### Siège Social:

4, rue des Bouleaux – 68140 MUNSTER

Tél: 03.89.77.00.47 /

06.80.21.63.81

E-mail: president@alsace-





# LGazette

## Edito

Quand le Rédacteur en Chef m' a demandé de « pondre » l'éditorial de cette Gazette, je me suis dit : mais qu' est ce que je vais bien pouvoir leur raconter?

En effet, un trésorier, par définition, parle surtout « finances » donc chiffres ! or, je n' avais pas du tout l' intention de vous parler « gros sous » et de vous abreuver de chiffres à profusion ; ces éléments vous sont communiqués avec précision lors de l' Assemblée Générale et j' ai donc continué à chercher mon sujet au cours de quelques nuits blanches ! et soudain : le déclic : je vais vous parler de mon rôle dans l' association :

Le Trésorier que je suis, exerce une fonction importante et est en étroite relation avec le Président qui doit connaître très régulièrement la situation financière pour orienter ses actions ; de façon générale, je contrôle l'aspect financier et émets des propositions concernant la bonne gestion ; le trésorier n'est pas un simple caissier ou comptable : il est d'abord un militant comme tout le monde et est le gestionnaire des fonds de l'association ; il est secondé par un adjoint auquel il peut déléguer certaines tâches ; régulièrement il :

- enregistre les entrées et les dépenses d'argent et les imputent sur des comptes en fonction de leur nature afin d'établir le résultat de l'exercice
- conserve tous les justificatifs des recettes et dépenses.
- contrôle le bon versement des cotisations des membres.
- effectue un suivi et un contrôle des dépenses et s'assure qu'elles soient justifiées et en rapport avec nos activités.
- établit ou participe à l'établissement du budget prévisionnel et surveille son application.
- gère les comptes bancaires dont il a procuration de signature et est l'interlocuteur du banquier.
- établit le rapport financier (compte d'exploitation et bilan) qu'il présente à l'Assemblée Générale.

Nos principales recettes sont constituées par les subventions versées par les instances officielles et nos partenaires, suivies des cotisations et dons des membres ; nos dépenses, quant à elles sont principalement dues au frais de déplacement relativement élevés mais nécessaires pour l'organisation de nos manifestations et aux frais d'impression de nos imprimés et affiches tout aussi nécessaires.

Les subventions subissent le résultat de la récession actuelle et s'amenuisent d'année en année ! A tel point qu'une commune qui nous allouait royalement 80€ par an s'est trouvée dans l'obligation de supprimer son



#### Dans ce numéro

Edito 1
Appzl au bénévolat 3
Cancer : les 10 + 3
Billet d'humeur 4
Alternative5
De la Méditation 6
Dépistage 7
Concert de novembre 7
Deutsche Hertzstifftung 8
Colloques de la HAS8
Concert en novembre 9
Alsace-Cardio a lu 10
Au cœur des Médias 10
Progr. d'activité 2015 11
Sortie « Carpe »12
Médecine chinoise 12



Donnez-nous votre adresse email, vous aurez

- ⇒ la Gazette par courriel
- ⇒ de nombreuses autres infos
- ⇒ la possibilité d'échanger avec d'autres Envoyez-la à

gazette@alsace-cardio.org avec votre nom, prénom et adresse postale

#### **ECOUTE SANTE COEUR**

N° AZUR : 0811 099 098 AVIS AUX PERSONNES SEULES

Vous souhaitez la visite d'un membre de l' Association pour vous aider ou vous conseiller dans vos démarches. Vous avez besoin d'un réconfort moral ou d'une information.

APPELEZ une personne figurant dans le tableau de la page 10 de la Gazette.

<del>\_\_</del>

« Exige beaucoup de toi-même et attend peu des autres, ainsi beaucoup d'ennuis te seront évités

