

## LE MOT DU PRESIDENT

BÉNÉVOLAT....ASSOCIATION.....VOLONTARIAT....

Du vocabulaire, des mots simples que nous entendons, que nous utilisons et qui font aussi l'objet de nombreux débats, Des mots usuels pour lesquels chacune, chacun d'entre nous et l'ensemble de nos concitoyens ont un avis, parfois tranché, sur tout ce que cela peut représenter.

Afin d'éviter toute ambiguïté, erreur ou fausses idées et de ce fait des débats sans fin il n'est jamais inutile de revenir aux fondamentaux, à savoir la définition de ces appellations.

**BENEVOLAT** : le bénévolat, c'est le fait de s'engager librement sur son temps personnel pour une action au service des autres de manière non rémunérée.

**VOLONTARIAT** : le volontariat, c'est le fait de s'engager à temps plein pour une durée définie et dans le cadre d'une mission précise donnant lieu à une indemnité de subsistance ( Per Diem) qui n'est pas un salaire.

**ASSOCIATION** : Une association est un groupement de personnes volontaires réunies autour d'un projet commun ou partageant des activités mais sans chercher à réaliser des bénéfices. Les buts sont divers : sportifs, défense des intérêts des membres, humanitaires, promotion d'idées, d'œuvres, prévention, santé....

Afin de résumer :

**Bénévolat** : Temps partiel. Temps libre. Pas d' indemnité.

**Volontariat** : Temps plein. Encadrement par un organisme à but non lucratif. Indemnité.

**Association** : Au minimum 2 personnes qui se mettent d'accord sur son objet. Elles en rédigent les statuts qui présentent l'objet, les organes dirigeants et la personne habilitée à représenter cette association et en indiquant le siège social ou son adresse.

*La liberté d'association a été acquise par la loi WALDECK-ROUSSEAU du 01 juillet 1901*

Plusieurs types d'associations :

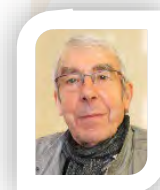
**Association simple**, non déclarée en Préfecture

**Association déclarée en préfecture** (de ce fait, l'association a une personnalité juridique) avec l'obligation d'informer le service de la Préfecture à chaque AG si des modifications interviennent au niveau de l'adresse, la liste des dirigeants, les statuts.

**Association Agrée** : Association déclarée qui reçoit un agrément de certains ministères.

**Associations Reconnues d'Utilité Publique** : Doit remplir nombre d'obligations en terme de durée d'existence, de budget minimum, de couverture territoriale de ses actions, du nombre de ses adhérents...

**Associations d'intérêt général** : Obligations d'activités non lucratives, d'une gestion désintéressée et d'avoir un cercle étendu de bénéficiaires.





Quelques remarques concernant les associations, et plus particulièrement notre association FRANCE AVC 21, relatives à leur rôle, leurs actions, leur représentativité, leurs méthodes.....

Au sein de notre association, il nous faut avoir l'humilité de penser que notre représentativité des patients et des Aidants est partielle, incomplète et que nous ne représentons qu'un faible pourcentage de l'ensemble des patients victimes d'un AVC/AIT et de leurs aidants.

Des patients et des aidants sont également représentés par d'autres associations pas forcément représentatives des patients AVC/AIT telles les associations d'usagers des hôpitaux, des handicapés....

Des patients AVC/AIT non adhérents à notre association peuvent s'exprimer librement, ponctuellement et individuellement ou en se regroupant, parfois de façon temporaire, afin de résoudre un problème et/ou obtenir réparation.

Il faut être conscient que l'adhésion des patients et aidants est difficile. Dans un premier temps, les patients AVC/AIT et leurs aidants cherchent une aide, des conseils et il est impératif que nous soyons à leur écoute et que nous faisons ce qui en pouvoir de l'association pour leur apporter les réponses et les soutenir. Ensuite, ces personnes essayent de vivre leur nouvelle situation sans forcément se rapprocher de l'association. Il nous faut accepter ce choix et cela doit être intégré dans notre fonctionnement, notre façon d'agir, notre état d'esprit.

Dans son fonctionnement, notre association doit être à l'écoute, elle se doit d'être présente autant que faire se peut afin de se faire connaître et que son travail, ses actions soient les bases de sa reconnaissance.

De ce fait, notre association doit se faire connaître, reconnaître et surtout être crédible.

Notre association a aussi un rôle formateur et explicatif envers ses adhérents afin que les sujets débattus le soient en toute connaissance.

Elle se doit de toujours respecter et faire respecter par ses adhérents en particulier, et les citoyens en général, l'ensemble du personnel du monde hospitalier, des organismes prodiguant des soins, des personnes au service des autres.

Elle doit, ainsi que ses adhérents, respecter la charte laïque des organismes avec lesquels elle est en relation.

