

**A.N.G.C.  
Association  
Normande  
des Greffés  
Cardiaques**

Association régie par la loi  
du 1<sup>er</sup> juillet 1901

**Quelques infos**



**Président d'honneur  
Pr Rémi SABATIER**

**Président Fondateur  
Claude SIMON**

**Président  
Jacques DESLANDES**

**SIEGE SOCIAL  
ET COURRIER  
A.N.G.C.**

**Boîte Postale 60019  
14801 DEAUVILLE Cedex**

**SECRETARIAT ET  
RENSEIGNEMENTS**

**Courriels, téléphone et  
réseaux sociaux**

**asso.angc@gmail.com  
06.33.74.61.55  
www.facebook.com/  
ANGC14**



**FGCP  
Fédération Nationale  
des Greffés du Cœur  
et/ou des Poumons**

**www.france-coeur-  
poumon.asso.fr**



**Psychothérapeute  
Psycho-relaxologue  
sur DEMANDE**



France Greffes Cœur et/ou Poumons



European Heart And Lung  
Transplant Federation (EHLTF)



# Le Joker



**MAI 2023 – Numéro 46**

<b>Mon espace santé</b>	page 2
<b>Arrêt des greffes cardiaques au CHU de Caen</b>	page 4
<b>Conseil d'Administration de l'A.N.G.C. Conférence à l'IFAS de Deauville</b>	page 5
<b>Assemblée Générale de l'A.N.G.C.</b>	page 6
<b>Congrès de la fédération FGCP les 30/09/2022 et 01/10/2022 Jeux Nationaux des Transplantés et Dialysés Marche solidaire pour la santé et l'arrêt du tabac</b>	page 7
<b>Prochain congrès de la fédération à Nantes</b>	page 8
<b>Participation record au Parcours du Cœur à Gonneville-sur-Honfleur</b>	page 9
<b>Martine Gilbert/Picard Représentante des Usagers (RU) pour l'ANGC Notre adhérent greffé à l'honneur dans la presse régionale</b>	page 10
<b>Informations Mots croisés</b>	page 11
<b>Petite recette diététique Réponses des mots croisés - Détente</b>	page 12



**Assemblées Générale de l'ANGC à Bagnoles-de-l'Orne le 15 avril 2023**



Mon espace santé est un service numérique de confiance, qui permet aux utilisateurs d'avoir à portée de main leurs documents et informations utiles pour leur santé. C'est un nouveau service qui garantit à ses usagers la protection de leurs données de santé et la préservation du secret médical.

## Les fonctionnalités de Mon espace santé

### Un dossier médical

Consultation et alimentation des **documents** ajoutés par l'utilisateur ou ses professionnels de santé (ordonnance, compte rendu d'hospitalisation, biologies...)

Alimentation et consultation par l'utilisateur de son **profil médical** : antécédents médicaux, vaccinations, allergies, mesures de santé, ...

Cette brique s'appuie sur l'actuel **Dossier Médical Partagé (DMP)** dont l'historique est repris pour les anciens utilisateurs.

### Une messagerie

Réception en toute sécurité des informations personnelles en provenance de l'équipe de soin de l'utilisateur via un service de **messagerie sécurisée** de santé.

### Un catalogue de service

Accès à des applications de santé référencées par l'État via un **catalogue réunissant la diversité des services utiles à la santé** (portails patients, applications et objets connectés référencés...). [Mon espace santé : le catalogue de services est désormais disponible ! | esante.gouv.fr](http://monespace.santé.lecatalogue.de.services.est.désormais.disponible.lesante.gouv.fr)

### Un agenda (à venir)

Agrégations des **événements** liés au parcours de soin de l'utilisateur via un agenda.

1

## Comment activer Mon espace santé ?

Rendez-vous sur le site [monespacesante.fr](http://monespacesante.fr) ou sur l'application

### Activer

Pour l'activer ou m'y opposer j'ai besoin d'avoir :

- Le code provisoire reçu par e-mail ou courrier

**J'ai besoin d'un code ?**
- Ma carte Vitale
- 5 minutes de mon temps

Pour les personnes mineures, il faut renseigner le numéro de sécurité sociale du parent destinataire de l'e-mail ou du courrier d'invitation

## Les bénéfices pour la prise en charge de l'utilisateur



### Côté Professionnel

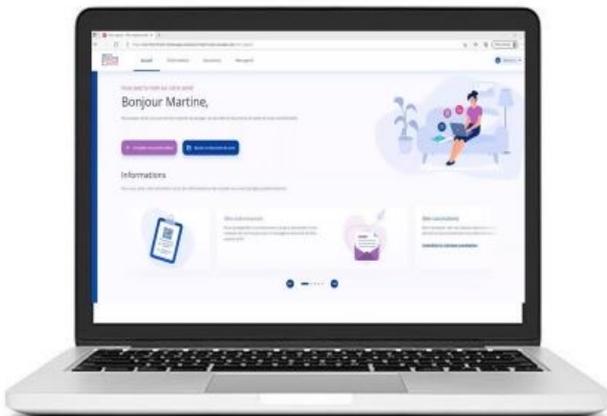
- Les professionnels accèdent aux données essentielles en cas d'urgence
- Les échanges entre professionnel et usager sont simplifiés et sécurisés
- La coordination ville-hôpital est favorisée