Confucius

versement...; or, sans un minimum de moyens financiers, une association ne peut pas exister! alors il nous faut trouver d'autres moyens pour alimenter la tirelire ; l'un de ces moyens est l'augmentation du nombre de ses membres : si chacun d'entre vous fait adhérer un seul nouveau membre, nous doublerions les effectifs (actuellement de 221) et les cotisations! Vos dons sont également les bienvenus et nombre d'entre vous arrondissent, quelquefois de façon importante, le montant de la cotisation . Et n' oubliez pas que vous bénéficiez de la déduction fiscale de 66% : pour 20€ versés, vous paierez 13.20€ d'impôts en moins! La cotisation ne vous coûtera donc que 6.80€! son montant étant inchangé depuis plusieurs années, j' ai proposé, lors de la dernière Assemblée Générale, de l' augmenter modérément à partir de 2016 ; or les membres présents ont décidé à l'unanimité de la porter à 25€, montant qui semble correspondre à celui en viqueur dans de nombreuses associations ; pour l'année prochaine vous pouvez m'envoyer le chèque à partir de mi-décembre : il ne sera encaissé que début janvier. Au moment où j'écris ces lignes, vous êtes encore un certain nombre à ne pas avoir payé pour 2015 et ce malgré mes rappels ; j' invite donc les retardataires qui ont « oublié » à m' adresser leur chèque rapidement. Depuis cette année nous avons de nouvelles recettes ; en effet les collectes effectuées lors du concert « Voix Corses » à Colmar et lors des journées de dépistages effectuées dans les grandes surfaces du Haut-Rhin permettront de financer les frais d'impression de nouveaux documents et affiches grâce à la générosité du public. D' autres idées restent à trouver.

Pour terminer je vous informe que vous recevrez bientôt la nouvelle carte de membre, avec notre nouveau logo, qui ne sera plus annuelle mais qui sera valable plusieurs années avec un timbre annuel qui devra y être apposé. IL reçu fiscal vous parviendra en même temps Bien cordialement,

Henri SPINNER 1

Sur RDL68: des conférences seront organisées par ALSACE-CARDIO dans le cadre du Comité de soutien. Le programme et les titres de ces conférences par ALSACE-CARDIO dans le cadre du Comité de soutien. Le programme et les titres de ces conférences par ALSACE-CARDIO de la cadre de la c

rences seront précisées sur les ondes de RDL68.

Soyez attentifs: il y a toujours à apprendre

Faite la promotion des Formations aux gestes d'urgences en regroupant des amis, en sensibilisant les responsables d'associations près de chez vous









Vous avez envie de vous engager dans une action humanitaire de proximité?

Vous avez le goût de l'entraide, le sens de l'accueil mais aussi des qualités d'organisation et d'animation? Vous voulez développer des compétences dans un domaine neuf?

Le travail d'équipe vous motive?

Parmi les nombreuses missions proposées par ALSACE-CARDIO, il y en a forcément une qui vous ressemble! Plusieurs activités sont recensées ci-dessous. Veuillez cocher celle(s) qui vous convient le mieux. En aucun cas vous ne serez lâché(e) seul(e) sans formation préalable si l'activité l'exige. La pluspart d'entre elles, se font en commun dans un esprit d'équipe qui n'exclut d'ailleurs pas la bonne

humeur, bien au contraire.

Signalez votre volonté de bénévolat à gazette@alsace-cardio.org. Selon votre lieu d'habitation vous serez dirigé(e)s vers le chargé du secteur.

Tenue de Permanences		
Tenue de Stand d'Information		
Visite en milieu hospitalier		
Recherche de subventions		
Responsable Sport & Loisirs		
Autres suggestions		
Représentation d'usagers		

« Le succès n'est pas final, l'échec n'est pas fatal: c'est le courage de continuer qui compte» Sir Winston Churchill





**Pour** 

les retardataires

Pen- sez

COTISATION

à la 2015

Elle permet à ALSACE-CARDIO de mettre en œuvre ses activités

Elle n'a pas changé : elle est toujours à 20 € . (25€ en 2016 AG 2015)



N'attendez pas pour vous mettre à jour. Nous vous en remercions d'avance.

Envoyer votre chèque directement au Trésorier : Henri SPINNER 8, rue du Neufeld 68920 WINTZENHEIM

Nous connaissons tous

des amis ou relations qui, de près ou de loin, sont concernés par les maladies et accidents cardiaques.

<u>Faisons-en des adhérents</u> de notre association.

Plus nous pèserons lourds, plus notre action sera connue, respectée et

#### Billet d'Humeur

charges financières de soins, tels les Assu- hygiène de vie les frais médicaux et nous le voyons bien, les bilans de bien de ces organismes sont très déséquilibrés, à la limite de la faillite. De plus en plus de bénéficiaires, de moins en moins de cotisants, chômage et bien d'autres causes obliaent.

Alors que faire, me direz-vous, de la prévention comme le fait ALSACE-CARDIO. alors même que ce devrait être aux organismes officiels de le faire puisque ce sont eux qui ont les moyens de faire.