Notre association doit garder à l'esprit que si la santé n'a pas de prix, elle a, malgré tout, un coût financé par l'ensemble des citoyens.

Notre association doit être persuadée qu'elle ne possède pas toutes les données, elle n'a pas toutes les connaissances. De ce fait, ses propositions peuvent ne pas être applicables ou ne peuvent recevoir qu'une réponse positive partielle.

Notre association FRANCE AVC 21 doit mener ses actions, faire ses propositions ou suggestions dans l'intérêt général et au bénéfice du plus grand nombre.

Ce ne sont que quelques réflexions sur le monde associatif en général et notre association en particulier et l'esprit qui l'anime. Elles ne sont évidemment pas des vérités absolues, ni des certitudes mais plus un état d'esprit qui peut amener des échanges, des réflexions au sein de nos adhérents mais aussi non adhérents et toutes les personnes avec qui nous pouvons être en contact.

**1,3 MILLION D'ASSOCIATIONS EN FRANCE**

**16 MILLIONS DE BÉNÉVOLES**

**23 MILLIONS DE PERSONNES ÂGÉES DE PLUS DE 14 ANS SONT MEMBRES D'UNE ASSOCIATION**

*Alain Morino-Ros*

## PELE-MELE

Et si nous parlions des dates des vacances scolaires

### ■ CALENDRIER DES VACANCES SCOLAIRES 2023-2024

Début des cours  
le 4 septembre 2023  
et fin des cours  
le 6 juillet 2024.

#### **Zone A** Académies :

Lyon, Bordeaux, Besançon,  
Clermont-Ferrand, Dijon,  
Grenoble, Limoges, Poitiers.

#### **Zone B** Académies :

Aix-Marseille, Lille, Nantes,  
Rennes, Strasbourg, Amiens,  
Normandie, Nancy-Metz,  
Nice, Orléans-Tours, Reims.

#### **Zone C** Académies :

Paris, Créteil, Versailles,  
Montpellier, Toulouse.

### VACANCES DE LA TOUSSAINT

**Toutes les zones**  
du 21 octobre au  
6 novembre 2023

### VACANCES DE NOËL

**Toutes les zones**  
du 23 décembre 2023  
au 8 janvier 2024

### VACANCES D'HIVER

#### **Zone A**

du 17 février au 4 mars 2024

#### **Zone B**

du 24 février au 11 mars 2024

#### **Zone C**

du 10 au 26 février 2024

### VACANCES DE PRINTEMPS

#### **Zone A**

du 13 au 29 avril 2024

#### **Zone B**

du 20 avril au 6 mai 2024

#### **Zone C**

du 6 au 22 avril 2024

### PONT DE L'ASCENSION

#### **Toutes les zones**

du 8 au 13 mai 2024

## BIEN VIVRE ENSEMBLE

Pas besoin de frapper  
pour faire mal !  
Les mots font mal  
Le silence fait mal  
Une trahison fait mal  
Un rejet fait mal  
L'INDIFFERENCE  
FAIT MAL

## NUMEROS D'URGENCE

Des Numéros que nous connaissons, bien, un rappel ne fait jamais de mal, (numéros 24/24H, gratuits)

Urgence médicale (Samu)	<b><u>15</u></b> (tel:15)
Police - Gendarmerie	<b><u>17</u></b> (tel:17)
Pompiers	<b><u>18</u></b> (tel:18)
Numéro d'urgence européen (permettant d'accéder aux trois services ci-dessus)	<b><u>112</u></b> (tel:112)
Samu social	<b><u>115</u></b> (tel:115)
Enfants disparus	<b><u>116 000</u></b> (tel:116000)
Enfance en danger	<b><u>116 111</u></b> (tel:116111)
Permanence de soins ambulatoires (médecins de garde)	<b><u>116 117</u></b> (tel:116117)
Personnes déficientes auditives	<b><u>114</u></b> (tel:114)
Urgence aéronautique	<b><u>191</u></b> (tel:191)
Urgence maritime	<b><u>196</u></b> (tel:196)
Alerte attentat - Alerte enlèvement	<b><u>197</u></b> (tel:197)

## 20 % DE SEL EN MOINS !!!

BRAVO A NOS BOULANGERS PREFERES ! 20 % de sel en moins !!!

C'est ce qu'affichent depuis 2015 nos baguettes et pains les plus courants !


Un très gros effort de la part de nos boulangers !

Mais ce n'est pas tout! Ils nous promettent de réduire encore de 10% dans toutes les catégories d'ici 2025 !!!!

**BRAVO A LA FILIERE !**

**CES ACTIONS SONT FAVORABLES A NOTRE SANTE**

(Ministère de l'agriculture juillet 2023)



L'apprentissage de la géométrie : La pizza est ronde, elle est ensuite mise dans un carton carré et nous la dégustons en triangle...

