

B R E A T H E
the lung association

R E S P I R E Z
l'association pulmonaire

Annonce du gagnant de notre escapade de 700 \$ au Nouveau-Brunswick!



Félicitations à **Nora Morel** d'Edmundston (N.-B.), la gagnante de notre forfait d'escapade de 700 \$ au Nouveau-Brunswick qui comprend deux nuits d'hébergement au Riverside Resort & Conference Centre, quatre laissez-passer au Village historique de Kings Landing, une carte-cadeau pour l'Auberge Kings Head, une carte-cadeau pour le MOCO-Mactaquac et une carte-cadeau pour de l'essence chez Irving!



Merci à nos commanditaires et à tous ceux qui ont participé à notre récent concours inclus avec notre invitation à **Écoutez votre cœur pour cette Saint-Valentin**. Vous avez contribué au succès du concours et même si vous n'avez pas gagné cette fois-ci, il y aura plus de chances de gagner. **Indice** : avez-vous vérifié votre boîte aux lettres récemment?



Incitatif à l'achat de véhicules électriques

Un grand pas vers l'avant pour les Canadiens qui veulent passer à un véhicule électrique!

Le budget 2019 du gouvernement fédéral canadien prévoit un incitatif à l'achat de 5 000 \$ pour les personnes

qui achètent des véhicules électriques ou à pile à combustible dont le prix de détail est inférieur à 45 000 \$. Les détails du programme ne sont pas encore disponibles.

Les véhicules électriques sont indispensables à la réduction des émissions de (GES). Le Nouveau-Brunswick arrive au troisième rang au Canada quant aux émissions de GES par habitant et dépasse également la moyenne nationale. Le secteur du transport du Nouveau-Brunswick est responsable d'environ 30 % de ces émissions. Remplacer un véhicule traditionnel par un véhicule électrique au Nouveau-Brunswick peut réduire les GES liés aux véhicules de l'ordre de jusqu'à 75 % tout en réduisant également les polluants de l'air comme le NO₂, le SO₂, les matières particulaires et les composés organiques volatils (COV). Ces réductions des polluants de l'air sont mesurables et nécessaires pour améliorer la santé respiratoire.

Apprenez-en davantage sur une maladie pulmonaire : **Pleurésie**

La pleurésie est une inflammation de la plèvre. La plèvre est une membrane à deux couches qui enveloppe le poumon et recouvre la cavité thoracique.

Nous avons deux plèvres : une pour chaque poumon. Les plèvres servent d'enveloppes protectrices aux poumons; elles y sont fermement ajustées. Elles comportent deux couches. En temps normal, il n'y a aucun espace entre les couches interne et externe. Elles se rejoignent à leurs extrémités; on pourrait comparer la plèvre à un ballon complètement dégonflé et recouvrant hermétiquement l'extérieur de chaque poumon.



Habituellement, les couches pleurales interne et externe ne sont séparées par rien d'autre qu'une fine couche de liquide lubrifiant. Les couches pleurales lisses

et le liquide lubrifiant permettent à vos poumons de bouger librement dans votre thorax, pour que vous puissiez respirer normalement.

Chez les personnes atteintes de pleurésie, les deux couches de la plèvre deviennent enflammées (rouges et enflées). Cela peut créer un espace entre les couches, appelé « cavité pleurale » (« cavité » veut dire « espace »). En pleurésie avec épanchement, cet espace peut se remplir de liquide, et il peut s'y développer une infection.