Toutes les associations telles que ALSACE -CARDIO, l'ont bien compris puisque tout L'expérience montre qu'une manifestation auprès de la Population pour rendre atten- quatre personnes: tifs les gens au fait que la Santé leur appartient et c'est eux qui se la font bonne ou mauvaise. Les moyens mis en œuvre • sont nombreux:

- Conférences sur des sujets divers mais toujours dans le but de la Prévention.
- Dépistages en Supermarchés où nous rencontrons des diabétiques qui s'ignorent
- Initiations aux gestes d'urgence pour que chacun ait les bons gestes lorsqu'il est en présence d'un accidenté cardiague.

Ces actions sont menées dans toute la région Alsace: elles nécessitent des bras. c'est-à-dire des bénévoles, membres d'AL-SACE-CARDIO qui prendraient eux aussi leur part dans ce travail de prévention. Pourquoi ces moyens sont-ils nécessaires, l'Administration qui ne convient pas spécialeparce que « l'huile de coude » coûte moins cher que de mobiliser d'importants moyens de communications et que la relation directe du bénévole avec la population porte infiniment plus puisqu'elle est basée sur le transfert d'expérience, de celui qui a con-

Il y a en France des Organismes en charge de nu un accident cardiaque vers selui qui la prise en charge des patients et de leurs risque d'en avoir un s'il ne change pas son

rances Maladies (générale, locale, spécifique, Cela implique, vous l'avez bien compris la mutuelle). Tous ces organismes remboursent nécessité que les membres d'ALSACE-CARDIO, s'engagent dans l'une ou l'autre action, au choix selon les disponibilités et les affinités. Signalez-vous auprès du Vice -président de votre territoire:

- Alsace Nord, région de Strasbourg: Auguste GERSCHHETMER au 06.81.40.80.02
- Centre Alsace: Marie-France GRAN-**DADAM** au 03.89.73.35.88
- Alsace du Sud Pierre VIRTEL au 06 76 28 49 51 ou bien encore auprès du Président Daniel EM-MENDOERFFER au 06 80 21 63 81.

qu'elles sont, elles s'engagent nécessite la présence d'au moins trois ou

- ♥ Celle qui anime, responsable de la manifestation.
- Celles qui accueillent les personnes lorsqu'elles se présentent et qui distribuent la documentation du jour
- Celles qui assistent l'infirmière dans ses contrôles de la glycémie et de la tension.

Soyez volontaires, soyez disponibles une fois de temps en temps, vous trouverez des expériences valorisantes et vous témoignerez ainsi aux personnes rencontrées que leur Santé nous est chère Pour savoir quand et où, regardez le programme des manifestations en page 11 de la Gazette

Plus nombreux nous serons au front, plus nous pèserons lourd lorsque nous donnerons notre avis à propos de telle ou telle décision de



#### **Alternative**

Pour y être passé, nous connaissons tous la ribambelle de médicaments qui sont sensés nous quérir. Certains nous aident, d'autres n'arrangent pas les choses: nous avons tous entendu parlé des effets indésirables qui, pour certains sont même graves et qui provoquent d'autres maladies en plus de celle pour laquelle nous sommes soignés (Iatrogénie médicamenteuse, Pourtant de nombreuses études menées ont permis de faire apparaitre, à coté des produits chimigues, d'autres qui sont plus naturels avec moins de contre-indications

Les crises cardiaques et accidents vasculaires cérébraux ont toujours été les principales causes de décès. L'athérosclér ose, la cause sous-jacente de ces maladies, se traduit, chaque année par 17 millions de décès dans le monde. Pourtant, le taux élevé de cholestérol dans le sang, un régime alimentaire gras et l'obésité ont été blâmés comme les causes des maladies cardiovasculaires. Cependant, la diminution de la consommation des graisses alimentaires et la réduction artificielle du taux de cholestérol sanguin avec des médicaments anti - cholestérolémiants n'ont pas réussi à en-

rayer ce problème. Les plaques athéroscléroses se produisent principalement dans les artères coronaires, plutôt que dans l'ensemble du système cardiovasculaire long d'environ 100.000 km. L'absence de plaque dans les veines, et le fait que les animaux ne souffrent pas d'athérosclérose, contrairement aux humains, ne peuvent pas être expliqués par la médecine conventionnelle et par la théorie du cholestérol des maladies cardiovasculaires

Notre étude prouve que les maladies cardiovasculaires sont liées à une carence en vitamine C

Rapport de Cutting Edge inResearch in Natural Health

Chacun est responsable de sa santé. Chacun se fera une idée de la chose et pourra, s'il le souhaite, aller plus loin dans sa recherche ou

en parler avec son médecin.