# Téléphonie fixe et internet : comment anticiper la fin du réseau cuivre ?

Publié le 19 juin 2023 - Direction de l'information légale et administrative (Première ministre)



Crédits : xiaoliangge - stock.adobe.com

Le réseau cuivre historique, qui fournit le téléphone, internet et la télévision, va disparaître progressivement au profit de la fibre optique, technologie plus puissante. Échéances, technologies concernées, opérateurs... [Service-Public.fr](https://www.service-public.fr) vous en dit plus sur la fermeture du réseau cuivre.

À partir de 2023 et jusqu'en 2030, le réseau cuivre d'Orange, utilisé pour le téléphone fixe, Internet (ADSL, SDSL, VDSL) et la télévision, est amené à disparaître progressivement.

Cet arrêt s'inscrit dans la priorisation donnée par le gouvernement au déploiement de la fibre optique, via le [Plan France Très Haut Débit](#) et l'accélération de l'adoption de la fibre sur tout le territoire depuis la crise sanitaire.

## Pourquoi la fermeture du réseau cuivre ?

Le réseau téléphonique et internet est fondé depuis 50 ans sur une technologie dite « cuivre » qui arrive dans votre logement ou votre local professionnel via une prise en forme de T.

Le réseau cuivre permet d'accéder à l'internet DSL (*Digital Subscriber Line*, ligne d'accès numérique), de passer des appels téléphoniques ou encore de connecter certains appareils tels que les téléalarmes ou les téléassistances.

L'opérateur Orange est propriétaire du réseau cuivre et fermera progressivement celui-ci sur tout le territoire d'ici à 2030.

Ce chantier de fermeture s'inscrit dans la dynamique de modernisation des infrastructures de téléphonie fixe et d'internet qui constitue l'une des priorités du gouvernement. En effet, le réseau cuivre est vieillissant et connaît des problèmes de qualité de service qui s'accroissent. La fibre optique, qui consomme en moyenne quatre fois moins d'énergie que le cuivre, est progressivement installée car elle se révèle plus résiliente.

Ce chantier de fermeture associera les services de l'État, l'ensemble des opérateurs ainsi que les collectivités territoriales.

## Qui est concerné par l'arrêt des services de téléphonie fixe et d'internet DSL ?

Même si Orange n'est pas votre fournisseur, tous les abonnés à un service ADSL (*Asymmetric Digital Subscriber Line*, liaison numérique asymétrique) ou téléphonique via la prise en T sont concernés.

- Si vous utilisez un service de téléphonie fixe et/ou d'internet ADSL connectés via une prise en T, vous êtes concerné car ce branchement correspond à une arrivée du réseau cuivre dans votre logement.

- Si vous avez souscrit à un abonnement via la fibre optique, c'est-à-dire si votre box est branchée à un **boîtier blanc** (sans prise en T) et que votre facture mentionne la fibre optique, alors vous n'êtes pas concerné.

Pour conserver votre accès téléphonique et internet, vous devrez passer à un abonnement via la fibre optique, ou toute autre technologie, avec l'opérateur de votre choix.

▲ **Attention** : il convient d'anticiper la transition afin d'éviter la précipitation à l'approche de la fermeture : les opérateurs seront très sollicités et votre raccordement risque de prendre plus de temps.

➔ **À savoir** : le plan de fermeture du réseau cuivre se déroulera par **lots de communes**. Lorsque votre commune sera concernée, vous serez averti par un **courrier de votre opérateur**.

## Suis-je éligible à la fibre optique ?

Pour vérifier votre éligibilité à la fibre optique, vous pouvez entrer votre adresse sur la [page dédiée](#) de l'Arcep (Autorité de régulation des communications électroniques, des postes et de la distribution de la presse).

Si vous êtes éligible, vous pourrez vous renseigner sur les abonnements **grand public** et contacter l'opérateur qui a votre préférence afin de faire raccorder votre logement.

