Siège Social :
4, rue des Bouleaux – 68140 MUNSTER
Tél : 03.89.77.00.47 / 06.80.21.63.81
E-mail : president@alsace-cardio.org
Association loi 1908 déclarée au Tribunal d'Instance de Colmar
Volume : 10 Folio : 523
Agrément —ARS : 2015/962 du 24/07/2015
INSEE : 510 257 140 000 10

ALSACE-CARDIO
ASSOCIATION DE FAMILLES ET DE MALADES OU OPÉRÉS CARDIOVASCULAIRES

La Gazette AC N° 47

Octobre 2020

Chers amis lecteurs,

Arriver à faire preuve d'optimisme….
Quand on vous ressasse du matin au soir que la criminalité augmente, que les offres d'emploi baissent, que le thermomètre a trop grimpé partout dans le monde cette année encore, que la nature est perturbée depuis plusieurs mois déjà, que le pouvoir d'achat chute sans oublier ce « fichu » coronavirus qui fait de la résistance …
L'optimisme doit rester de vigueur mais sera différent. Nous devons retrouver le fil de nos projets d'avant le coronavirus avec le même enthousiasme mais différemment en prenant quelques précautions primaires et nous serons tous gagnants.
Les Français sont à nouveau amoureux de leur pays!
Continuons à nous émerveiller tout au long de l'année!
Alsace-Cardio mettra tout en œuvre pour continuer à agir pour vous, à vous offrir des activités diverses et positives pour votre cœur.
Séances de sport, sorties pédestres adaptées, groupes de parole, conférences, sessions gestes aux premiers secours sont à nouveau proposées dans les différents secteurs.
Pour plus de renseignements voir sur le site d'Alsace-Cardio, sur Facebook ou adressez-vous au président ou à tout autre membre du Conseil d'administration. (voir tableau page 11).
Mirianne KNICHEL

Devenez volontaire pour tester les vaccins COVID—1er oct.2020

25 000 volontaires français sont appelés à tester les vaccins contre le Covid-19
L'Inserm lance aujourd'hui une plate-forme d'évaluation des candidats vaccins.
Les essais cliniques prévus sont d'une ampleur inédite en France.

L'histoire s'en souviendra peut-être comme de l'appel du 1er octobre. *« Devenez volontaire pour tester les vaccins Covid ! »*, proclame le site Covireivac sur sa page d'accueil. Pour la première fois en France, un appel à volontaires est lancé pour participer à des essais cliniques de candidats vaccins. Un hashtag a même été créé pour l'occasion : #jetestelevaccincovid. Pilotée par l'Institut national de la santé et de la recherche médicale (Inserm) à la demande des ministères de la santé et de l'enseignement supérieur, la plate-forme Covireivac s'appuie sur un réseau de 24 centres d'investigation clinique (CIC), installés dans des centres hospitalo-universitaires à travers le pays.

Avec ce site, inspiré des campagnes de recrutement menées aux Etats-Unis et au Royaume-Uni, l'institut espère convaincre 25 000 hommes et femmes de plus de 18 ans à « participer à un défi historique au côté de la communauté médicale et scientifique ». « De nombreux essais cliniques ont déjà été réalisés en France pour d'autres vaccins comme la grippe saisonnière ou le VRS [virus respiratoire syncytial, bronchiolite], mais jamais nous n'avions développé une plate-forme de ce type. Il faut dire que nous n'avions jamais connu de situation sanitaire justifiant de réaliser des essais cliniques avec un aussi grand nombre de sujets, sur une période aussi courte », explique l'infectiologue Odile Launay, qui coordonne le CIC Cochin Pasteur, le réseau français de recherche clinique en vaccinologie (I-Reivac) et, désormais, la plate-forme Covireivac.

A la recherche du vaccin contre le Covid-19 :

la course acharnée entre les laboratoires et les Etats

L'internaute est invité à remplir un questionnaire (âge, état de santé, hôpital le plus proche…), qui permettra aux chercheurs de sélectionner les volontaires en fonction de leurs besoins. Les essais cliniques prévus devraient démarrer d'ici à la fin de l'année et s'étaler sur deux ans. A ce jour, l'Inserm ne sait pas quels candidats vaccins seront testés – les discussions sont encore en cours avec *« les fabricants auprès de qui l'Union européenne a passé des pré-commandes »*, précise l'infectiologue. Les vaccins russes et chinois ne seront pas concernés. Le laboratoire anglais AstraZeneca, dont le protocole a été suspendu quelques jours en septembre en raison d'une maladie inexpliquée contractée par un patient, pourrait en revanche faire partie de l'évaluation.