# Journée du 25 Septembre 2015 à la MAISON du PEUPLE à BELFORT

# **AU PROCESAMME: 4 CONFÉRENCES**

de 10 heures jusqu'à 16h30

- « Sport sur orden (Dr A. FELI Z) Deliello a s....
   « Cœur des femilier danger » (Pr J. Philippe ETIEVENT et Dr SERONDE) • « Cœur des femilier danger ces femiliers andes oubliées
- « Hyper po Prolémie familiale » (Dr L. MEYER) 300.000 personnes non détectées !
- eurs de risques cardiovasculaires » (Dr MAZILU) Comment les comprendre? les surveiller? Comment atteindre mes valeurs cibles?

#### de La méditation



Loin de n'être qu'une pratique (Bouddhisme, Zen,...ou autre) la méditation est aus-

si un moyen très puissant de se repositionner dans la vie.

Chacun mène sa vie, pas toujours comme il le souhaiterait, parce qu'elle lui est en grande partie imposée par son environnement immédiat (la Famille, la profession,... mais aussi l'environnement médiatique avec les nouvelles pas toujours rassurantes qui sont distillées à longueur de journée par la Radio, la Télé, les Journaux qui ont perdu toute leur objectivité, leur capacité d'analyse.

Tout ceci apporte du stress qui détruit lentement mais surement notre organisme avec toute la kyrielle d'accidents et de maladies infarctus, cancer, dépression et bien d'autres.

tudes mentales: il suffit de vouloir méditer et de mettre en œuvre quelques principes simples. Le maitre-mot est:

 Lâcher prise ♥ Se poser

Rentrer en soi pour se retrouver.

De nombreuses méthodes existent, elles ont chacune leurs avantages et leurs inconvénients. Il est important de choisir celle qui convient le mieux après les avoir mises en pratiques Ils existent aussi des groupes de méditation. Ils ont l'avantage d'avoir une méditation dirigée, l'apprentissage est progressif et accompagné\* ce qui évite le découragement qui peut apparaitre lorsque l'on s'y essaye en solo. Renseignez-vous dans votre ville ou tout près, auprès 'amis qui ont fait la démarche... et avec qui vous pouvez faire le pas.

Une pratique correcte et persévérante a des incidences.

immédiates primé, une sérénité s'ins-

joie de



sur son corps, mais aussi sur son relationnel Le stress étant contrôlé voir suptalle avec la

vivre re-

sion. Laisser une cocotte sur le gaz bien après que la soupape n'ait signalé que la température et la pression voulue par la cuisinière soit atteinte. Que se passe-til: BOUM!!! Et au mieux il faudra refaire la ta-

pisserie, au pire, toute la cuisine. Notre organisme est cette cocotte minute sauf que jamais nous ne coupons le gaz. Puis un jour, admis au Urgences, la lumière vient, un peu tard

La méditation est un de ces outils qui ne coûte rien mais dont l'utilisation peut rapporter gros, En plus cet outil peut être utilisé par tous quel que soit l'âge, la condition physique, les apti-

trouvée, un fonctionnement de tous les organes dans une normalité réinstallée. Avec un peu de pratique on s'aperçoit que l'on peut méditer partout et à n'importe quel moment (dans une queue qui n'en finit pas, en attendant le train, dans les salles d'attentes de nos chers médecins.

A chaque fois ce sera comme si nous soulevions un peu la soupape de notre cocotte pour laisser s'échapper ce stress qui nous envahît inconsciemment Imaginez maintenant dans quel état peut se trouver votre cœur à l'issue d'une peut-être, séance de méditation: reposé, tout rose de bonheur et impatient de voir arriver la prochaine séance tellement il est bien.. Et sans qu'ils se éviter un passage aux Urgences, par exemple. soient concertés, le cerveau est dans les mêmes dispositionsss. Alors pourquoi attendre!