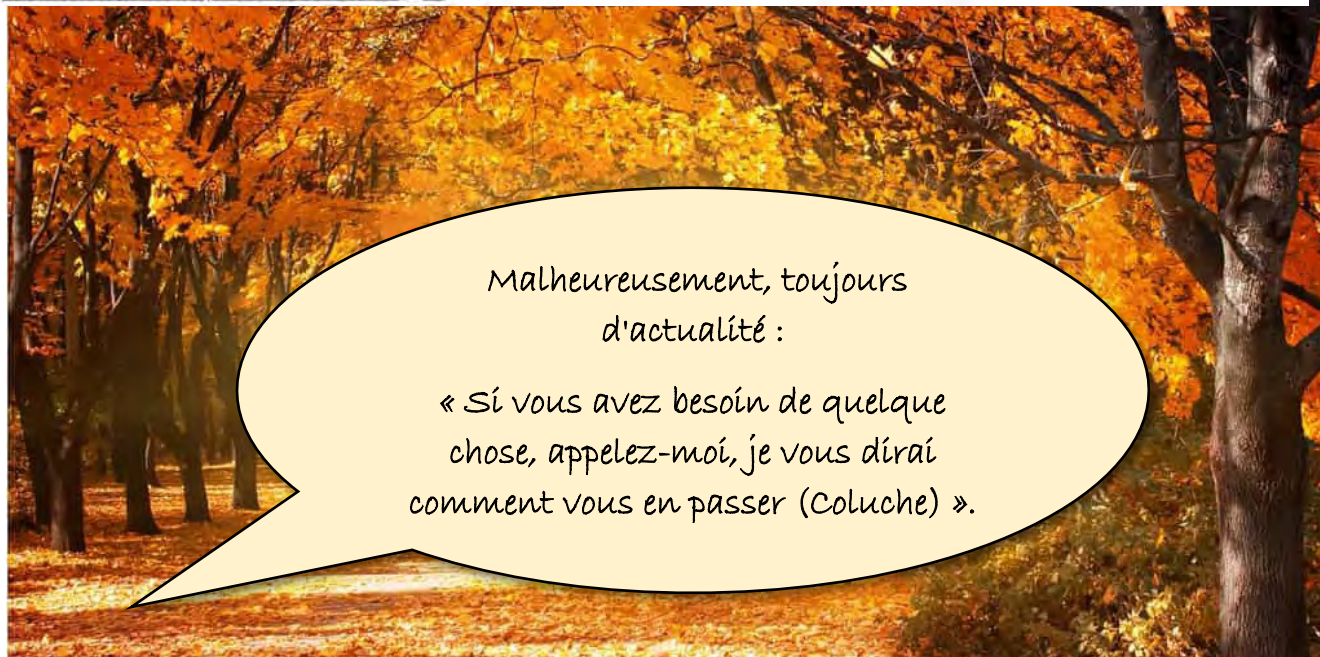
Si votre abonnement actuel se limite au téléphone seul, il vous sera possible de **souscrire le même type d'offre** une fois passé à la fibre optique, il s'agit d'un engagement des opérateurs.

✍ **À noter** : plus de 80 % des français sont éligibles aujourd'hui à la fibre optique et plus de la moitié ont déjà souscrit à un abonnement.

## Comment me renseigner sur la fermeture du réseau cuivre ?

Le plan de fermeture d'Orange est encadré par le régulateur des télécommunications, l'Arcep. Celui-ci met à votre disposition une [foire aux questions](#).

Vous pouvez également consulter les éléments mis à votre disposition par la [Fédération française des télécoms](#).



# LA PRISE EN CHARGE DES TRANSPORTS EN LIEN AVEC LES SOINS OU LES EXAMENS

## REMBOURSEMENTS ET PRESTATIONS

Dans certaines situations, on peut avoir besoin d'un transport pour recevoir des soins, réaliser des examens ou pour rentrer chez soi après une hospitalisation. L'Assurance Maladie peut prendre en charge ces frais de transport de façon partielle ou totale sur prescription médicale du médecin, si l'état de santé de la personne le justifie et sous certaines conditions.

### La prescription de transport est une prescription médicale à part entière

Le médecin remet à son patient une prescription médicale de transport. Comme son nom l'indique, il s'agit d'un acte médical. La prescription doit être établie avant que le transport ne soit effectué. C'est le médecin qui décide du mode de transport adapté à l'état de santé et au niveau d'autonomie du patient.

### Les différents modes de transport et leur prise en charge

Il existe plusieurs types de transport adaptés à la situation de la personne :

- ambulance ;
- transport assis professionnalisé : taxi conventionné et véhicule sanitaire léger(VSL) ;
- véhicule personnel ou celui d'un proche ;
- transports en commun (bus, métro, train...) ;
- avion ;
- bateau (en lignes régulières).

Le mode de transport est indiqué sur la prescription du médecin.

*A méditer : Si la vie est l'équivalent d'une semaine, compte tenu de mon âge j'arrive au week-end . ...j'espère, simplement, que le lundi soit férié.... (François MOREL).*



## SECURITE ROUTIERE

Comment mieux protéger les cyclistes (ou trottinettes) lorsque nous sortons de l'habitacle de notre voiture ? Une méthode toute simple, un réflexe à adopter...

### La Délégation à la sécurité routière (DSR) lance une campagne pour protéger les cyclistes

Vélos, trottinettes, engins de déplacement personnel motorisés en tout genre... les nouvelles mobilités augmentent significativement, les accidents de ceux qui les utilisent, aussi. Pour mieux protéger ces usagers très vulnérables, la sécurité routière promeut, à travers une nouvelle campagne, l'adoption d'un nouveau réflexe très simple pour sortir de l'habitacle : « Portière gauche, main droite ; portière droite, main gauche ».