Plusieurs protocoles pourraient être menés en parallèle

Lancé par l'Inserm, avec l'AP-HP, le premier essai clinique présenté par Covireivac devrait être un essai de phase 2 (les tests de vaccins comptent trois phases jusqu'à la mise sur le marché), centré sur les sujets âgés, dont le système immunitaire est généralement affaibli. *« Avant de vacciner les personnes les plus âgées, nous voulons pouvoir étudier la réponse immunitaire obtenue avec ces vaccins sur cette population, qui est la plus à risque de formes graves et de décès »,* développe Mme Launay. Pour ce faire, Covireivac va mobiliser 200 participants, qui seront répartis en deux catégories : une centaine de personnes âgées de plus de 70 ans, et un groupe contrôle plus jeune. Tous seront vaccinés par le même candidat vaccin. Des prises de sang régulières permettront de comparer la réponse des deux groupes. Si plusieurs industriels acceptent de jouer le jeu, différentes études (une par vaccin) pourraient être lancées sur ce modèle.

C'est pour le second type d'essais cliniques que la plate-forme a besoin d'un nombre de volontaires inédit pour la France. Ces essais de phase 3 sont « à promotion industrielle » : la personne morale qui en prend la responsabilité et en assume le financement n'est pas une entité publique, mais un industriel. Là encore, si non pas un, mais deux ou trois laboratoires souhaitaient mener une partie de leurs essais de phase 3 dans l'Hexagone, plusieurs protocoles pourraient être menés en parallèle (sans comparaison possible entre les candidats vaccins, les fabricants refusant en général d'être mesurés à leurs concurrents par le biais des essais cliniques avant la mise sur le marché). L'objectif de ces études est de déterminer si le vaccin est sûr et protège de la maladie. Tous les participants se verront administrer une ou deux doses qui correspondront soit au candidat vaccin, soit à un placebo. Aucun d'entre eux, ni les médecins chargés de leur suivi d'ailleurs, ne sauront qui a reçu quoi. C'est le principe des études « randomisées en double aveugle » adopté pour les phases 3.

Surveillés pendant plus d'un an, les volontaires seront pris en charge en cas d'effets indésirables, dont la survenue peut exceptionnellement conduire à la suspension de l'essai. A l'arrivée, l'efficacité du vaccin sera calculée en comparant le nombre d'infections dans les deux groupes.

« Pour le Covid-19, aucun essai de phase 3 n'a encore été réalisé en France, car quand les laboratoires étaient prêts, la circulation du virus n'était pas suffisante. La situation est en train de changer », analyse Mme Launay. Les résultats de l'ensemble des essais de Covireivac seront communiqués aux autorités de santé, qui s'en serviront comme base pour leurs recommandations de vaccination.

Chloé Aeberhardt (Le Monde) (001/102020) MK

Focus sur le réseau REDOM : Prise en charge des personnes diabétiques de type 2, obèses ou atteintes de maladies cardiovasculaires par les réseaux de santé Alsaciens

Depuis plusieurs années, les réseaux des maladies métaboliques en Alsace travaillent ensemble pour proposer des prises en charges aux personnes qui souffrent de diabète de type 2, d'obésité et de maladies cardiovasculaires sur l'ensemble du territoire.
Nos différents programmes permettent aux patients d'apprendre à gérer au mieux leur maladie au quotidien et ainsi améliorer leur qualité de vie. Les programmes d'un an sont financés par l'ARS et permettent aux patients d'accéder à des professionnels de santé spécialement formés.

- Pour les patients diabétiques de type 2, les personnes obèses et/ou atteintes de maladies cardiovasculaires
- Un programme dédié aux enfants en surpoids ou obèses
- Une prise en charge pluridisciplinaire : infirmière, diététiciennes, éducateurs sportifs, psychologues…
- Des bilans individuels personnalisés
- Des ateliers de groupe et des suivis individuels
- Des antennes de prise en charge à Illkirch, Strasbourg, Diemeringen, Brumath, Haguenau, Bischwiller, Schiltigheim.
- De l'activité physique chaque semaine sur les sites de Strasbourg, Illkirch, Haguenau, Brumath et Bischwiller.