### Côté Usager

- L'utilisateur est acteur de sa santé
- Les examens inutiles ou en doublon sont évités
- L'utilisateur accède à ses données de santé dans un espace unique

Mon Espace Santé, un levier pour améliorer la qualité des soins et de l'accompagnement des usagers

## Une fois que le citoyen a activé Mon espace santé



- L'utilisateur va pouvoir compléter son profil médical
- L'utilisateur va recevoir des messages de ses professionnels de santé\* et pouvoir y répondre
- L'utilisateur va pouvoir ajouter des documents
- L'utilisateur va recevoir des documents de ses professionnels de santé et de l'Assurance maladie\*\*
- L'utilisateur pourra masquer certains documents aux professionnels de santé, ou bloquer certains professionnels de santé pour leur interdire l'accès à Mon espace santé

### Conclusion

- Un accueil affichant les dernières activités
- Un profil médical avec toutes les informations utiles
- Un espace pour communiquer en toute sécurité avec les professionnels de santé
- Un espace de stockage des documents de santé

### La sécurité

- L'accès des professionnels de santé est paramétrable par l'utilisateur.
- L'utilisateur peut donc bloquer ou débloquer un professionnel de santé en particulier.
- L'utilisateur peut définir la confidentialité de chaque document.
- Le document peut être masqué aux professionnels de santé, sauf le professionnel de santé qui l'a déposé
- Il peut masquer tous ses documents en 1 clic

Le patient peut gérer finement qui accède à ses données de santé

En juin 2022, l'ANGC a appris que le CHU de Caen allait perdre son autorisation de greffe cardiaque. Nous avons donc écrit à l'ARS pour déplorer cette décision. Malgré notre intervention auprès des médias (Ouest-France et BFMTV), nous n'avons pas pu obtenir son rétablissement. Après plusieurs courriers et communications téléphoniques avec le directeur de l'ARS, nous avons quand même eu l'assurance que seul l'acte de greffe ne serait plus fait à Caen mais que l'avant greffe et le suivi après greffe des patients de l'ex Basse-Normandie continueraient d'être réalisés par le CHU de Caen.

Voilà le courrier de réponse de l'ARS.

Monsieur le Président,

Par lettre du 15 juin 2022, vous m'interrogez sur la pérennité de l'activité de greffe cardiaque au CHU de Caen. Je vous informe que le 28 juillet, j'ai constaté la caducité de l'autorisation de l'activité de soins de greffe cardiaque au CHU de Caen. Cette décision intervient en raison de l'absence de réalisation de greffe cardiaque depuis juillet 2021. Elle fait suite à une alerte de l'Agence de Biomédecine (ABM) qui m'a été adressée le 26 juillet, aux termes de laquelle l'ABM estime que la poursuite de l'activité présente un risque pour la sécurité des patients. Elle est constatée sur le fondement du code de santé publique, qui prévoit expressément la caducité des autorisations en cas de cessation prolongée d'exploitation d'une activité de soins.

Il est important de préciser que seul l'acte de greffe cardiaque à proprement parler et l'intervention qui y est associée, sont concernés par cette caducité. Les équipes du CHU de Caen continueront à réaliser la prise en charge des patients de l'ex Basse Normandie ayant reçu une greffe cardiaque ou appelés à être greffés dans le cadre de leur parcours de soin avant la greffe ou du suivi après la greffe.

De manière immédiate, pour garantir la continuité de la prise en charge des patients concernés dans les meilleures conditions, le CHU de Caen organise leur orientation auprès d'équipes médicales de greffes de plusieurs CHU (Rennes, Rouen et Paris notamment) en lien avec les patients eux-mêmes. Les prises en charge des patients les plus urgents ont été traités en priorité dès le 29 juillet.

Enfin, compte tenu de la forte prévalence de l'insuffisance cardiaque en Normandie, cette filière de prise en charge est une priorité régionale. A cette fin les deux CHU poursuivront leur coopération, avec l'accompagnement de l'Agence Régionale de Santé Normandie et de l'Agence de la Biomédecine, pour développer ensemble les greffes et les prélèvements d'organes, qui restent réalisables en Normandie.

Le schéma d'organisation régional du parcours de l'insuffisance cardiaque fera l'objet d'une évaluation à partir de la fin de l'année 2022, dans le cadre des travaux de préparation du prochain projet régional de santé 2024 – 2029. Ce projet régional de santé permettra de fixer l'organisation pérenne de l'activité de greffe cardiaque pour les cinq prochaines années. L'Association Normande des Greffés Cardiaques sera associée à son élaboration.

Je vous prie d'agréer, Monsieur le Président, l'expression de ma considération distinguée.

