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 : Arrêté Grand Est
n° 2022-5632 DU 22/12/2022
Agrément Académie de Strasbourg du 20 06 2022
INSEE : 510 257 140 000 10
Site : www.alsace-cardio.org

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

La Gazette AC

N° 56
Janvier 2023

Chers Amis lecteurs,
L'année 2022 est terminée. Malgré les efforts de chacun, nous n'avons pas encore pu reprendre l'activité complète d'avant Covid.
Néanmoins, nous avons pu organiser les Journées du Cœur à Strasbourg et à Colmar. Nous avons changé nos lieux de déroulement : au Pavillon Joséphine de l'Orangerie pour Strasbourg et au KOÏFHUS en Centre-ville pour Colmar. Les nouvelles dates pour 2023 sont déjà arrêtées, soit le 21.04.2023 à Strasbourg et le 20.10.2023 à Colmar.
Je remercie particulièrement tous les bénévoles qui nous ont aidés à organiser, gérer, monter et démonter les installations. C'est un gros travail de préparation et ensuite nous devons passer aux travaux pratiques sur quelques heures. Un grand merci également aux Villes de Strasbourg et Colmar ainsi qu'à Alliance du Cœur (Philippe Thébault et Sylvie Billard) sans oublier Emmanuel Langlois notre animateur).
Je tiens également à saluer l'implication de nos conférenciers, nos animateurs et tous nos partenaires qui nous font l'honneur d'être présents lors de nos manifestations en général.
Les groupes de paroles, les activités gym adaptée et les marches ont fonctionné quasi normalement sur tout le territoire. Nous avons pu assurer des ateliers diététiques et autres actions diverses. La difficulté s'est essentiellement concentrée sur nos interventions en Ecoles (infirmières et publiques).
Enfin, je voudrais saluer la dynamique associative car nous sommes arrivés à 300 adhérents à fin octobre 2022.
… Et une bonne nouvelle pour la fin d'année 2022: nous venons d'avoir le renouvellement de notre agrément ARS le 22 décembre 2022.
Pour 2023, je pense que les Fêtes sont digérées et que nous allons repartir du bon pied.

Je vous souhaite au nom de tout le comité, une nouvelle année pleine de réussite, de santé et de bonheur pour vous et vos proches.
Bien amicalement
Daniel Emmendoerffer

« La Thérapie »
… courte ou longue… en individuel ou en groupe …

MODE D'EMPLOI

Il y a deux ans, le monde vacillait et nos repères s'envolaient. L'infiniment petit, le virus, nous emmenait vers une crise sanitaire. Celle-ci aura au moins eu le mérite de souligner l'importance de la dimension psychique sur la santé. Il s'en est suivi un conflit géopolitique mondial qui déterre les peurs les plus enfouies. Au double aspect des inquiétudes au rang duquel on citera les problématiques économiques et l'incertitude face aux menaces militaires voire nucléaires, se surajoute le problème de la maladie dont on a souffert, ou un proche, pouvant entrainer des problèmes familiaux.
En partant du principe que **la parole libère et la compréhension de ce qui advient permet d'avancer et d'alléger les peines, il est bon quelques fois de s'autoriser à entamer une cure thérapeutique**, ce qui ne constitue en rien un aveu de faiblesse ; juste une façon de se faire aider lorsque l'on se trouve dans l'impasse.
Seulement**, il est bien difficile de s'y retrouver dans le foisonnement des types de thérapies alors qu'il faut déjà trouver le courage pour décider d'entamer une cure thérapeutique**.
En l'espèce, il vous est proposé ici d'expliciter les différentes méthodes pour tenter de s'y retrouver.
Alors, courte ou longue ? En individuel ou en groupe ?

1 - LE QUI FAIT QUOI ?