Pour bénéficier d'une prise en charge gratuite contactez le réseau de votre secteur ou parlez-en à votre médecin !

Du nord au sud… chacun son réseau !

STRASBOURG : REDOM et REDOM Jeunes
Boulevard René Leriche – STRASBOURG
contact@redom.fr / 03.90.10.20.37

SAINT NABOR : RCPO et RCPO Jeunes
15 rue de la carrière
67530 SAINT NABOR
secretariat@rcpo.org / 03.88.95.05.13

COLMAR : RSC
20, rue d'Agen
68000 COLMAR
direction@reseausantecolmar.fr /03.89.23.05.55
secretariat@reseauode.fr /03.89.64.63.08

A noter sur vos agendas :

Journée du Cœur Vendredi

16 octobre 2020

Au CREF
5, rue des Jardins

À COLMAR

de 9h à 17h

… /...

MULHOUSE : RSSA

18, rue François Spoerry
68200 MULHOUSE
rssa@sante-sudalsace.org /03.89.08.35.07

MULHOUSE : ODE (Uniquement pour les enfants)
17, rue Léon Mangeney
68200 MULHOUSE

Les autres missions des réseaux de santé :
Les différents réseaux qui prennent en charge les adultes participent au dispositif PRESCRI'MOUV : Ce dispositif permet à des personnes qui souffrent de pathologies chroniques de bénéficier, sur prescription médicale, d'un bilan en activité physique pour pouvoir être orienté vers des clubs et des associations labélisés.
Plus d'information sur le site : **www.prescrimouv-grandest.fr**
Du nord au sud, nous développons des actions de prévention auprès du public salarié, du grand public, des personnes en situation de handicap, des personnes en situation de précarité, des jeunes etc…
Nous pouvons proposer des ateliers prévention, des conférences santé, des dépistages des facteurs de risque cardiovasculaires, des stands d'information, de la formation…

N'hésitez pas à retrouver
Alsace-Cardio
Internet
www.alsace-cardio.org
Facebook
Facebook/Alsace-Cardio

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 11 de la Gazette.

Les directives anticipées …

Qu' est-ce que c'est?
C'est une déclaration écrite qui indique vos volontés pour votre fin de vie, si un jour vous étiez en situation où vous ne pouvez plus vous exprimer.
Elles permettront aux médecins de connaître vos souhaits en matière de traitements médicaux. Leur rédaction n'est pas obligatoire, c'est un acte libre »
Plus tard il sera trop tard, votre vie c'est maintenant »
Jacques Prévert

Bien préparer son départ permet de vivre mieux. Nous n'avons que peu avancé en France dans cette démarche et c'est regrettable selon de nombreux médecins qui sont eux, confrontés à des questionnements quant à l'accompagnement la plus adéquate pour le patient en fin de vie. Seuls 13% sont exprimées à ce jour en France, taux très bas évidemment.
Article L1111-11 modifié par la Loi n° 2016-87 du 2 février 2016—art.8
Toute personne majeure peut rédiger des directives anticipées pour le cas où elle serait un jour hors d'état d'exprimer sa volonté. Ces directives anticipées expriment la volonté de la personne relative à sa fin de vie en ce qui concerne les conditions de la poursuite, de la limitation, de l'arrêt ou du refus de traitement ou d'acte médicaux.

A tout moment et par tout moyen, elles sont révisables et révocables. Elles peuvent être rédigées conformément à un modèle dont le contenu est fixé par décret en Conseil d'Etat pris après avis de la Haute Autorité de santé. Ce modèle prévoit la situation de la personne selon qu'elle se sait ou non atteinte d'une affection grave au moment où elle les rédige.

Les directives anticipées s'imposent au médecin pour toute décision d'investigation, d'intervention ou de traitement, sauf en cas d'urgence vitale pendant le temps nécessaire à une évaluation complète de la situation et lorsque les directives anticipées apparaissent manifestement inappropriées ou non conformes à la situation médicale.

La décision de refus d'application des directives anticipées, jugées par le médecin manifestement inappropriées ou non conformes à la situation médicale du patient, est prise à l'issue d'une procédure collégiale définie par voie réglementaire et est inscrite au dossier médical. Elle est portée à la connaissance de la personne de confiance désignée par le patient ou, à défaut, de la famille ou des proches. Un décret en Conseil d'Etat, pris après avis de la Commission nationale de l'informatique et des libertés, définit les conditions d'information des patients et les conditions de validité, de confidentialité et de conservation des directives anticipées. Le Décret n° 2016-2017 du 3 août 2016 relatif aux directives anticipées remplace les dispositions prévues par la loi n° 1016-87 du 2 février 2016, notamment en ce qui concerne la conservation des directives dans « un registre national » par :

Article 3 du décret du 3 août 2016:

Les directives anticipées sont conservées selon les modalités les rendant aisément accessibles pour le médecin …."