Le Directeur général

Thomas DEROCHE

Le Conseil d'Administration s'est tenu le vendredi 10 mars à 10h en visioconférence.

Les membres du Conseil d'Administration présents - Joëlle Bodinier, Bérengère De Gourmont, Antoine Costante, Jacques Deslandes, et Jean-Luc Laisné.

Les membres ayant donné pouvoir - Guy Deslandes et Jean-Michel Leligny.

Absents : Henriette Balu, Stéphane Fafin et Franck Marie.

Les points abordés étaient les suivants :

- Acceptation de l'ordre du jour
- Acceptation du rapport du CA du 16/12/2022
- Compte-rendu du CA de la FGCP du 6/02/2023
- Compte-rendu de la formation « Super Témoin Greffe » les 14 et 15/01/2023
- Visioconférence sur la greffe et le don d'organes le 16/03/2023 à l'IFAS de Deauville
- Préparation de la prochaine Assemblée Générale du 15/04/2023
- Préparation du parcours du cœur le samedi 22/04/2023
- Prochains Jeux Nationaux des Transplantés et Dialysés du 18 au 21/05/2023
- Point sur la compta 2023 et investissement à prévoir
- Point sur les adhérents et bienfaiteurs en 2023
- Présentation de Mme Martine Gilbert/Picard RU pour la Fédération
- Edition du journal « Le Joker » avant l'été
- Préparer la pérennité de l'association
- Questions diverses

L'ordre du jour est accepté.

Le rapport du CA du 16/12/2022 est accepté.

### **Compte-rendu du CA de la FGCP du 6/02/2023**

Le compte-rendu rédigé par le secrétaire de la FGCP a été exposé point par point.

### **Compte-rendu de la formation « Super Témoin Greffe » les 14 et 15/01/2023**

Joëlle Bodinier a participé à cette session. La formation est très intéressante et concerne tous types de greffés, ce qui permet d'échanger avec d'autres greffés et de voir le travail effectué dans leurs associations. La prochaine session se tiendra les 27 et 28 mars mais aucun de nos adhérents n'y sera.

### **Visioconférence sur la greffe et le don d'organes le 16/03/2023 à l'IFAS de Deauville**

Il s'agit d'une réunion en présentiel s'intégrant à leur formation, Jacques Deslandes et Jean-Michel Leligny présenteront la greffe, le don d'organes et les buts de l'association, aux élèves de l'IFAS

- Institut de Formation d'Aides-Soignants - de Deauville. Les élèves présents pourront poser des questions sur les traitements, l'acceptation du greffon et la vie après la greffe. De la documentation leur sera distribuée ainsi que le petit ruban vert, symbole du soutien au don d'organes.

### **Préparation de la prochaine Assemblée Générale du 15/04/2023**

La salle de réunion est réservée, nous avons à ce jour 18 personnes inscrites et nous devrions être 25 à 30 participants. Le restaurant est retenu mais nous attendons confirmation. La visite de la ville avec un guide est confirmée. Habituellement le président de la fédération FGCP assiste à l'AG, mais Mr Thierry GESSON ne pourra pas se joindre à nous.

### **Préparation du parcours du cœur le samedi 22/04/2023**

Cette manifestation est organisée par le club " Cœur & Santé " de la Côte Fleurie. Comme les années précédentes, l'ANGC s'occupera de l'achat des fournitures pour le barbecue de midi et de la vente des repas (offert aux organisateurs et aux adhérents).

Nous tiendrons un stand sur le don d'organes.

### **Prochains Jeux Nationaux des Transplantés et Dialysés du 18 au 21/05/2023**

Ces jeux auront lieu à Rouen, notre président Jacques Deslandes y participera et éventuellement Jean-Michel Leligny. Le délai d'inscription est très court. Nous avons envisagé une réunion de sensibilisation de tous les greffés suivis au CHU en présence d'un cardiologue, cette réunion n'a pas encore eu lieu et nous semble compromise avant la clôture des inscriptions.

### **Point sur la compta 2023 et investissement à prévoir**

Les chiffres nous ont été présentés par la trésorière de l'association. Les comptes sont positifs, la trésorerie est saine.

### **Point sur les adhérents et bienfaiteurs en 2023**

Les adhésions sont en cours, nous comptons à ce jour une trentaine d'adhérents, greffés et bienfaiteurs compris.

### **Présentation de Mme Martine Gilbert/Picard RU pour la Fédération**

Elle sera présente à notre prochaine Assemblée Générale, ce qui lui donnera l'occasion de se présenter.

### **Edition du journal « Le Joker » avant l'été**

Nous prévoyons de rédiger un nouveau numéro de notre journal.

### **Préparer la pérennité de l'association**

Ce point est toujours ouvert, nous allons inviter à notre prochaine Assemblée Générale Daniel Jouen, président de l'association Cardio-Greffes Haute-Normandie, pour échanger sur ce point avec l'idée du regroupement de nos deux associations.