La VÉLO est l'un des modes de déplacement enregistrant la plus forte hausse de mortalité en 2021 par rapport à 2019 (+ 21 %).

En 2021, 227 cyclistes sont décédés et on estime à 41 000 le nombre de cyclistes blessés de gravité mineure et 3 000 blessés graves, soit + 17 % par rapport à 2021.

130 cyclistes sont morts hors agglomération et 97 en agglomération.

24 utilisateurs d'engin de déplacement personnel motorisé (EDPM) sont décédés en 2021 soit 14 de plus par rapport à 2019.

Le nombre de blessés a triplé en 2019 et 2021 (passant de 554 à 1 360 blessés).

Parmi les 41 décès d'EDPM sur les trois dernières années, 35 ont eu lieu en ville et 25 ont eu lieu la nuit<sup>1</sup>.

Rappel : l'UNAFTC siège dans plusieurs instances pour représenter

les personnes cérébro-lésées et leurs familles et défendre leurs intérêts et leurs droits : au CNCPH, au Collectif Handicaps, au CFHE, au comité de suivi des GEM, à l'Observatoire de l'habitat inclusif, au CCAH, à l'UNAASS France asso santé, à la CNSA, à l'IRME, au CCAH et au Conseil national de la sécurité routière (CNSR).

Le Conseil national de la sécurité routière (CNSR) est une instance créée à l'origine par décret du 28 août 2001 réunissant l'ensemble des parties prenantes du champ de la sécurité routière dont les associations comme l'UNAFTC. Il a pour mission principale de conseiller les pouvoirs publics dans le domaine de la sécurité routière. Force de proposition, ses recommandations se doivent d'être innovantes, audacieuses, démonstratives et pertinentes.

PORTIÈRE GAUCHE, MAIN DROITE



PORTIÈRE DROITE, MAIN GAUCHE





L' HAS (HAUTE AUTORITE DE SANTE) récompense le CHU

Dijon

# La Haute autorité de santé récompense le CHU

Le CHU Dijon-Bourgogne vient d'être certifié avec la mention "Qualité des soins confirmée" par la Haute autorité de santé (HAS), obtenant ainsi le deuxième rang le plus élevé dans la hiérarchie des notations.

Via un communiqué de presse, l'établissement dijonnais réagit : « Cette décision récompense l'implication remarquable et le haut niveau de compétences de tous les professionnels de l'établissement. L'évaluation, réalisée au plus près des patients et des professionnels durant une semaine, démontre l'engagement collectif de la communauté hospitalière dans la démarche d'amélioration continue ».

## Une certification qualité

La certification est une procédure d'évaluation indépendante portant sur la qualité et la sécurité des soins d'un établissement de santé. Obligatoire



Photo archives Vincent Lindeneher

depuis plus de vingt ans, elle concerne tous les établissements de santé, publics et privés. Elle est réalisée tous les quatre ans par des professionnels en exercice en provenance d'autres établissements de santé (des pairs) mandatés par la HAS, les experts-visiteurs.

« Plus de 90 évaluations ont été réalisées sur l'ensemble des sites du CHU Dijon Bourgogne, du 27 février au 3 mars 2023. Neuf experts-visiteurs, professionnels de santé formés par la Haute autorité de santé, sont allés à la rencontre des équipes ».

● A. R.



MÉTROPOLE DIJONNAISE

# Bientôt deux bâtiments à Dijon pour la formation en chirurgie dentaire

La Bourgogne-Franche-Comté était jusqu'à septembre l'une des trois seules régions de France à ne pas proposer de formation en odontologie. Un état de fait qui ne serait pas sans rapport avec le manque de dentistes sur son territoire. Pour pallier ce problème, une nouvelle formation a été lancée à la rentrée, à Dijon. Elle nécessite la construction d'un bâtiment sur le campus et d'un autre au CHU.

**A**vec 57,8 praticiens pour 100 000 habitants, le nombre de dentistes en Côte d'Or est inférieur à la moyenne nationale (66,9). Et c'est encore pire dans le reste de la Bourgogne : ils sont 49,1 pour 100 000 habitants dans la Nièvre, 49 en Saône-et-Loire et seulement 35,1 dans l'Yonne. Une situation qui s'expliquerait notamment par l'absence de formation en odontologie dans la région. Un manque qui vient juste d'être comblé.

## Les former pour qu'ils restent

Pour avoir plus de chance que les étudiants s'installent chez nous, il faut les former ici, a résumé Françoise Tenenbaum, vice-présidente de Dijon Métropole en charge de la santé, lors du dernier conseil métropolitain, le 23 mars. Alors, quand Jean Castex (Premier ministre de l'époque, ndlr) a annoncé en décembre 2021 la création de huit nouveaux sites de formation en odontologie, dont Dijon et Besançon, l'université et l'unité de formation et de recherche des sciences de santé ont sorti immédiatement le projet que nous avons sous le coude depuis au moins quinze ans.