## Dépistages en Hyper...

Les dépistages en Hyper et Supermarchés continuent: nous y sommes encouragés par le nombre de personnes qui profitent de ce moment pour faire un petit point sur le niveau de leur glycémie. Les échanges avec les personnes sont toujours enrichissants et les conseils que nous pouvons leur donner sont, dans la grande majorité des cas bien appréciés. Les prochaines séances de dépistage auront lieu à:

- ⇒ 19/09 à **Cora** Wittenheim
- ⇒ 16/09 à **SuperU** de Munster
- ⇒ 3/10 à **Cora** de Dornach
- ⇒ 10/10 à **Leclerc** de Kingersheim
- ⇒ 24/10 à **Leclerc** de Cernay

Si vous êtes dans le coin, venez soutenir les bénévoles et les infirmières qui œuvrent ces jours-là. Cela leur fera plaisir et peut-être pourrez-vous aussi participer d'une manière très simple à ces actions.

Faites-en la promotion autour de vous. Motivez les jeunes de vos connaissances à aller se faire dépister. L'expérience montre que des surprises sont toujours possibles.

## Histoire à méditer : la soupe aux pierres-

Une villageoise eut la surprise de trouver à sa porte un étranger passablement bien habillé qui demandait à manger. « Je regrette, ditelle, je n'ai rien dans la maison actuellement. » « Pas de problème, dit l'aimable étranger, j'ai dans ma poche une pierre à soupe; si vous me laissez la déposer dans un récipient d'eau bouillante, je ferai la plus délicieuse soupe du monde. Un très grand récipient, s'il vous plait. »

La femme était curieuse. Elle mit le récipient sur le feu et communiqua le secret de la pierre à soupe à un voisin. Lorsque l'eau se mit à bouillir, tous les voisins s'étaient assemblés pour voir l'étranger et la pierre à soupe. L'étranger laissa tomber la pierre dans l'eau, puis en goûta une cuillerée avec délectation et s'exclama: « Ah! Délicieux! Tout ce dont elle a besoin, c'est de quelques pommes de terre. J'en ai dans ma cuisine », cria une femme. Dans le temps de le dire, elle revint avec une

#### Le concert aura lieu à ...

Le Chœur des Enseignants de Ribeauvillé soutient ALSACE-CARDIO en venant chanter au profit

Ce sera le dimanche 29 novembre 2015 à 17 heures Créé en 1982 et dirigé dès sa fondation par Marie-Anne Pfeiffer, alors conseillère pédagogique en éducation musicale, il accueille une quarantaine de choristes attirés par une pratique chorale ouverte à tous et centrée sur des répertoires aux atouts artistiques et pédagogiques

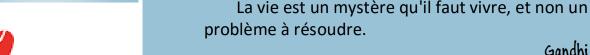
Par avance, un grand merci aux Choristes et à leur Directrice ainsi qu'à la Soliste

Le lieu du concert n'est pas définitivement retenu: il vous sera communiquer par le moyens habituels (mail, article dans les quotidiens locaux°.

Les fonds récoltés à cette occasion permettront la réalisation de nos actions dans le cadre de la Prévention de la Santé

Venez nombreux et amenez vos amis, enfants, petits-enfants







Gandhi

## Une Association pleine de vigueur

Avons-nous déjà évoqué le Deutsche Hertzstifftung? Il est vrai que c'est une association allemande, donc communiquant dans la langue de Goethe.

Elle propose un site (en allemand très fourni et permet aux intéressés de s'abonner gratuitement à une News-letter, elle aussi pleines d'infos constamment mise à jour.

Jetez-y un œil, cela vous permettra de réviser votre allemand !!! . Vous savez aussi que les explorateurs Internet proposent des traducteurs en ligne: le résultat n'est pas toujours transcendant, mais avec un peu de logique et de réflexion on arrive à s'y retrouver (enfin pas toujours!!!!)

#### http://www.herzstiftung.de/

En ligne actuellement un test pour connaître votre facteur de risque: pourquoi ne pas essayer d'en savoir plus sur soi-même.

Cette association est un peu (le mot est faible) plus grande que la nôtre, elle compte 89.000 membres. Les moyens à sa disposition sont aussi hors de proportion avec les nôtres. Mais il n'y a que le Rhin pour nous séparer. Alors rêvons un peu



HAS, la Haute Autorité de santé organise régulièrement des colloques. Depuis la province, il n'est pas toujours facile d'y assister. Mais lorsqu'elle nous propose, sur son site, l'accès à une page qui permet de suivre les échanges qui ont eu lieu, pourquoi ne pas en profiter http://app.eu.readspeaker.com/cgi-bin/rsent?