### **Questions diverses**

France Assos Santé, organisation qui représente les patients et usagers du système de santé, a fait une présentation de monespacesanté, l'espace numérique de santé, en visioconférence. Jacques Deslandes a pu assister à cette présentation.

## Conférence à l'IFAS de Deauville

### **La greffe et le don d'organes présentés aux élèves de l'IFAS de Deauville**

Le 16 mars, devant une trentaine d'élèves de l'Institut de Formation d'Aides-Soignants (IFAS) de Deauville et leurs responsables de stage, Catherine Rastelli, Valérie Hébert, représentant le Centre Hospitalier de la Côte Fleurie, Jean-Michel Leligny et Jacques Deslandes, deux greffés, ont présenté la greffe, le don d'organes et les buts de l'association autour d'un diaporama préparé par l'association.

En tant que greffés, les témoignages de Jean-Michel et Jacques, leurs ont permis de mettre en pratique la formation « Super Témoin Greffe » qu'ils ont reçu en janvier à Rueil Malmaison.

Pour beaucoup des élèves, ce fût une découverte et pour les intervenants une satisfaction de les avoir intéressés à un sujet qu'ils rencontreront peut-être au cours de leur vie professionnelle.

Le but fut aussi d'informer les élèves sur l'interprétation de la loi sur le don d'organes, de les inciter à prendre position et qu'il est donc important d'être donneur.

A la fin de la conférence, de la documentation sur le don d'organes a été distribuée à chaque élève ainsi que le ruban vert, symbole du don d'organes.

## Assemblée Générale de l'A.N.G.C.

6

Le samedi 15 avril, pour la 2<sup>ème</sup> fois depuis sa création, l'ANGC avait choisi la ville de Bagnoles-de-l'Orne pour sa 19<sup>ème</sup> Assemblée Générale. A 9h30, le café et ses viennoiseries accueillait, dans la salle Lancelot du Centre d'Animation et de Congrès, les 25 participants ainsi que le sympathique maire de la ville, Mr Olivier Petitjean. Après qu'il nous ait longuement présenté sa ville, nous avons démarré notre Assemblée Générale à 10h15.

Nous avons débuté par l'allocution du président, Jacques Deslandes. Il en profita pour saluer la présence de Martine Gilbert/Picard qui nous a rejoint en tant que représentante des usagers (RU) et à notre invitation, la présence de Daniel Jouen, président de l'autre association normande « Cardio-Greffes Haute-Normandie » (CGHN) et secrétaire de la fédération « France Greffes Cœur et/ou Poumons » (FGCP). Nous avons évoqué, avec lui, la mise en place de rencontres pour discuter d'une éventuelle réunification des deux associations normandes.

Puis le rapport d'activités 2022 et les projets d'activités pour 2023 furent présentés par le secrétaire, Antoine Costante et le point financier par la trésorière, Joëlle Bodinier. Les rapports moral et financier ont été approuvés à l'unanimité. En ce qui concerne le renouvellement du Conseil d'Administration : sur les trois membres du tiers sortant, seuls deux se sont représentés, Guy et Jacques Deslandes sont reconduits et Marilyn Leblond fait son entrée au Conseil d'Administration qui compte maintenant onze membres. Le poste de vice-président reste toujours vacant. La cotisation est maintenue à 25 € pour les adhérents greffés, les veufs ou veuves de conjoints greffés et à 40 € pour les membres bienfaiteurs. Il n'y a donc pas de changement pour l'année 2023. A la fin de l'AG, plusieurs suggestions ont été proposées pour la sortie de septembre : visite de la fromagerie de Livarot, traversée de la baie du Mont Saint-Michel, visite de Granville ou de la cathédrale de Sées. Le traditionnel pot de l'amitié a clôturé cette assemblée.

La matinée s'est terminée par un excellent repas au restaurant La Belle Epoque et pour digérer, nous avons poursuivi avec la visite piétonne, avec une guide, de la charmante ville balnéaire de Bagnoles-de-l'Orne. Nous nous sommes quittés autour d'une boisson chaude après un après-midi sans pluie mais un peu froid.



## Congrès de la fédération FGCP les 30/09/2022 et 01/10/2022

7

Le dernier congrès annuel de la fédération « France Greffes Cœur et/ou Poumons » (FGCP), organisé à Bron dans la métropole de Lyon par l'association AGCP Auvergne-Rhône-Alpes, a eu lieu les 30 septembre et 1er octobre 2022. Les autres régions de France y étaient représentées : Ile-de-France, Midi-Pyrénées, Alsace, Haute-Normandie, Pays de la Loire - Bretagne - Poitou-Charentes, Provence-Alpes-Côte d'Azur, Bourgogne Franche-Comté et nous étions six représentants de l'ANGC.

Le congrès s'est déroulé selon le programme établi, la première matinée était consacrée au Conseil d'Administration de la FGCP. Un appel à participer à la formation « Super Témoin Greffe » a été lancé. Cette formation est prise en charge par la fédération, une session est organisée sur deux jours courant novembre à Rueil-Malmaison en banlieue parisienne.