Les médecins psychiatres : veille à l'équilibre général du corps humain et seuls habilités à prescrire des examens ou médicaments pour dépister des difficultés physiologiques à l'origine des difficultés psychologiques ou inversement . *Les consultations sont remboursées*

Les psychanalystes : S'intéressent à l'inconscient en sachant que la plupart de nos décisions, émotions et comportements sont contrôlés par des mécanismes inconscients

Les psychologues cliniciens : Que ce soit un problème particulier ou pour d'autres multiples raisons (tristesse avec ou sans explications, incompréhensions,…) ils sont formés pour faire émerger chez le consultant, les solutions à ses problèmes

Les psychothérapeutes : Accompagnement visant à aider les gens qui cherchent à mieux se connaître, à traverser un moment difficile, à sortir de sa souffrance, à trouver un sens à sa vie et/ou aux évènements ou simplement faire le point, à aller mieux

Les psychopraticiens : Titre non officiel de psychothérapeutes. Sont formés à une ou plusieurs méthodes d'écoles privées. Il est important d'en choisir un qui soit affilié aux grandes Fédérations de psychologie.

2 - QUELLE METHODE EST FAITE POUR VOUS ? Liste des principales

Les symptômes psychiques (concerne notre vie mentale) ou psychosomatiques (l'ensemble des effets de l'esprit sur le corps humain) ne sont pas des virus attrapés par hasard, mais des messages dont le sens diffère pour chaque individu.
Le choix de la méthode dépend surtout de notre personnalité, de nos attentes, de nos goûts. En choisir une dépend également de notre urgence ou de notre désir de nous dévoiler totalement ou non. Rien n'empêche, plus tard, de prolonger une thérapie brève par une autre plus profonde.

2.1 - LES THERAPIES BREVES : Apaiser sans tout bouleverser, en quelques séances

Les Thérapies comportementales et cognitives : méthode rapide et concrète permettant d'affronter ses peurs, de transformer ses croyances, de mieux gérer ses conduites obsessionnelles, de changer des habitudes inadaptées, de traiter des symptômes tels que l'insomnie, les phobies, les troubles du comportement alimentaire ; notamment sociales (peur du regard des autres, hantise de s'affirmer, angoisses en groupe, etc). Mais souvent, il faudra leur associer une psychothérapie de type analytique.

L'hypnose : nous plonge dans un état de conscience modifiée, entre veille et sommeil, avec la particularité de guérir sans devoir agir

E.M.**D .R :** (en français, intégration neuro-émotionnelle) A travers des mouvements oculaires, s'adresse aux anxieux et aux grands traumatisés de la vie. Les blessures psychiques laissant une empreinte dans le cerveau, en quelques séances, les mouvements oculaires à digérer des évènements enkystés.

P.**N.L** (programmation neuro linguistique) **:** Obtient de bons résultats dans le contrôle des émotions qui entravent la communication avec les autres.

Les techniques psychocorporelles permettent de se libérer de ses angoisses et des tensions physiques ou psychiques par un travail sur le corps

2.2 – LES THERAPIES DE MOYENNE DUREE ou comment amorcer un processus de changement en quelques semaines ou quelques mois.

L'analyse transactionnelle est surtout réservée aux timides, aux anxieux, agressifs

La Gestalt thérapie est une mise en situation, c'est-à-dire, rejouer des épisodes de notre vie quotidienne qui ont posés soucis

L'Art thérapie excellente solution quand on a l'intuition que développer sa créativité serait un moyen pour se reconstruire

La Psycho-généalogie s'adresse à tous ceux qui pensent que l'origine de leur problème se tient dans les méandres de l'histoire familiale (ancêtres tels que parents, grands parents, etc)

La Thérapie familiale et de couple démarche utile lorsqu'un couple ou une famille (parents/enfants vivant sous le même toit) sont confrontés à des difficultés durables. Il faut savoir que très souvent, les problèmes se répercutent sur la famille et plus encore lorsqu'il s'agit des enfants et des adolescents;

2.3 – LES THERAPIES LONGUES, un lent voyage vers soi-même pendant plusieurs mois ou années

La Psychanalyse s'applique à tous types de problèmes à condition que le patient ait l'intuition que ses souffrances sont liées à un savoir inconscient qui lui échappe.

La psychothérapie analytique identique à la psychanalyse avec un cadre plus souple.

Que ce soit l'une ou l'autre méthode qui nous parle le plus, l'essentiel est de trouver le motif et l'énergie pour s'autoriser à aller mieux, en estimant que l'on a suffisamment souffert dans l'incompréhension des origines de son mal être.