**Une subvention de 488 000 € pour les locaux provisoires**

En septembre, la première promotion a fait sa rentrée à Dijon. « Comme il n'y avait pas assez de locaux disponibles pour les cours, les étudiants sont accueillis dans des constructions provisoires (ins tallées sur le parking du campus) qui vont être financées par Dijon Métropole à hauteur de 488 000 €, répartis sur cinq ans », a indiqué Françoise Tenenbaum (sur un coût total de plus d'1 M€). C'est sur cette subvention à l'université de Bourgogne que les élus étaient amenés à se prononcer. Ils l'ont votée à l'unanimité. À terme, cette nouvelle formation sera localisée dans le futur bâtiment spécifique B4, santé-odontologie, à côté de la fac de médecine. Celui-ci sera financé par le contrat de plan État Région 2021-2027 (8,3 M€, dont 3,5 M€ par l'État, 3,8 M€ par la Région et 1 M€ par Dijon Métropole). Le démarrage des travaux est prévu au premier semestre 2025, pour une livraison fin 2026.



La Côte-d'Or compte moins de dentistes par habitant que la moyenne nationale. Photo d'illustration Le JS/Ketty BEYONDAS

## La première promotion d'odontologie a fait sa rentrée en septembre

Trente étudiants ont intégré, en septembre 2022, la nouvelle formation en odontologie proposée à Dijon par l'université de Bourgogne. Les effectifs augmenteront progressivement avec trente-six étudiants à la rentrée prochaine, quarante-deux en 2024, puis cin-

quante par promotion à compter de l'année scolaire 2025-2026. Accueillis depuis le début de leur formation au lycée Hippolyte-Fontaine pour leurs travaux pratiques, les étudiants ont pris leurs quartiers dans de nouveaux locaux provisoires sur le campus de Dijon, le 2 février.

En complément de ce volet universitaire, « il y a un volet hospitalier », a précisé Françoise Tenenbaum. Un autre bâtiment doit être construit, cette fois au CHU de Dijon

D'une surface de 2 700 mètres carrés, il devrait être opérationnel pour la rentrée universitaire 2025-2026. Le coût de l'opération est estimé à 18,7 M€ (à raison de 14,3 M€

pour les travaux, 3,18 M€ pour les fauteuils dentaires, 0,4 M€ pour le mobilier et 0,9 M€ pour le matériel informatique).

C. M.

A méditer également : « Quand on pense qu'il suffirait que les gens n'achètent plus pour que ça ne se vende pas ! »

(Coluche). Et si cette formule s'appliquait à certains produits cela ferait, sans doute, baisser le volume des ventes et donc certains trafics...

## UN AUTRE SERVICES DU CHU : LE SERVICE D'OPHTALMOLOGIE

Article très intéressant car la recherche, en ce domaine, se penche sur l'étude de la vascularisation de la rétine à des fins d'identification de signes de diabète, d'hypertension artérielle...

**Pr Catherine Creuzot-Garcher, la prévention sur tous les fronts**



"Femmes d'excellence", avant-dernier interview de notre série préférée ! C'est à Dijon que Le Guide de la Vue a poursuivi son reportage, auprès de la **Pr Catherine Creuzot-Garcher**. Prévenir plutôt que guérir, une évidence qui a trop tardé à devenir une priorité de santé publique pour la Pr Catherine Creuzot-Garcher, mais un objectif qu'elle a toujours eu à cœur de poursuivre, de développer et de transmettre aux futurs praticiens.

« *J'ai une chance fantastique. Je me lève tous les matins en étant contente d'aller bosser* », se réjouit la Pr Catherine Creuzot. Elle multiplie les responsabilités : cheffe du service d'ophtalmologie, présidente de la Délégation à la recherche clinique et à l'innovation (DRCI), cheffe du Pôle de recherche et santé publique du **CHU de Dijon** et co-coordinatrice de l'unité Eye and Nutrition du Centre des Sciences du Goût et de l'Alimentation de l'Institut national de recherche pour l'agriculture, l'alimentation et l'environnement (INRAE). Elle jongle quotidiennement entre ces fonctions avec plaisir et dynamisme.