A cette fin, les directives anticipées peuvent être déposées et conservées, sur décision de la personne qui les a rédigées, dans l'espace de son dossier médical partagé prévu à cet effet …. »

Les directives anticipées peuvent également être conservées" : par d'autres personnes, notamment le médecin traitant qui informera de la possibilité et des conditions de rédaction de directives anticipées ou la personne de confiance.

Lorsqu'une personne fait l'objet d'une mesure de tutelle, au sens du chapitre II du titre XI du livre Ier du code civil, elle peut rédiger des directives anticipées avec l'autorisation du juge ou du conseil de famille s'il a été constitué. Le tuteur ne peut ni l'assister ni la représenter à cette occasion.

Comment ça marche ?

Vous pouvez les rédiger quand vous voulez, que vous soyez malade ou non. Elles peuvent être modifiées ou annulées à tout moment et n'ont pas de limite de temps.

Vous pouvez les rédiger sur papier libre daté et signé ou sur modèle indicatif disponible sur www.parlons-fin-de-vie.fr.

Vous y précisez vos souhaits pour la poursuite, l'arrête, le refus de traitements médicaux pour votre fin de vie.

Avec qui parler ?

Vous pouvez demander des conseils aux professionnels de santé, à une personne de confiance, un proche ou qq de la famille, à une association de patients ou d'accompagnement ou tout autre personne avec qui vous souhaitez en parler et qui peut vous aider à réfléchir.

N'oubliez pas d'indiquer leur existence et leur lieu de conservation soit à votre médecin, votre personne de confiance, un proche ou votre famille.

Où les conserver ?

- Dans votre dossier médical partagé en les confiant à l'Assurance Maladie
- Dans votre dossier médical en les confiant à votre médecin
- Chez votre personne de confiance ou votre famille ou un proche
- Avec vous dans vos papiers personnels—carte vitale etc….
- Sur un registre national (voir page précédente)

Informations principales à mentionner :

- Grands principes : Maintien en vie artificielle - sédation profonde et continue jusqu'au décès
- Actes et traitements médicaux contribuant au maintien artificiel de la vie : Assistance respiratoire—réanimation cardiocirculatoire—alimentation et ou hydratation artificielles - dialyse
- Utiles à mentionner également : vos attentes et vos craintes concernant certains traitements ou certaines situations de fin de vie.
  Votre situation personnelles si elle peut aider le médecin à comprendre vos souhaits - vos souhaits et vos croyances de nature non médicale .
- A qui demander conseil pour les rédiger ?
  Vous pouvez demander conseil à un professionnel de santé, à une personne de confiance, proche ou famille, à une association de patients ou d'accompagnement ou à tout autre personne qui peut vous aider à réfléchir.

Comment désigner ma personne de confiance

La personne de confiance vous accompagnera, transmettra vos volontés et pourra vous représenter auprès du personnel médical en matière de soins et d'actes médicaux selon vos volontés quand vous ne pourrez plus vous exprimer. Elle ne décidera pas mais elle témoignera de votre volonté. La personne de confiance doit être quelqu'un qui vous connait bien et en qui vous avez entière confiance. Elle doit faire preuve de confidentialité et de compréhension pour transmettre de façon précise vos souhaits.

Vous pouvez désigner votre personne de confiance sur papier libre ou formulaire cosigné par elle et vous. Informez vos proches et votre médecin traitant ou hospitalier.

Indiquer le nom, le prénom et les coordonnées exactes de votre personne de confiance sur vos directives anticipées.

MK

Les épidémies les plus meurtrières des XXe et XXIe siècles

Avant le nouveau coronavirus, qui a fait plus de 100 000 morts dans le monde depuis son apparition, en décembre 2019, en Chine, plusieurs épidémies ont marqué ce début de XXIe siècle, nettement moins meurtrières que les grandes pandémies grippales du XXe siècle

Le coronavirus est dans toutes les discussions à travers le monde entier depuis le début de l'année 2020. En cette mi-avril 2020, le Covid-19 a fait plus de 100 000 morts à travers la planète, et obligée plus de la moitié de ses habitants à se confiner.