La prochaine publication de la gazette d'Alsace Cardio fera l'objet de l'approfondissement d'une ou des causes qui incitent à entrer en thérapie comme par exemple, cette incompréhension du pourquoi peut surgir la maladie cardiaque. Parce-que la survenue brutale d'un infarctus du myocarde n'a pas que des origines physiques mais également psychiques. Neuf infarctus sur dix sont dus à nos modes de vie. Il est prouvé que le stress, l'anxiété ou la dépression sont des facteurs de risque. Et inversement… Irène BALD

« La belle aventure du sport sur ordonnance" à MULHOUSE »

Une activité devenue "essentielle" pour Martine, 65 ans.

Il est inutile d'attendre d'être malade pour commencer une activité physique adaptée. Marine GAUDIN, 65 ans, suit depuis l'an dernier un cours de gymnastique à Mulhouse, une fois par semaine, avec Alsace-Cardio, une association de familles, malades ou opérés cardiovasculaires. Les cours sont accessibles à tous et l'ambiance est excellente, se réjouit-elle.

Sous la direction de William CHARPIER, un coach très pédagogue, explique l'importance de bien exécuter les mouvements. Chaque séance commence par des exercices de relaxation, puis la quinzaine de participants dégourdit les articulations par des mouvements circulaires, apprend à contrôler sa respiration, travaille son équilibre pour éviter les chutes.

Pour Martine, ces séances sont devenues "une activité essentielle". Elles constituent aussi un moment de détente et une manière de rompre avec l'isolement.
Il ne faut surtout pas hésiter à venir.

Le vendredi de 10h à 11h
Séances assurées par William CHARPIER
Adresse : La Milusina
11 rue des Gymnastes à Mulhouse
Contact : Pierre VIRTEL
Tél 06 48 61 31 77

Rappel pour nos lecteurs :

William CHARPIER est professeur agrégé d'EPS (Éducation physique et sportive), Docteur en sciences et techniques des activités physiques.
Les séances de sport proposées par William ne sont pas agressives; il rappelle qu'il est important de bouger tout en restant dans sa zone de confort.
Dans le groupe, nous retrouvons également le Vice-président d'Alsace-Cardio Pierre VIRTEL 77 ans.

MOT DU TRESORIER

Nous ne sommes qu'en début d'année, mais vous pouvez d'ores et déjà payer la cotisation de 25€ soit par chèque, soit par virement sur le compte Crédit Mutuel :
FR76 1027 8032 6000 0203 5940 134
BIC CMCIFR2A.

Merci Henri SPINNER

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.

Carnet décès :

Mr DOSSMANN Edouard
Mme VOLTZ Anne-Laure
Mme SCHWENCK Yvonne

La cigarette, le tabac et notre coeur

TABAGISME : Fumer empâte et affaiblit le cœur

Les fumeurs ont un système cardiaque de plus en plus empâté et affaibli, alerte cette équipe de cardiologues de l'hôpital Herlev et Gentofte (Copenhague). L'étude, présentée lors du congrès 2022 de la Société Européenne de Cardiologie, qui documente dans le détail les différents dommages cardiaques du tabagisme, révèle également un effet nocif « dose-dépendant » : plus la personne fume et plus sa fonction cardiaque se dégrade. Et seules certaines fonctions cardiaques peuvent être restaurées, partiellement, après l'arrêt du tabac.

Les grands effets du tabagisme sur le système cardiaque ont déjà bien été documentés : « le tabagisme provoque l'obstruction des artères, la maladie coronarienne, les accidents vasculaires cérébraux (AVC) entre autres effets », rappelle l'auteur principal, le Dr Eva Holt, de l'hôpital de Copenhague.

Selon l'Organisation mondiale de la santé (OMS), le tabac tue plus de 8 millions de personnes chaque année. Le tabagisme est ainsi responsable d'1 décès évitable sur 2 chez les fumeurs, dont la moitié sont donc liés à des maladies cardiovasculaires athérosclérotiques telles que les crises cardiaques et les accidents vasculaires cérébraux.

