

# Solid'AIR

offrez votre souffle

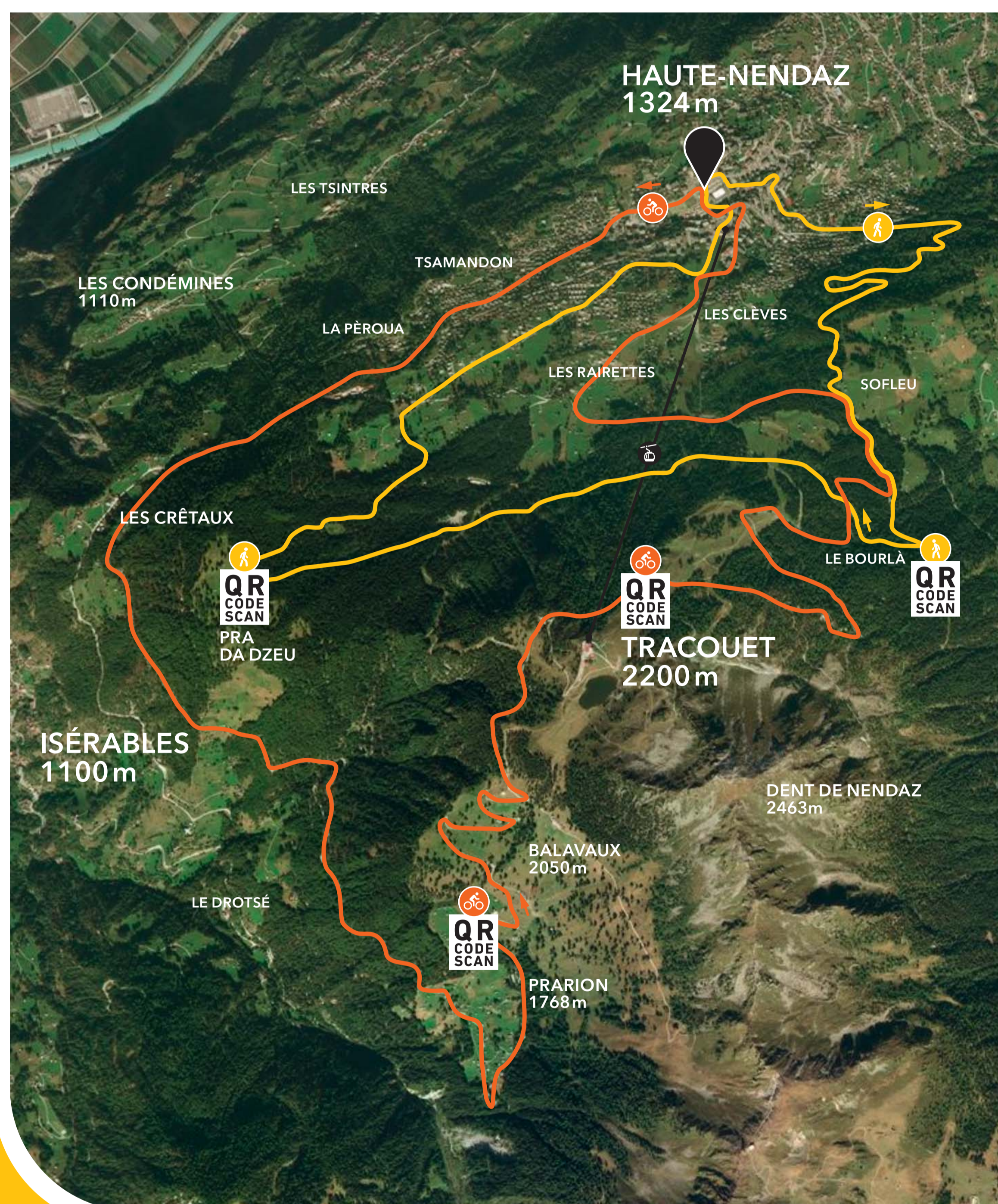


TWINT

IBAN CH5800265265121480M1M

En faveur de la lutte contre la mucoviscidose

**Soutenez-nous tout au long de l'année en vous baladant ou en vous entraînant sur nos deux parcours**

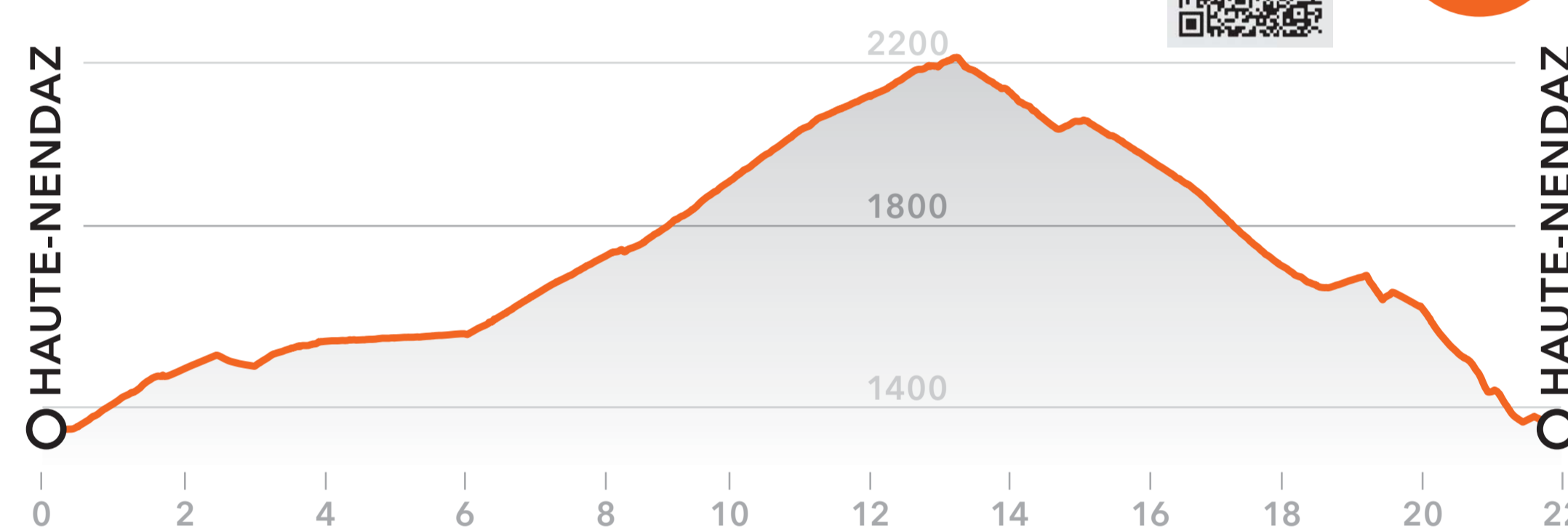


- A Allez sur <https://parcours.valais.cloud>
- B Scannez le QR code selon votre choix de parcours
- C Scannez les QR codes le long du parcours sur <https://parcours.valais.cloud>
- D Scannez le QR code de votre discipline à votre arrivée pour valider votre temps