Pourtant, ce n'est pas la première pandémie du XXIe siècle, ni l'une des plus meurtrières de l'histoire, si l'on se replonge dans les grandes crises sanitaires du XXe siècle.

Ebola: Identifié pour la première fois en 1976 en Afrique de l'Ouest, ce virus a déclenché, entre fin 2013 et mars 2016, une épidémie de fièvre hémorragique en Guinée, en Sierra Leone et au Liberia. Moins contagieux que d'autres maladies virales, Ebola est redoutable en raison d'un taux de létalité très élevé (environ 50 %). Bilan 11300 morts.

Le virus est réapparu en août 2018 dans l'Est de la République démocratique du Congo. Après cinquante-deux jours sans aucun cas, la RDC devait déclarer, lundi 13 avril 2020, la fin officielle de cette épidémie. Mais un nouveau décès a été enregistré et cette proclamation devra donc attendre encore au moins une quarantaine de jours. Bilan : au moins 2 273 morts

La grippe A (H1N1) : en 2009 et 2010

Bilan : 18 500 morts selon l'Organisation mondiale de la santé (OMS). Mais la revue médicale *The Lancet* a estimé le nombre de morts entre 151 700 et 575 400.

Apparue au Mexique fin mars 2009, elle est d'abord nommée grippe « porcine » par l'OMS. L'alerte pandémique est lancée le 11 juin 2009, mais ce virus A (H1N1) s'avère finalement bien moins meurtrier que redouté. Des campagnes massives de vaccination sont organisées à la hâte. Après coup, les pays occidentaux, en particulier européens, et l'OMS sont critiqués pour une mobilisation jugée surdimensionnée alors que, chaque année, la grippe dite saisonnière fait entre 250 000 et 500 000 morts, selon l'OMS.

Le Sras en 2002 et 2003

Bilan 774 morts. Le Syndrome respiratoire aigu sévère émerge fin 2002 dans le sud de la Chine, transmis de la chauve-souris à l'homme par la civette, un mammifère sauvage vendu vivant sur des marchés chinois pour sa viande. Il s'avère redoutablement contagieux, provoquant des pneumonies aiguës parfois mortelles. Le Sras touchera finalement une trentaine de pays, mais avec un bilan limité, la Chine continentale et Hong Kong concentrant 80 % des victimes, et un taux de mortalité de 9,5 %.

La grippe aviaire : en 2003 et 2004

Bilan : 400 morts. La grippe aviaire ravage d'abord les élevages de poulet de Hong Kong avant de se transmettre à l'humain. L'OMS décrète **« une urgence de santé publique de portée mondiale »,** mais le bilan restera très limité. MK

Les grands pandémies au XX ème siècle

De 1981 à nos jours : le sida

Bilan : 32 millions de morts, selon l'Onusida.

En 2018, environ 770 000 personnes sont décédées de maladies liées au VIH, qui affecte le système immunitaire et rend les patients vulnérables aux infections opportunistes.

Mais aujourd'hui, 24,5 millions de personnes ont accès à des traitements antirétroviraux qui, lorsqu'ils sont pris régulièrement, bloquent très efficacement la maladie et réduisent très fortement les risques de contamination.

De 1968 à 1970 : la grippe de Hong Kong

Bilan : un million de morts (chiffre cité par les Centres américains de prévention et de contrôle des maladies, CDC).

Elle a fait le tour du monde entre l'été 1968 et le printemps 1970, tuant notamment beaucoup d'enfants. Provenant de Hong Kong, le virus a d'abord traversé l'Asie puis, fin 1968, les États-Unis. Après quelques mois où il s'est fait discret, le virus a déferlé sur l'Europe, fin 1969.

Pour les épidémiologistes, cette grippe est entrée dans l'histoire comme la première pandémie de l'ère moderne, celle des transports aériens rapides.

En 1957 et 1958 : la grippe asiatique

Bilan : 1,1 million de morts (chiffre cité par les CDC).

Cette pandémie a frappé en deux vagues virulentes. Le virus est d'abord apparu dans une province méridionale de la Chine, en février 1957. Il a fallu plusieurs mois avant qu'il n'atteigne l'Amérique et l'Europe.

Les personnes âgées ont été les premières victimes de cette maladie qui entraînait de graves complications pulmonaires.