customerid=6003&lang=fr\_fr&voice=Thomas&readid=contentRsToRead&url=http%3A%2F% 2Fwww.has-sante.fr%2Fportail%2Fjcms%2Fc\_2035903%2Ffr%2Fsecurite-du-patient-lahas-se-mobilise-pour-reduire-les-risques-associes-aux-soins

Ou plus simplement, rendez-vous sur le site de la HAS http://www.has-sante.fr et suivez les propositions faites:

Sécurité du patient : la HAS se mobilise pour réduire les risques associés aux soins Un patient hospitalisé sur 10 subirait un évènement indésirable lors de ses soins. Contrairement aux idées reçues, l'erreur individuelle du professionnel n'est pas la cause principale de tels évènements. En effet, les données recueillies à ce jour mettent en cause d'autres dysfonctionnements. Dans 1 cas sur 3, c'est le travail en équipe dont la communication (entre professionnels et vers le

patient) qui en est la cause. La HAS dresse aujourd'hui un bilan et dévoile sa stratégie pour que l'équipe et le patient soient les acteurs clefs de la diminution des risques associés aux soins.



(suite de la page 7) grande quantité de patates tranchées, qui furent jetées dans le récipient. Alors, l'étranger goûta à nouveau le brouet. « Excellent! fit-il, mais il ajouta, avec regret : si on avait seulement un petit peu de viande, cela deviendrait un savoureux ragoût. »

Une autre ménagère se précipita chez elle et rapporta un peu de viande que l'étranger accepta gracieusement et le jeta dans le récipient. Lorsqu'il goûta à nouveau la soupe, il leva les yeux au ciel et dit : « Ah! Savoureux! Si j'avais un peu de légumes, ce serait parfait, absolument parfait. »

L'un des voisins courut chez lui et revint avec un panier rempli de carottes et d'oignons. Après les avoir mis également dans le récipient, l'étranger goûta le mélange et dit d'un ton de commandement : « Sel et sauce. - Voilà », dit la ménagère. Alors vint un autre commandement : « Bols pour tout le monde. » Les gens coururent chez eux chercher des bols. Certains rapportèrent même du pain et des fruits.

Ils prirent donc tous place pour un délicieux repas, et l'étranger servit de larges portions de cette soupe incroyable. Tout le monde se sentit étrangement heureux: on rit, on bavarda et on partagea un premier repas commun véritable. Au beau milieu de la réjouissance, l'étranger s'esquiva doucement, laissant derrière lui la pierre à soupe miraculeuse que ces gens pouvaient utiliser à leur guise, pour faire la meilleure soupe du monde.

In « Histoires d'humour et de sagesse » de Anthony de Mello

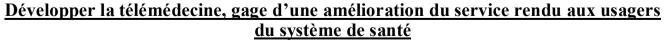
Du côté du CISS: http://www.leciss.org/t%C3%A91%C3%A9m%C3%A9decine

# La télémédecine : soutenir la dynamique de déploiement... pour plus de qualité et de sécurité des soins ! Qu'est-ce que la télémédecine ?

La télémédecine regroupe l'ensemble des pratiques médicales permettant de mettre en rapport, par la voie de nouvelles technologies, soit le patient et un ou plusieurs professionnels de santé, soit plusieurs professionnels de santé entre eux. La télémédecine est réglementée en France depuis 2009 (voir l'article L.6316-1 du Code de la santé publique).

#### La télémédecine peut permettre :

- d'établir un diagnostic,
- d'assurer un suivi du patient dans le cadre de la prévention ou un suivi post-thérapeutique,
- de requérir un avis spécialisé,
- de préparer une décision thérapeutique,
- de prescrire des produits, de prescrire ou de réaliser des prestations ou des actes, d'effectuer une surveillance de l'état des patients.



Le développement de la télémédecine ouvre de nouvelles perspectives et constitue un réel atout pour la qualité des soins et du système de santé en France si elle est utilisée à bon escient, c'est-à-dire non comme supplétif à l'absence de ressources médicales mais comme complément aux ressources humaines qui doivent exister au plus proche des patients.