Dans l'après-midi du vendredi 30, nous avons assisté aux conférences médicales : Plan ministériel quinquennal 2022 - 2026 par l'Agence de la Biomédecine, Les avancées faites à l'hôpital concernant les greffons / Covid-19 et transplantation cardiaque / Transplantation pulmonaire, par le personnel du Groupement Hospitalier Est - HCL (Hospices Civils de Lyon).

Le 1er octobre s'est tenue l'Assemblée Générale de la fédération. Le mandat de la présidente Claire Macabiau arrivant à terme, un nouveau président a été élu : Thierry Gesson, président de l'association Midi Cardio-Greffes (région Midi-Pyrénées) a été élu à l'unanimité président de la FGCP. Les prochains congrès de la FGCP se tiendront à Nantes en 2023, organisé par l'association Nouvelle Vie (région Pays de la Loire - Bretagne - Poitou-Charentes) et Paris en 2024, organisé par l'association Cardio-Greffes Ile-de-France.

L'après-midi du samedi a débuté par la présentation du laboratoire Mallinckrodt - Therakos : la photophérese extracorporelle, traitement immunomodulateur en complément du traitement immunosuppresseur habituel. La parole a été laissée ensuite aux personnes touchées par la pandémie de covid-19, elles nous ont fait part de leur expérience de la maladie et de l'impact sur leur vie quotidienne.

L'après-midi s'est poursuivie par un Conseil d'Administration de la FGCP afin de procéder à l'élection du nouveau bureau. Michel Stragier, président de l'ARGC Provence-Alpes-Côte d'Azur a été élu vice-président, Daniel Jouen, président de Cardio-Greffes Haute-Normandie, a été élu secrétaire, Rachel Main, présidente de l'AGCP Auvergne-Rhône-Alpes, a été élue secrétaire adjointe, Jacques Deslandes a été élu trésorier et Pascal Bodénant, adhérent de Cardio-Greffes Haute-Normandie, a été élu deuxième vice-président.

L'AGCP Auvergne-Rhône-Alpes a tenu son Assemblée Générale en fin d'après-midi.

Le congrès s'est clôturé par un dîner-spectacle au cabaret « Au Pied Dans L'Plat » dans le Vieux Lyon.

## Jeux Nationaux des Transplantés et Dialysés

Cette année, les 29<sup>ème</sup> Jeux Nationaux des Transplantés et Dialysés auront lieu en Normandie, à Rouen, du 18 au 21 mai. Ils réunissent des transplantés et dialysés de tous âges autour d'épreuves telles que : bowling, karting, badminton, tir à la carabine, tir au pistolet, natation, athlétisme, tennis de table, pétanque, aviron indoor, golf, marche 3 kms, babyfoot, basket 3x3.

A ce jour, une personne de l'ANGC est inscrite.



### Marche solidaire pour la santé et l'arrêt du tabac

Le jeudi 10 novembre 2022, à l'initiative du Centre Hospitalier de la Côte Fleurie et du club Cœur et Santé de la Côte Fleurie, avait lieu une marche pour la santé et l'arrêt du tabac. Plusieurs membres de l'ANGC se sont joints solidairement à cette marche.

Après quelques interventions sur la santé et les méfaits du tabac, et un témoignage d'une personne s'étant arrêtée de fumer, nous sommes partis de la salle des fêtes de Deauville et avons déambulé sur les planches et dans la ville pour terminer à la mairie de Deauville.



**Du 18 au 21 mai 2023**  
**À Rouen (76)**  
**29<sup>e</sup> Jeux Nationaux des Transplantés et Dialysés**

Pour sensibiliser la réussite de la transplantation et la nécessité des dons d'organes et de tissus.

Événement sportif et solidaire proposé par l'association Trans-Forme

Licenciée Bilan Carbone  
Trans-Forme, labellisée Grande Cause Nationale 2009

N° Vert Agence de la Biomédecine : 0 800 20 22 24

**OUVERT à toutes et tous**

Jeunes, adultes, débutants ou confirmés, venez participer !

ATHLÉTISME, AVIRON INDOOR, INITIATION À L'AVIRON INDOOR, BABYFOOT, BASKETBALL 3\*3, BOWLING, GOLF, INITIATION AU GOLF, KARTING, LASER GAME (JEUNES), MARCHÉ 3KM, NATATION, PÉTANQUE, TENNIS, TENNIS DE TABLE, TIR À LA CARABINE, TIR AU PISTOLET, INITIATION AU TIR.

**TRANS-FORME**  
Association Fédérative Française des Sportifs Transplantés et Dialysés

Renseignements et inscriptions  
01 43 45 75 46 - info@trans-forme.org  
trans-forme.org - jntd.org  
@TransformeDON #JNTD22 relation@trans-forme.org  
Association-trans-forme/





Plus d'information sur  
greffe-coeur-poumons.com  
France Greffes Cœur et ou Poumons -Fgcp-

Contact  
Tél. : 06 83 24 22 31

Les inscriptions au prochain congrès de notre fédération « France Greffes Cœur et/ou Poumons » (FGCP) sont ouvertes.