En 1918 et 1919 : la grippe espagnole

Bilan : jusqu'à 50 millions de morts (chiffre cité par les CDC).

La grippe dite « espagnole », qui a sévi entre septembre 1918 et avril 1919, est considérée comme la plus mortelle de l'histoire dans un laps de temps aussi court.

Elle a tué cinq fois plus que les combats de la Première Guerre mondiale. Le virus fait ses premières victimes documentées aux États-Unis, se propage ensuite en Europe, puis touche le monde entier. Son taux de mortalité a été évalué à plus de 2,5 % (CD

Ouest France 11 04 2020 MK

Marches adaptées avec Alsace-Cardio

Dans le centre-Alsace : avec Fernand KNICHEL, Joseph BURGER et Daniel FREY deux sorties par mois, les 2ème et 4ème jeudi de septembre à juin **.**
Pour de plus amples renseignements adressez-vous à
Mirianne KNICHEL Tél. 06 43 03 67 57 - mirianne.knichel@gmail.com
Dans le nord de l'Alsace : marches proposées par le Dr Karin INSEL
*** Marches d'une heure environ, 4km, départ parking du Wolsthof :
de 9h à10h les lundi, mercredi, vendredi et dimanche - à 15h le samedi
Tél : Dr Karin INSEL 03 88 00 72 91 - karin.insel@gmail.com

Les séances d'activité physique proposées par Alsace-Cardio :

Dans le centre-Alsace, tous les vendredis matin de 9H à 10H et de 10H15 à 11H15 à Sainte-Croix-en-Plaine—Séances assurées par Gaby FREY
Contact tél. 06 43 03 67 57
Dans le nord de l'Alsace, Le Dr INSEL propose 4 séances d'activité physique adaptée
À BUST, salle La Budig, tous les vendredis :

- de 17h30 à 18h30 : gym douce
- De 18h30 à 19h30 : entretien musculaire, cardio

*** mêmes horaires et types de séances tous les mardis à BERG, salle polyvalente.
Contact : tél. 03 88 00 72 91
Email : karin.insel@gmail.com
Dans le sud de l'Alsace, à Mulhouse :
Le vendredi de 10h à 11h - séances assurées par William CHARPIER
Maison du Temps Libre—16, rue Engel-Dolffus à Mulhouse
Contact : Pierre VIRTEL—Tél 06 48 61 31 77

COMITE ALSACE-CARDIO 2020

BUREAU

Noms & prénoms	Fonction	adresse	Téléphone	adresse courriel
EMMENDOERFFER Daniel	Président	4, rue des Bouleaux 68140-MUNSTER	03.89.77.00.47 06.80.21.63.81	daniel.emmen@orange.fr president@alsace-cardio.org
VIRTEL Pierre	Vice-Président	51, avenue Alphonse Juin 68100 – MULHOUSE	03.89.65.06.63 06.48.61.31.77	pvirtel.alsacecardio@free.fr
KNICHEL Mirianne	Secrétaire	9, Rue Haussmann 68124 LOGELBACH	06.43.03.67.57	mirianne.knichel@gmail.com
HAESSELY M.-Paule	Secrétaire adjointe	14 rue du G. Henri de Vernejoul KIENTZHEIM 68240 KAYSERSBERG Vignoble	06.82.40.87.80	damahazo@orange.fr
SPINNER Henri	Trésorier	8, rue du Neufeld 68920 – WINTZENHEIM	03.89.79.20.48 06.08.93.47.90	henri.spinner@neuf.fr
BURGER Bernard	Trésorier-Adjoint	4, Chemin du Heidenbach 68140 – MUNSTER	03.89.77.48.11 06.75.22.57.28	Burgerb424@gmail.com
Bureau : 6 personnes				
ADMINISTRATEURS				
BOULANGER Gérard		6, rue de l'Ecole 67250 - KUTZENHAUSEN	03.88.80.58.98	gerard.boulanger505@orange.fr
BURGER Josée	Infirmière	9a rue du Château 68127 NIEDERHERGHEIM	03.89.49.90.91 06 36 73 22 57	burger.joseph@orange.fr
CERF Jacques		3, rue de Wesserling 67100 - STRASBOURG	03.88.51.85.55 06.09.85.95.96	jacques@jcerf.fr
CHARPIER William	Professeur Sport	9 rue du Limousin 68270 WITTENHEIM	06.25.82.52.54	williamcharpier@evhr.net
EHRHART Denise	Infirmière	3, Rue des Vergers 68920 WETTOLSHEIM	06.78.41.39.19	denise.ehrhart68@gmail.com
GEORG Isabelle	Psychothérapeute	16 rue du Chêne 67100 STRASBOURG	06.70.78.94.79	isabelle.georg-bentz@wanadoo.fr
INSEL Karin	Médecin	4, Rue du Dr Schneider 67320 DRULINGEN	03.88.00.72.91 06.33.09.29.29	karin.insel@gmail.com
LINKS François		25 rue du Gal De Gaulle 67150 GERSTHEIM	06.06.98.44.91	
SIMET Arsène		4, Rue d'Alsace 68170 RIXHEIM	03.89.65.41.80	versimet@estvideo.fr
TASTE Michel		9, Rue des Bégonias 68390 SAUSHEIM	03.89.53.71.33	mj.taste@orange.fr
VONTHRON Christiane	Infirmière	Rue du Calvaire 68127 STE CROIX EN PLAINE	06.88.38.62.92	c-vonthron@hotmail.fr
Adm. 11 personnes				
		DELEGUES		
LANZI Georges		6, rue de Vendenheim 67116 – REICHSTETT	03.88.18.19.80 06.09.75.43.88	georgeslanzi@sfr.fr
GERSCHHEIMER Auguste		3, rue Gast 67400 - Illkirch-Graffenstaden	06.81.40.80.02	gerschheimer.auguste@orange.fr
WITTMANN Roland		15, Rue de la Forêt 68460 LUTTERBACH	03.69.19.60.74	roland.wittmann@numericable.fr
Site : www.alsace-cardio.org	MULLER Olivier	**Be-Bold**		
N° INSEE : 510 257 140 00010 Agrément ARS 2015/962 du 24/07/2015				**01/10/2020**