On sait également que le tabagisme est associé à un risque plus élevé d'insuffisance cardiaque, une condition qui empêche le muscle cardiaque de pomper le sang dans le corps aussi bien qu'il le devrait, généralement parce qu'il est trop rigide ou affaibli. Le corps ne reçoit pas suffisamment d'oxygène et de nutriments pour fonctionner normalement.

Cependant, le lien entre le tabagisme et la structure et la fonction cardiaques n'a pas été entièrement décrypté. Mais cette nouvelle étude va plus loin : elle montre à quel point fumer conduit également à un cœur à la fois épaissi et affaibli : en d'autres termes, les fumeurs ont un plus petit volume de sang dans la cavité cardiaque gauche et moins de puissance pour le pomper vers le reste du corps.

« Plus vous fumez, plus votre fonction cardiaque se détériore ».

L'étude a analysé les données de la 5th Copenhagen City Heart Study qui porte sur les facteurs de risque et les maladies cardiovasculaires en population générale. 3.874 participants âgés de 20 à 99 ans, âgés en moyenne de 56 ans, à 43 % des femmes, exempts de maladie cardiaque à l'inclusion, ont renseigné par questionnaire auto-administré leurs antécédents de tabagisme, ce qui a permis à l'équipe d'estimer pour chacun le nombre de paquets-années, c'est-à-dire le nombre de cigarettes fumées tout au long de la vie. Un paquet-année correspond à 20 cigarettes fumées chaque jour pendant un an.

Les participants ont subi une échocardiographie et les chercheurs ont comparé les mesures d'échocardiographie des fumeurs actuels par rapport aux non-fumeurs après ajustement pour l'âge, le sexe, l'indice de masse corporelle (IMC), l'hypertension, l'hypercholestérolémie, le diabète et la fonction pulmonaire.
18 % des participants étaient fumeurs actuels,
40,9 % d'anciens fumeurs,
40,5 % n'avaient jamais fumé.

Comparativement aux personnes n'ayant jamais fumé, les fumeurs actuels ont un cœur plus gros, plus faible et plus lourd ;
l'augmentation du nombre de paquets-années est associée à une diminution de la quantité de sang pompé ;
le tabagisme actuel et les paquets-années accumulés sont donc associés de manière dose-dépendante à une aggravation de la structure et de la fonction de la cavité cardiaque gauche, la partie la plus importante du cœur ;
sur une période de 10 ans, les participants qui ont continué à fumer ont développé des cœurs encore plus épais, plus lourds et plus affaiblis, avec une capacité encore réduite de pomper le sang que les non-fumeurs.

L'étude apporte donc une nouvelle information aux fumeurs, sous forme de mise en garde : fumer non seulement endommage les vaisseaux sanguins, mais lèse également directement le cœur.

Cependant son message reste positif : « le cœur peut récupérer dans une certaine mesure avec l'arrêt du tabac, il n'est donc jamais trop tard pour arrêter ».
DE

Source: European Society of Cardiology (ESC) Congress 2022 26 Aug, 2022
Session Risk stratification with echocardiographic parameters The effects of smoking on cardiac structure and function in a general population
Plus sur le Tabagisme
Cette actualité a été publiée le 5/10/2022 par Équipe de rédaction Santélog

Octobre rose chez CATALENT Pharma à BEINHEIM

Isabelle GEORG et Jacques CERF se sont rendus le 19.10.2022 à l'Entreprise CATALENT Pharma Solutions à Beinheim sur invitation d'un « Réseau de femmes ».

A l'occasion de la campagne «Octobre Rose», elles nous ont demandé d'intervenir sur le « Cœur des Femmes » et les risques cardiovasculaires.

Isabelle GEORG est intervenue à deux reprises devant une cinquantaine de personnes pour sensibiliser essentiellement le personnel féminin sur les risques cardiovasculaires spécifiques chez les femmes.

Elle a mis l'accent sur un facteur de risque sous-estimé qui est le cocktail explosif « cigarette et pilule ». Elle a parlé de l'augmentation des maladies cardiovasculaires chez la femme après la ménopause à cause des différents facteurs communs aux deux sexes, à savoir l'hypertension, le stress, ainsi que l'abus de cigarette et d'alcool, l'alimentation déséquilibrée, la sédentarité etc.