Ce congrès est organisé par l'association Nouvelle Vie (région Pays de la Loire - Bretagne - Poitou-Charentes). La date limite d'inscription est fixée au 22 mai.

Le coût, du vendredi soir au dimanche matin, tout compris (hôtel, restaurants et visites) est d'environ 322 € pour une personne seule et de 443 € pour un couple, hors transport.

L'ANGC vous aidera financièrement pour l'inscription et le transport.

Venez nombreux représenter notre association.

## Programme du congrès

### Vendredi 1<sup>er</sup> septembre 2023

- 10h00 Conseil d'Administration de la FGCP ou balade pédestre pour les non-administrateurs
- 12h30 Déjeuner à l'hôtel BRIT
- 14h30 Conférences médicales
- 18h00 Retour et dîner à l'hôtel BRIT

### Samedi 2 septembre 2023

- 9h00 Assemblée Générale de la FGCP
- 12h00 Pot de l'amitié
- 13h00 Déjeuner
- 14h30 Départ en autocar pour la visite : atelier de l'île aux machines de Nantes et du Carrousel
- 18h30 Retour à l'hôtel en autocar
- 19h15 Départ en autocar pour le dîner
- 20h00 Embarquement sur le bateau péniche pour le dîner-croisière sur l'Erdre - Clôture du congrès
- 23h15 Retour à l'hôtel en autocar

### Dimanche 3 septembre 2023

Petit déjeuner et retour des congressistes

**Nouveaux adhérents, ils nous ont rejoint depuis le début de l'année :**

- Alain Francken
- Delphine Moulin
- Franck Mauger
- Gilles Hurel du Campart
- Loïc Crestien
- Luc Bournier
- Solange Divaret
- William Sizun

## Participation record au Parcours du Cœur à Gonneville-sur-Honfleur

9

Quelle belle journée pour cette 5ème édition du Parcours du Cœur organisée, sous l'égide de la Fédération Française de Cardiologie, à Gonneville-sur-Honfleur le samedi 22 avril. Cette année, c'est le club Cœur et Santé de la Côte Fleurie qui l'organisait avec le soutien du Centre Hospitalier de la Côte Fleurie et de l'ANGC.

Le matin, après le café d'accueil pour réchauffer les marcheurs, ils étaient déjà nombreux à s'élancer pour la marche de 5 kms à travers la campagne de Gonneville. A leur retour, le barbecue était prêt mais avant, la cardiologue Catherine Yanny, diapositives à l'appui, est intervenue pour présenter les facteurs de risques cardiovasculaires. A midi, environ 230 repas complets de l'entrée au dessert ont été servis. Heureusement il faisait beau car tous n'ont pas pu entrer sous la tente destinée à la restauration, pleine à craquer.

Pour les plus courageux, pas le temps de faire la sieste, il fallait déjà partir pour la grande randonnée de l'après-midi de 12 kms. Pour les autres, de nombreux stands et activités les accueillait, ateliers maquillage, chasse aux trésors pour les enfants, démonstration des gestes d'urgences et initiation à la zumba ou au yoga, etc... Pas moins de 500 personnes ont participé à cette belle journée dont 350 marcheurs, c'est environ le double de l'an dernier.

Au retour des marcheurs, une collation les attendait et pour terminer la journée, la cardiologue est une nouvelle fois intervenue sur le sujet de l'alimentation et la cardiologie et pour ceux qui le désiraient, ils pouvaient assister à une séance de sophrologie. En ce qui concerne l'ANGC, nous avons géré l'inscription aux repas et tenu un stand du don d'organes sur lequel nous avons distribué le ruban vert, symbole du don d'organes. A cet effet, un greffé du foie, Mr Philippe Paget, nous a aidé à tenir le stand et est intervenu au micro pour inciter le public à se positionner sur le don d'organes.

Beaucoup des personnes présentes ont eu le plaisir de voir la présence de notre cardiologue, maintenant à la retraite, le docteur Annette Belin, venue encourager les organisateurs et revoir bon nombre de personnes qu'elle a soigné.

Enfin, il faut surtout féliciter les organisateurs Christopher et Benjamin ainsi que tous les bénévoles pour la réussite sans précédent de cette journée.



## Martine Gilbert/Picard Représentante des Usagers (RU) pour l'ANGC

10

Depuis le début de l'année, Mme Martine Gilbert/Picard nous a rejoint en tant que Représentante des Usagers du système de santé (RU).

Elle était RU depuis 1999 en Ile-de-France au sein de l'association UFC que choisir. Elle siégeait à la conférence territoriale de santé au sein de l'ARS de l'Essonne, instance sur le territoire qui a vocation à participer à la déclinaison du projet régional de santé et en particulier à l'organisation des parcours de santé en lien avec les professionnels du territoire (environ 50 membres).