# ALSACE-CARDIO a lu et présente une (nouvelle rubrique dans le partage)

Pourquoi cette nouvelle rubrique. Parce qu'il existe de très nombreux livres admirables, très bien écrits et très instructifs. Voilà une première série que nous avons lus et aimés. Peut-être qu'à votre tour vous les aimerez et les conseillerez à vos amis? C'est notre souhait. Donc que voque la galère vers de nouveaux horizons inconnus jusq'alors;

Si vous-même avez eu un coup de cœur, dites le nous

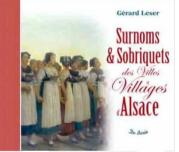
- ♥ Libérez-vous de ces matières parasites du Dr Gérard DIEUZAIDE Aux éditions Trédaniel
- ▼ Troubles de l'équilibre, douleurs généralisées, fatigue chronique, cervicalgie, lombalgie... Et si tous ces maux étaient dus à certains objets que nous portons? La simple présence d'une matière vibratoirement polluantes, comme celle d'une paire de lunettes, d'une reconstitution dentaire ou d'un bijou, peut induire ce genre de pathologie et bien d'autres. Cette dimension électromagnétique de l'homme, une réalité encore négligée par la médecine moderne, est ici mise en évidence de façon spectaculaire grâce à des tests de posturologie
- « ♥ ♥ On a aimé »
- ▶ Le Bonheur s'apprend, la Santé aussi du Dr Gérard LEBORGNE aux Edition Ductus Grâce aux médecines naturelles, 90% des prescriptions d'allopathie pourraient être évitées ainsi qu'un certain nombre d'actes chirurgicaux
- ♥ ♥ On a aimé
- L'Encyclopédie du Savoir Relatif et Absolu de >Bernard WERBER aux Editions Albin Michel
- ₱ Réunir tous les savoir d'une époque: telle a été l'ambition du <professeur EdImond WELLS, mêlant science et spiritualité, physique quantique et recettes de cuisine, ce savant a accumulé tout au long de sa vie des informations étonnantes. Un seul point commun à tous ces textes: donner à réfléchir, « faire pétiller les neurones ».
  </p>
- ♥ ♥ On a aimé
- Surnoms et sobriquets des Villes et Villages d'Alsace de Gérard LESER aux Editions De Borée
- Des Bodelleschisser (Chieurs de bouteilles) de Lembach aux Bluetsüger (sangsues) de Ferrette en passant par les TannZäpfluller (suceurs de pommes de pin) de Ribeauvillé, tous les alsaciens sont affublés de sobriquets amusants
- ♥♥On a aimé; lecture amusante même pour les non dialectophones >> possibilité de cadeau de Noël
- De l'Homme Cancer à l'Homme DIEU du Dr Berbnard Woestelandt aux éditions Dervy
- ▼ Témoignage palpitant d'un médecin qui, de découvertes en découvertes et face à la maladie, se remettra constamment et complètement en question. Homéopathie, vaccinations, alimentation, cancer, guérisseurs, astrologien médiumnité, physique moderne, religions, l'auteur aborde tous ces sujets avec clarté et simplicité; Il raconte un itinéraire peu commun, une façon originale de penser la médecine et sa relation à l'homme...
- ▶ Le Code de Dieu de Gregg Braden aux &éditions Ariane Le secret de notre passé, la promesse de notre avenir

Il ne fait plus aucun doute que nous possédons tous en nous l'ancien nom de dieu et ce, de la manière la plus intime qui se puisse imaginer. Chaque fibre musculaire, chaque parcelle d'os, les larmes que nous versons, ainsi que les sous-produits de la vie que nous appelons « déchets », et tout cela est Dieu. Au cœur de cette prise de conscience toute simple, mais si puissante résident le fil conducteur de notre unité et la clé de notre survie...

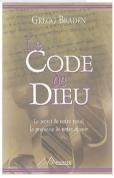
#### A aiMé













- ⇒ La prévention est la meilleure médecine : http://www.prevention-medicale.org
- ⇒ Selon l'OMS, la Prévention... <u>Selon-l-OMS-une-meilleure-prevention-pourrait-sauver-16-millions-de-vie-chaque-annee</u>
- ⇒ À la sortie de la dernière guerre déjà : <u>meilleure-prévention-et-médecine-plus-égalitaire</u>