***" Je suis persuadée que la recherche clinique doit participer aux enseignements des internes. Cela leur apprend à développer une rigueur scientifique, leur évite de tomber dans l'empirisme."***

Une des particularités de l'enseignement que Catherine Creuzot prodigue à ses jeunes recrues : les initier à la recherche clinique. « *Les jeunes médecins sont souvent très soucieux d'arriver à acquérir toutes les compétences pratiques (médicale et chirurgicale) leur permettant d'exercer leur métier. Nous sommes très attachés à l'enseignement clinique pratique mais je suis également persuadée que la recherche clinique doit participer aux enseignements qu'on donne aux internes. Cela les emmène vers d'autres horizons, leur apprend à développer une rigueur scientifique, à se poser les bonnes questions, à adopter les bonnes méthodes pour y répondre, à avoir un regard critique aiguisé. Cela leur évite de tomber dans l'empirisme et l'arbitraire dans la prise en charge des patients* », explique-t-elle. C'est ainsi que tous les internes du service doivent participer à la rédaction d'articles répondant à des questions médicales dans le cadre de leur thèse. « *Les internes savent que, quand ils viennent à Dijon, ça fait partie du deal* », note-t-elle tout en relevant que cette tendance, dont le service a été pionnier, tend à se répandre. « *Ces recherches se font non seulement au sein du service mais également en collaboration avec d'autres centres universitaires car les études collaboratives sont essentielles* », ajoute-t-elle.

## Vers une prévention par la nutrition

Côté recherche fondamentale, la Pr Creuzot-Garcher se félicite de sa « très belle collaboration » avec l'INRAE : « avec les chercheurs de l'unité Eye nutrition et signalisation et l'unité de Bordeaux de Cécile Dcleourt, nous avons mis en évidence un nouveau marqueur sanguin qui reflète le contenu de la rétine en lipides ». Ce taux est un facteur de risque associé à la [dégénérescence maculaire liée à l'âge \(DMLA\)](#), une pathologie oculaire qui constitue la première cause de handicap visuel chez les personnes âgées. Connaître, grâce à une simple prise de sang, cet éventuel sur-risque nutritionnel de DMLA est le premier pas vers une intervention personnalisée auprès des patients concernés, en les invitant à adopter une alimentation plus adaptée, surtout plus riche en acides gras omega-3 et moins riche en omega-6, ou en leur proposant des compléments alimentaires afin de rééquilibrer ces apports lipidiques. Autre victoire obtenue par la spécialiste : infléchir certaines décisions de l'industrie pharmaceutique. En effet, son équipe a examiné des données (sécurisées, anonymisées et mises à disposition par l'Assurance maladie) de dizaines de milliers d'actes de chirurgie ophtalmologique pratiqués à l'échelle nationale.

Avec l'aide du département d'information médicale du CHU de Dijon, sous la direction de Catherine Quantin, elle a recensé les infections apparues après une injection intravitréenne, c'est-à-dire l'injection de médicament dans la cavité de l'oeil, une technique aujourd'hui très utilisée notamment pour traiter la DMLA ou un oedème lié au [diabète](#). Grâce à des outils numériques capables de faire parler ces « big data », un lien a été trouvé entre ces infections et l'absence de conditionnement en seringue prête à l'emploi. Ces résultats ont certainement contribué à la mise à disposition de seringues pré-remplies par les laboratoires.

## Lire le risque cardiovasculaire dans un fond d'oeil

La Pr Catherine Creuzot-Garcher essaie aussi de développer une thématique dans un autre domaine innovant : l'intelligence artificielle. Son équipe participe à plusieurs projets pour mettre au point des programmes qui analysent la vascularisation de [la rétine](#) sur des images de fonds d'oeil. Ces études se font en collaboration avec les diabétologues, les cardiologues, les neurologues entre autres... L'idée serait d'identifier des marqueurs d'imagerie prédisant l'apparition de signes de diabète, d'hypertension artérielle, d'hypercholestérolémie... Ces pathologies étant elles-mêmes synonymes de risque de maladies cardiovasculaires, « cela donnerait aux médecins un nouvel outil de diagnostic et de prévention, à partir d'un examen facile à pratiquer et commun, plutôt que de prescrire des examens plus invasifs et coûteux ». « On s'est enfin rendu compte que la prévention était un bon investissement, pour les patients, comme pour le système de santé ». se réjouit-elle.



Le constat de la baisse du nombre des AVC durant les périodes de confinement (Transports extrêmement réduits, baisse important de la production industrielle...) faite par Mr le Professeur BEJOT et ses confrères neurologues de différents CHU en FRANCE nécessitait une analyse et une étude plus approfondie. Elle a été réalisée par Mr le Professeur BEJOT s'appuyant également sur les données du Registre Dijonnais des AVC et vous pourrez lire dans l'article joint les constats et les conclusions.

Un article plus important « Pollution de l'air et accidents vasculaires cérébraux ; Une urgence épidémiologique et sociétale » a également été publié par Monsieur le Professeur BEJOT.

France AVC 21 tient cet article à votre disposition.

## Une relation confirmée entre la pollution de l'air et le risque d'AVC

**Les preuves de l'effet délétère de plusieurs polluants de l'air sur certains événements ischémiques s'accroissent et n'ont rien d'anecdotique. Il s'agit d'un réel problème de santé publique.**

L'air ambiant contient des composés organiques volatils, du dioxyde d'azote (NO<sub>2</sub>), du dioxyde de soufre (SO<sub>2</sub>) ; parfois des métaux lourds, du monoxyde de carbone, de l'ozone (O<sub>3</sub>) surtout en période d'ensoleillement, des particules fines (moins de 10 µm) et ultra-fines (inférieures à 2,5 µm - PM2.5). Parmi ces composants, l'ozone et les PM2.5 ont été très étudiés, avec des résultats préoccupants à la clé.