La loi promulguée le 4 mars 2022 relative aux droits des malades et à la qualité du système de santé, réaffirme la place des RU et les intègre dans tous les hôpitaux publics et privés de France.

En 2012, elle déménage en Normandie (Sud Manche) puis postule auprès de l'hôpital d'Avranches et la Polyclinique Privée de la Baie où elle siège en commission des usagers.

En 2022 elle démissionne de l'UFC que choisir, mais pour conserver son poste de RU, elle doit trouver une association agréée en santé, elle pense à l'ANGC car dans sa "jeunesse" elle a travaillé avec le Professeur CABROL aux premières transplantations cardiaques.

Maintenant au sein de l'ANGC, elle siège toujours en tant que RU, à l'Hôpital Privé de la Baie à Avranches. Sa mission principale est de promouvoir et défendre les droits des usagers.

Son rôle est de :

- s'impliquer, au nom de tous les usagers, dans l'administration et l'organisation des soins,
- faire le lien entre les patients et les professionnels de santé,
- veiller à la qualité des soins et au respect des droits des malades, hospitalisés ou pas,
- siéger au sein de la CDU (commission des usagers) qui se réunit 4 fois par an,
- examiner les réclamations adressées à la direction, de proposer des actions correctives et de vérifier leur mise en œuvre.



## Notre adhérent greffé à l'honneur dans la presse régionale

Le 31 janvier, parmi les trois manchois distingués du Mérite agricole, Mr Raymond Béchet, maire de Saint-Georges-de-Rouelley, adhérent de l'ANGC et gérant d'une entreprise de négoce en bestiaux, a été promu officier le 31 janvier 2023. Il était déjà chevalier du Mérite agricole depuis 2004.

Le 17 février, Bernadette Gérard a dit "oui" à l'élu de son cœur, Raymond Béchet, 85 ans et maire de Saint-Georges-de-Rouelley depuis 1995. Et ce après 40 ans de vie commune.

Parution dans La Manche Libre du 21 février



Félicitations et tous les vœux de bonheur de la part des amis de l'ANGC

**Journée nationale du don d'organe à Bernay**

Le samedi 24 juin, Mme Marilyn Wagner, maire de Bernay, mettra à notre disposition un stand sur le grand marché hebdomadaire de la ville pour sensibiliser les nombreux passants au don d'organes. Nous les informerons sur l'importance d'en parler aux proches et nous distribuerons des rubans verts.

**Projet de « villes ambassadrices du don d'organes »**

Il s'agit d'une action menée par le collectif Greffes + : installer sur les panneaux d'agglomération des villes qui l'accepteront, le label « Ville ambassadrice du don d'organes ». L'Agence de la biomédecine s'est dite très intéressée par ce projet, l'Association des Maires de France s'est montrée favorable. Il va falloir présenter ce projet aux maires, c'est le début d'un travail de longue haleine.

**L'avis aux lecteurs (... la vie des lecteurs ...)**

Vous souhaitez voir figurer dans le Joker de nouvelles rubriques, vous souhaitez faire part aux autres lecteurs de vos loisirs, de vos passions, de vos hobbies, de vos voyages, vous êtes amateur d'art, de sport, de peinture, de musique, de littérature, de cinéma, ou bien vous souhaitez simplement vous exprimer dans le joker, donnez-nous votre avis, adressez-nous vos articles ! Nous nous ferons un plaisir de les publier dans les prochains numéros.

**L'ANGC à votre écoute peut vous soutenir**

Vous avez des problèmes de santé, vous êtes hospitalisé, vous avez besoin de parler, sachez que l'association peut prendre de vos nouvelles ou vous rendre visite à condition que nous en soyons informés. Sachez que les instances hospitalières ne nous informent que très rarement de l'évolution de votre état de santé. Alors, si vous en éprouvez le besoin, n'hésitez pas à nous contacter et nous serons là pour vous aider à surmonter vos moments difficiles.

**MOTS CROISÉS**

	A	B	C	D	E	F	G	H	I
1									
2								■	
3				■					
4					■				
5	■								
6							■		
7			■						■
8					■				
9	■								
10								■	
11			■						
12					■				
13	■								



**Horizontalement**

- 1 – Résultat d'un conflit d'intérêts
- 2 – Parsemer de petites taches
- 3 – Mal au pied - Relatif au groupe mennonite américain
- 4 – Marque d'absence - Sans effet
- 5 – Augmenté la mise
- 6 – Manifestée d'une voix forte - Sodium de laboratoire
- 7 – Cela interpelle - Seconde page d'un feuillet
- 8 – Commence ses cultures - Chose qu'on doit se rappeler
- 9 – Plante à bulbe à fleurs blanches ou jaunes
- 10 – Chats aux poils longs et soyeux
- 11 – Lettre grecque - Personnage adoré
- 12 – Courant - Unité de mesure de résistance électrique
- 13 – Détestable