**Vous pouvez soutenir Solid'air via Twint ou par virement bancaire (IBAN)**

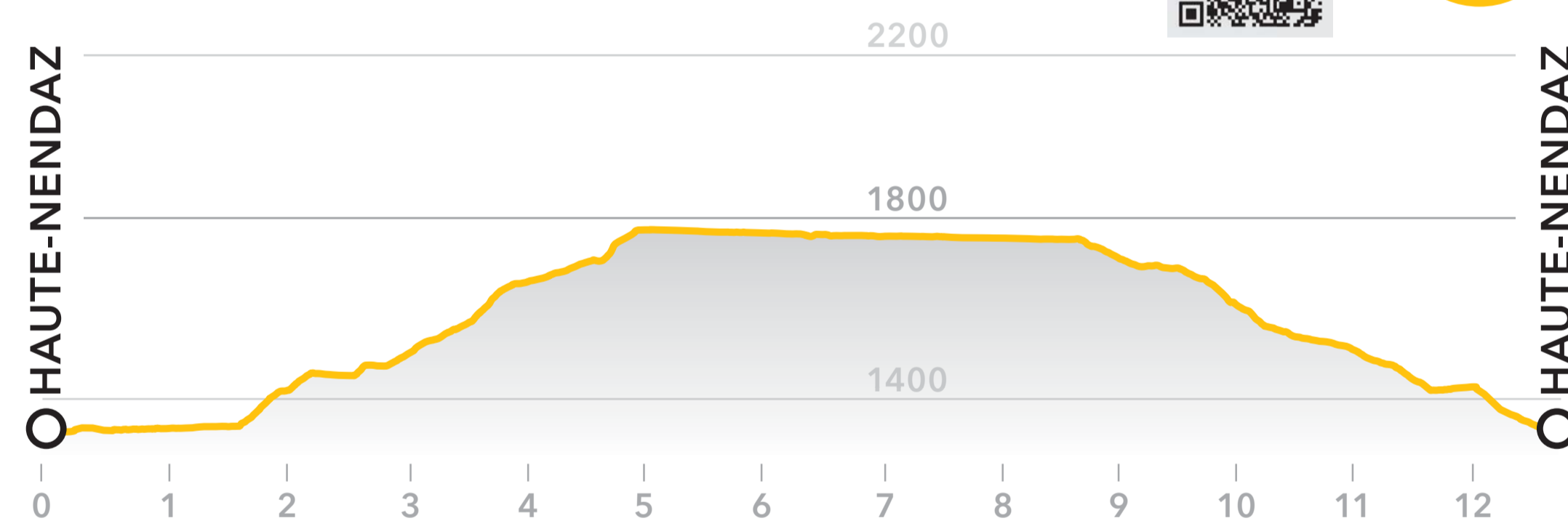
## VTT

- ↔ 22 km
- ↗ 997 m
- ↘ 997 m



## Course à pied

- ↔ 12.7 km
- ↗ 515 m
- ↘ 515 m



Retrouvez votre temps et les temps de référence sur <http://parcours.valais.cloud> ou [www.solidair.ch](http://www.solidair.ch)

## La Muco en 10 questions

- 1 Comment contracte-t-on la mucoviscidose ?  
**Il s'agit d'une maladie héréditaire. Les deux parents doivent être porteurs du gène.**
- 2 Quels sont les organes les plus affectés par cette maladie ?  
**Les poumons et le système digestif.**
- 3 Quel est l'autre nom, plutôt barbare, de la mucoviscidose ?  
**Fibrose Kystique.**
- 4 Combien de personnes environ sont atteintes par la mucoviscidose en Suisse ?  
**Environ 1000 personnes.**
- 5 Quels sont les symptômes les plus fréquents de cette maladie ?  
**Infections et inflammations respiratoires (toux chroniques, pneumonies à répétitions, bronchites), troubles du système digestif, retard de croissance, ongles.**
- 6 En moyenne, combien de jours par année passe une personne malade à l'hôpital ?  
**Il n'y a pas de règle. Cela dépend du degré de gravité de la maladie des personnes atteintes.**
- 7 Peut-on guérir de la mucoviscidose ?  
**Non.**
- 8 Comment traite-t-on la mucoviscidose au quotidien ?  
**Par plusieurs inhalations et thérapies respiratoires quotidiennes, physiothérapie, cure d'antibiotique une à plusieurs fois par année.**
- 9 Quel goût a la peau des personnes atteintes par cette maladie ?  
**Salé.**
- 10 Lorsque leurs fonctions pulmonaires diminuent, qu'est-ce qui peut offrir aux malades une plus grande espérance de vie ?  
**Une greffe pulmonaire.**