# Programme d'activités 2015

Date	Lieu	Manifestation
24/09/15	COLMAR	Réunion du Comité—Hôpital Schweitzer
25/09/15	BELFORT	Journée prévention avec Alliance du Coeur
25/09/15	MORSCHWILLER le Bas	Conférence MCV (P.V)
/09/15	Bains les Bains	Journée Médicale (D.E)
26 et 27/09/15	STRASBOURG	Rentrée des Associations Parc de la Citadelle
06/10/15	ILLKIRCH	Conférence avec Deutsche Hertzstiftung
09/10/15	DANNEMARIE	Conférence MCV (P.V)
16/10/15	SOULTZ	Conférence MCV (P.V)
18/10/15	BALSCHWILLER	Sortie d'automne (P.V)
23/10/15	SAVERNE	Rôle du Représentant des Usagers
29/10/15	STRAZSBOURG	Journée mondiale AVC à Hautepierre
30/10/15	STRASBOURG	Avec l'IFSI, Rôle du Représentant des Usagers
23-27/11/15	TROIS-EPIS	Semaine des Patients à la MGEN
Nov./15	MULHOUSE	Quinzaine du diabète (P.V)
29/11/15	Région de Colmar	Concert de la Chorale des Enseignants de Ribeauvillé
/12/15	MULHOUSE	Repas de Noël
Une fois par mois		Groupes de paroles Colmar – Strasbourg et Mulhouse avec MFA et Entretiens Familiaux – Colmar

Merci à Mirianne, notre très dévouée secrétaire pour sa disponibilité dans la correction des épreuves. Ce n'est pas toujours facile



#### La Gazette n° 29

Directeur de la publication : Daniel EMMENDOERFFER Editorial :

Editorial Henri SPINNER Secrétaire - Révision:

Mirianne KNICHEL

#### Rédacteurs:

Gazette:

Pierre VIRTEL
Marie-France GRANDADAM
Georges LANZI
Auguste GERSCHHEIMMER
Webmaster du site A-C:
Guillaume ROBERT
Conception, mise en page de la

Jean-Marie ROHFRITSCH Impression par les Papillons Blancs de Colmar

# Sortie « Carpe Frites »le DIMANCHE 18 octobre 2015

Comme tous les ans, vous êtes cordialement invités à notre rencontre pour le repas de la « Carpe-Frite », au restaurant « DE LA CARPE »

Sis 60, rue Principale à 68580 – FRIESEN

Tél: 03.89.68.95.69

Date limite d'inscription:

Possibilité de COVOITURAGE...
Il suffit de le demander

10 octobre 2015

#### **PROPOSITIONS DE MENU**

30 € / personne / tout compris
Soupe
Goujonnette de carpes (à volonté)
Frites
Salade
Ou
Escalope de veau à la crème

Vacherin Glacé ou Biscuit Framboise

Apéritif
% Vin rouge ou blanc ou ½ eau
1 café



A RETOURNER A Pierre VIRTEL au 51, avenue Alphonse Juin 68100 – MUL-HOUSE, accompagné du chèque, <u>établi au nom du « Restaurant de la Carpe »</u>, correspondant au nombre de personnes.

Donnez aussi votre choix: Carpe ou Escalope—Vacherin ou Biscuit

## Médecine chinoise et chrono-acupuncture



L'AST (Acupuncture spatio-temporelle) se base sur la chrono-acupuncture mais semble beaucoup plus simple : En fait, cette technique trouve son

origine dans nos échecs, nos incompréhensions face au manque d'efficacité de notre traitement ou face à sa faible puissance.
Peu à peu on découvre que le traitement

apposé n'est pas effectué à la bonne heure ou qu'il nous manque un information. Et soudain des révélations apparaissent comme les binômes de dates, de mois et d'années...

Alors, en bons chercheurs il nous est apparu intéressant d'effectuer nos propres tests, d'associer ces binômes de dates avec leurs points correspondant et soudain la clé apparait. Ça marche! Dans les textes, seuls l'heure du jour est abordée. L'association avec le Ba Zi, bilan énergétique intégrant la symbolique du jour du mois et de l'année de naissance devient alors logique

Aujourd'hui le système est très simple mais toutefois très complexe, c'est une question de ressenti. Il est primordial de ne plus voir l'être humain comme tel mais appartenant au mouvement généralisé de l'Univers. La Médecine traditionnelle Chinoise est vaste et s'inscrit dans une forme universelle aboutie.

C'est à l'homme de l'explorer. Il le fait depuis près de 5000 ans. Et curieusement , une poignée d'irréductibles bretons, de culture judéo chrétienne de surcroît se posent ensemble, font des test ssur ce qui leur semble pertinent et finalement font progresser la vision et l'approche de la thérapie de façon inédite et quasirévolutionnaire.

Ce au point d'apporter un éclairage sérieux aux chinois eux-mêmes.

On est parfaitement dans l'appropriation du savoir fondamentalement nécessaire.