**Verticalement**

- A – Mises à nu - Elle peut nous paralyser
- B – De même - Pièces métalliques jumelles sur lesquelles on pose des buches
- C – Pénétrer malgré une forte résistance - Région recouverte par des eaux peu profondes
- D – Expression de dégoût - Ensemble de tout ce qui existe - Marque d'appartenance
- E – Mince et svelte - Deuxième enfant
- F – Ancienne unité de mesure de radiations - Voisine de la belette, à la fourrure renommée
- G – Instrument de dissection - Période d'examens
- H – Substitutions d'identités - Boisson à base de plantes
- I – Plante ornementale d'origine mexicaine - Peut provoquer une tuméfaction

**Salade d'avocat, mangue et poulet grillé**

Ingrédients pour 2 personnes :

- 40 g d'oignon rouge
- 300 g de poitrine de poulet
- 15 ml de lait partiellement écrémé
- 16 g de yogourt nature 2%
- 1 g de poudre de cari/curry
- 23 ml de vinaigre de riz
- 30 ml d'huile de colza
- 2,5 ml d'huile de sésame grillé
- 300 g de mangues
- 170 g d'avocats
- 15 g d'oignon vert/échalote
- poivre

Émincer finement l'oignon et laisser macérer dans un petit bol rempli d'eau avec quelques gouttes de vinaigre. Le but de cette opération est de rendre l'oignon plus croquant et digeste. Dans un bol, combiner le yogourt, le lait et le cari. Brasser jusqu'à ce que le mélange soit uniforme. Badigeonner la poitrine de poulet et la griller sur le barbecue ou dans le four, environ 10-12 min, ou jusqu'à ce que la chair du poulet ne soit plus rosée au centre. Retourner une fois à mi-cuisson. Retirer du feu, poivrer et trancher en lanières. Réserver. Pendant la cuisson du poulet, verser le vinaigre de riz, l'huile de colza et de sésame puis le poivre dans un grand bol. Bien émulsionner le tout à l'aide d'une fourchette. Égoutter l'oignon et l'ajouter dans le bol. Couper les mangues en deux sur la longueur sans les peler en passant la lame du couteau près du noyau. Séparer les deux moitiés et enlever le noyau. Entailler la chair en damier jusqu'à la peau, faisant ainsi des dés. Détacher ces dés et les déposer dans le bol. Trancher les avocats en deux et enlever le noyau. Prélever des petites boules à l'aide d'une cuillère parisienne ou les couper en dés, les déposer dans le bol. Ajouter les lanières de poulet, l'oignon vert finement tranché et touiller très délicatement pour bien enrober le tout de vinaigrette. Servez rapidement !

RÉPONSES DES MOTS CROISÉS - DÉTENTE

Réponses des mots croisés

HORIZONTALLEMENT

- 1/ DIFFEREND
- 2/ ETOILER
- 3/ COR - AMISH
- 4/ AUCUN - NUL
- 5/ ENCHERI
- 6/ ECRIEE - NA
- 7/ EH - VERSO
- 8/ SEME - MEMO
- 9/ NARCISSE
- 10/ PERSANS
- 11/ ETA - DEITE
- 12/ USITE - OHM
- 13/ SATANEE

- A/ DECAPEES - PEUR
- B/ ITOU - CHENETS
- C/ FORCER - MARAIS
- D/ FI - UNIVERS - TA
- E/ ELANCEE - CADET
- F/ REM - HERMINE
- G/ ERINE - SESSION
- H/ SURNOMS - THE
- I/ DAHLIA - OEDEME

VERTICALEMENT

Vive les réseaux sociaux !

(une jeune fille d'adresse à son père)

Papa papa ! Faut que je te raconte,  
 Oui ma chérie  
 Je suis amoureuse !  
 Avec Theo, on s'est rencontré sur Tinder  
 Ah ...  
 On est devenus amis sur Facebook  
 Et on a discuté sur WhatsApp  
 Et il m'a fait une déclaration sur Snap  
 Tu ...  
 Et ben je veux ta bénédiction  
 Ben c'est très simple  
 Mariez-vous sur Twitter  
 Achetez vos enfants sur eBay  
 Recevez-les par Gmail  
 Et puis si un jour ton mari te gonfle  
 Tu le revends sur leboncoin  
 Voilà !

Un homme rentre chez lui un soir accompagné d'un jeune collègue de travail

Sa femme le reçoit avec des cris, du genre :

- Tu es complètement fou
- Pourquoi tu n'as pas téléphoné avant ?
- Ce n'est pas un restaurant ici
- Tu viens avec quelqu'un sans prévenir
- Regarde la maison dans quel état elle est !
- L'évier est rempli de vaisselle...
- Je ne suis même pas habillée
- Regarde mes cheveux !
- Je n'ai rien préparé à manger et je n'ai aucune intention de préparer quoi que ce soit, et certainement pas à dîner ...
- Pourquoi tu as amené ce copain chez nous, dis-moi ?

Et le mari répond :

Il projette de se marier prochainement,  
 je voulais juste lui monter ce qui l'attend !