Elle a proposé également une mesure de tension. Seulement 15 personnes sur 50 ont accepté cette mesure. Deux tensions se sont révélées "hautes" avec un conseil de consulter le médecin traitant.

Jacques Cerf, pendant ce temps a présenté l'Association et distribué les brochures d'Alliance du Cœur.

Notre intervention de ce jour a été très appréciée et une cagnotte sera versée à l'Association. JC & IG

Le scandale des opérations inutiles… et comment les éviter.

Incroyable, de l'avis même des blouses blanches, 20% des opérations médicales seraient superflues. Quand elles ne sont pas dangereuses…

Devant des problèmes de dos, de prostate, de thyroïde, de cataracte, de douleurs importantes, etc…, la chirurgie n'est pas toujours la meilleure option.

Il est important de mesurer la nécessité. Il n'existe pas de liste officielle des opérations les plus couramment pratiquées inutilement, mais elles sont importantes dans de nombreuses spécialités. Une opération doit être pratiquée pour de bonnes raisons et les risques ne doivent pas l'emporter sur les bénéfices car nombreux sont les effets secondaires et le patient peut subir des effets délétères associés aux soins sans en retirer aucun avantage.

Le «surtraitement» chirurgical semble concerner de nombreuses spécialités aussi diverses que la rhumatologie, l'ophtalmologie la gynécologie et même la cancérologie. Il faut absolument prendre conscience qu'il est important d'évaluer la balance bénéfices/risques d'une intervention avant de s'engager pour une opération.

Les intérêts financiers influencent considérablement l'excès des interventions chirurgicales et des examens en amont. Dans les années 2000, il a été décidé de financer les hôpitaux en fonction de leur activité. Cela a poussé les établissements de santé à facturer davantage pour garder leurs finances à l'équilibre. Quelques exemples parmi tant d'autres : En France, une femme sur cinq accouche par césarienne; une étude publiée en 2014 précise que cette opération aurait pu être évitée. Les césariennes sont pratiquées en excès notamment pour des raisons d'organisation.

Il en va de même pour l'ablation de la prostate dont le traitement qui suit peut être lourd de conséquences. Autre cas : en cas d'hernie discale, il est prouvé dans 80% des cas, qu'un traitement avec antalgiques et anti-inflammatoire fonctionne et amène à la guérison.

Conclusion :

***Lorsqu'on vous propose une intervention chirurgicale et que vous ne savez quelle décision prendre, vous pouvez demander conseil auprès d'un autre chirurgien ou de votre généraliste. MK

(d'après un article dans Que Choisir (Héloïse Rambert)

Marches adaptées avec Alsace-Cardio

Dans le nord de l'Alsace :
Marches proposées par
le Dr Karin INSEL
***Tél. 06 33 09 29 29
email : karin.insel@gmail.com

à DRULINGEN marche tous les lundis, rendez-vous devant le ci metière, circuit de 4 km environ.

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

Dans le centre-Alsace, tous les vendredis matin à 10h à Sainte-Croix-en-Plaine. Séances assurées par Gaby FREY . Les séances ont repris le 23 septembre 2022 en salle à Sainte-Croix-en-Plaine.
Contact : Gaby FREY tél 06 75 98 72 37 - email : dlgy7887@gmail.com
Ou Mirianne KNICHEL tél. 06 43 03 67 57 - email : mirianne.knichel@gmail.com

Dans le nord de l'Alsace, Le Dr INSEL propose
- les séances d'Activité Physique Adaptée à Waldhambach, salle polyvalente, tous les lundis :
  de 14h30 à 15h30: Pilates et de 15h30 à 16h30: Gym Douce
- à Weislingen à l'école tous les mardis de 19h à 20h: Pilates

Contact : tél. 06 33 09 29 29 email : karin.insel@gmail.com

À Strasbourg tous les 2ème et 4ème vendredi du mois de 10h à 12h au parc Kurgarten **.** Contact Isabelle GEORG -Tél : 06 70 78 94 79

Dans le sud de l'Alsace, à Mulhouse :

Le vendredi de 10h à 11h - séances assurées par William CHARPIER
La Milusina - 11 rue des Gymnastes à Mulhouse
Contact : Pierre VIRTEL - Tél 06 48 61 31 77