La Gazette 47

Octobre 2020

Directeur de la publication :
Daniel EMMENDOERFFER

Rédaction - conception
et mise en page :
Mirianne KNICHEL

Editorial :
Mirianne KNICHEL

Rédacteurs :
Mirianne KNICHEL
Daniel EMMENDOERFFER
Henri SPINNER

Webmaster du site
Alsace-Cardio :
Michel ISERT

Impression par les Papillons
Blancs de Colmar

Que se passe-t-il en Automne ?

Le ciel se fait gris… La pluie est de plus en plus présente… Les **feuilles** jonchent tristement le sol… L'été a bel et bien laissé la place à l'automne.
Allez, ne vous laissez pas abattre, cette saison n'est pas aussi maussade qu'elle n'y paraît !
C'est une belle saison

A l'automne, **l'écureuil** adorable petit rongeur fait ses petites provisions pour l'hiver en se mettant de côté de bonnes noix, noisettes et autres glands qu'il enterre dans des trous ou aux creux des arbres.

En voilà encore un qui est prévoyant : pour affronter la rudesse de l'hiver, **le hérisson** se met très rapidement en quête d'un endroit où hiberner tranquillement. Dès le mois de novembre, et jusqu'au mois de mars, il se met en « mode off ».

L'automne est la période la plus célèbre pour observer **le cerf** ! Cet animal majestueux se laisse en effet très peu approcher la plupart du temps mais, de mi-septembre à mi-octobre, il sort de sa cachette pour tenter de conquérir le cœur d'une belle biche… C'est la saison des amours !

Le régime alimentaire **du renard** est, lui aussi, aux abonnés absents durant l'automne ! C'est pourquoi il se rapproche de plus en plus, dès la saison arrivée, de nos habitats et des zones urbaines afin de trouver de quoi grignoter et se sustenter !

Le sanglier est un animal qui se nourrit surtout d'herbes, de plantes et d'insectes et, à l'automne, malheureusement, ces denrées commencent à se faire rare. Le pauvre est alors obligé de quitter son milieu d'habitat naturel pour partir à la recherche de nutriments pour se réchauffer : maïs ou céréales… Ainsi, ouvrez l'œil, vous pourrez facilement le croiser tout près des champs !

On quitte la terre ferme et on lève les yeux au ciel : l'automne est aussi la saison **des oiseaux migrateurs** nous offrant un spectacle des plus majestueux ! Les températures baissant, ces derniers préfèrent en effet fuir et partir en vadrouille, en quête de terres plus clémentes et aux températures plus accueillantes !