulmonaire.ch

St. Gallen

Tel. 071 228 47 47
info@lungenliga-sg.ch
www.lungenliga-sg.ch

Schaffhausen

Tel. 052 625 28 03
info@lungenliga-sh.ch
www.lungenliga.ch

Schwyz

Tel. 055 410 55 52
pfaeffikon@lungenligaschwyz.ch
www.lungenliga-schwyz.ch

Solothurn

Tel. 032 628 68 28
info@lungenliga-so.ch
www.lungenliga-so.ch

Thurgau

Tel. 071 626 98 98
info@lungenliga-tg.ch
www.lungenliga-tg.ch

Ticino

Tel. 091 973 22 80
legapolm@bluewin.ch
www.legapolmonare.ch

Unterwalden

Tel. 041 670 20 02
info@lungenliga-uw.ch
www.lungenliga.ch

Uri

Tel. 041 870 15 72
lungenliga.uri@bluewin.ch
www.lungenliga-uri.ch

Valais

Tél. 027 329 04 29
lvpp@vtx.ch
www.liguepulmonaire.ch

Vaud

Tél. 021 623 37 47
info@lpvd.ch
www.liguepulmonaire.ch

Zürich

Tel. 044 268 20 00
info@lungenliga-zh.ch
www.lungenliga-zh.ch

Fürstentum Liechtenstein

Anmeldungen an
Lungenliga St. Gallen
Tel. 081 723 66 69
info@lungenliga-sg.ch

*A la recherche de la
chanson parfaite*

*Thomas, Josh et Dave partagent le
même rêve : faire de la musique qui leur
plaît vraiment et fonder leur propre
groupe. Mais, lorsque Kevin
le guitariste les rejoint,
tout devient plus compliqué
qu'ils ne le pensaient.*

*Et il y a Anna, la chanteuse
du groupe, qui n'enflamme
pas uniquement le public.*