COMITE ALSACE-CARDIO 2022

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 Marie-Paule	Secrétaire-adjointe	14 rue du Général Henri de Vermejoul - KIENTZHEIM 68240 KAYSERSBERG-VIGNOBLE	06.82.40.87.80	marie-haessely@bbox.fr
SPINNER Henri	Trésorier	8 rue du Neufeld 68920 WINTZENHEIM	03.89.79.20.48 06.08.93.47.90	henri.spinner@neuf.fr
HOBEL Michèle	Trésorière-adjointe	7a rue Geisbourg 68240 KAYSERSBERG-VIGNOBLE	06.76.74.25.85	michele.hobel@orange.fr
Bureau : 6 personnes				
BOULANGER Gérard		6 rue de l'Ecole 67250 KUTZENHAUSEN	03.88.80.58.98	gerard.boulanger505@orange.fr
CERF Jacques		3 rue de Wesserling 67100 STRAS BOURG	03.88.51.85.55 06.09.85.95.96	jacques@jcerf.fr
CHARPIER William	Docteur en STAPS	9 rue du Limousin 68270 WITTENHEIM	06.25.82.52.54	william.charpier@evhr.fr
EHRHART Denise	Infirmière	3 rue des Vergers 68920 WETTOLSHEIM	06.78.41.39.19	denise.ehrhart68@gmail.com
FABIAN Antoine		3 rue des Vignes 68800 RODEREN	03.89.37.18.19	fabian.antoine@free.fr
FOERNBACHER René		11 rue du Colonel Eggenspieler 68390 SAUSHEIM	03.89.66.33.73	
GEORG Isabelle	Psycho- thérapeute	16 rue du Chêne 67100 STRASBOURG	06.08.52.97.40	isabelle.georg-bentz@wanadoo.fr
INSEL Karin	Médecin	4 rue du Dr. Schneider 67320 DRULINGEN	06.33.09.29.29	karin.insel@gmail.com
LINKS François		25 rue du Général 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
VONTHRON Christiane	Infirmière	9 rue du Calvaire 68127 STE CROIX EN PLAINE	06.88.38.62.92	c-vonthron@hotmail.fr
Administrateurs : 11 personnes				
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	06.69.63.43.84 03.69.19.60.74	roland.wittmann@numericable.fr
Délégués : 3 personnes				
MULLER Olivier	Be-Bold	Site: www.alsace-cardio.org		2022 05 18 MK /MPH

La Gazette 56

Janvier 2023

Directeur de la publication :
Daniel EMMENDOERFFER

Rédaction - conception
et mise en page :
Mirianne KNICHEL

Editorial :
Daniel EMMENDOERFFER

Rédacteurs :
Daniel EMMENDOERFFER
Pierre VIRTEL
Mirianne KNICHEL
Irène BALD
Jacques CERF
Isabelle GEORG

Impression par les
Papillons Blancs de

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

Journée du Cœur à

STRASBOURG 21 avril 2023
au Pavillon Joséphine

Thème : l'AVC

La Table ronde sera animée par Emmanuel LANGLOIS
De 10h à 11h15 avec comme invités :

- Le Pr WOLFF, Neurologue,
- Le Pr ROUL, Cardiologue
- Et un patient de France AVC
- Conférence sur l'après AVC

Différents ateliers :
Sophrologie—Qi Gong—atelier diététique— Dépistage Hépatites— Gestes d'urgences - etc….

1er janvier - Victor Hugo

Enfant, on vous dira plus tard que le grand-père
Vous adorait ; qu'il fit de son mieux sur la terre,
Qu'il eut fort peu de joie et beaucoup d'envieux,
Qu'au temps où vous étiez petits il était vieux,
Qu'il n'avait pas de mots bourrus ni d'airs moroses,
Et qu'il vous a quittés dans la saison des roses ;
Qu'il est mort, que c'était un bonhomme clément ;
Que, dans l'hiver fameux du grand bombardement,
Il traversait Paris tragique et plein d'épées,
Pour vous porter des tas de jouets, des poupées,
Et des pantins faisant mille gestes bouffons ;
Et vous serez pensifs sous les arbres profonds.

MK