### Patients à risque : attention à l'exposition aiguë

Depuis 1985 un registre dijonnais répertorie tous les accidents vasculaires cérébraux (AVC), y compris ceux ne donnant pas lieu à une hospitalisation. « Or, lorsque l'on s'intéresse aux polluants présents avant et après un événement vasculaire cérébral (avec ajustement sur la température, l'humidité, l'influence des épidémies), on constate qu'un pic d'ozone s'accompagne le lendemain d'une augmentation de 7 % du risque d'AVC ischémique (mais pas hémorragique), chez les hommes », remarque le Pr Yannick Bejot (service de neurologie, CHU Dijon Bourgogne). Ce sont surtout les infarctus par athérome des grosses artères qui étaient plus nombreux. Une réponse dose/effet a été observée entre l'élévation du pic d'ozone et l'augmentation du risque d'AVC ischémique. Cette relation entre l'ozone et le risque thrombotique a aussi été retrouvée pour l'infarctus du myocarde, mais uniquement pour les patients ayant des facteurs de risque cardiovasculaires (hypercholestérolémie, diabète, hypertension artérielle et/ou tabagisme). « Une météo de la pollution serait très intéressante pour alerter nos patients à risque. Cela permettrait une majoration temporaire d'un traitement et des conseils pour éviter les sorties », ajoute le Pr Bejot.

Les résultats observés sont d'autant plus inquiétants que Dijon n'est pas la ville la plus polluée de France. D'ailleurs une étude récente a porté sur 70 villes chinoises (258 millions d'habitants), ayant des taux d'ozone moyen deux fois supérieurs à ceux

observés à Dijon. Une association entre pic d'ozone et accident ischémique cardiaque ou cérébral a aussi été retrouvée, avec un effet dose. De plus, 3 % des AVC étaient liés à la pollution à l'ozone.

### Le lieu de vie en cause à long terme

L'exposition à long terme aux polluants atmosphériques (dont les PM2.5) est aussi associée à risque accru d'AVC, quels que soient le sexe, l'âge et les facteurs de risque cardiovasculaires. Elle concerne tout le monde. Le simple fait de vivre dans une zone polluée augmente les risques ischémiques, en atteste une récente étude menée sur les AVC ischémiques observés en Allemagne entre 2015 et 2019.

« Résider dans un lieu soumis à plusieurs polluants augmente les risques d'AVC, et s'accompagne d'une mortalité hospitalière plus élevée. Les sujets concernés font plus d'AVC et en décèdent davantage, surtout au-delà de 70 ans. C'est la double sanction », insiste le Pr Bejot. Parmi les explications physiopathologiques avancées, on constate une augmentation des marqueurs d'inflammation, du stress oxydant de la coagulation et de la

dysautonomie, en présence de polluants. D'après une étude chez des sujets sains publiée en 2012 (1), l'exposition au niveau d'ozone par inhalation modifiait les paramètres d'inflammation, de la coagulation (en faveur de la thrombose), ainsi que ceux mesurés au holter.

Le lien entre pollution aux PM2.5 et athérosclérose a ainsi été établi, car les particules ultra-fines inhalées se retrouvent dans le sang, les poumons et les plaques d'athérome avec un risque réel de désorganiser la plaque. Une association entre exposition aux PM2.5, source de fibrose et de phénomènes dysautonomiques, a également été trouvée avec la fibrillation atriale. « Dans le monde, selon l'endroit où l'on vit, la pollution

### Une réponse dose/effet entre l'élévation du pic d'ozone et la hausse du risque d'AVC ischémique

de l'air se classe entre le quatrième et le douzième rang des facteurs de risque d'AVC, ce qui est loin d'être négligeable. Cela demande une action collective. Dans notre pays où la population vieillit, le nombre de patients touchés va forcément augmenter », conclut le Pr Bejot.



Résider dans un lieu soumis à plusieurs polluants augmente les risques

Le modernisme et les échanges.... :

« Heureusement que FACEBOOK existe !  
Vous vous rendez compte, si vous deviez prévenir par téléphone 500 personnes.... que vous allez dormir ! ».

Rappel de quelques conseils simples mais qu'il faut mettre en pratique IMMEDIATEMENT

## Crise cardiaque et AVC

L'infarctus du myocarde (ou crise cardiaque) et l'accident vasculaire cérébral (AVC) sont tous les deux causés par une artère obstruée, qui prive d'oxygène le cœur pour le premier, et le cerveau pour le second. Dans les deux cas, il faut agir extrêmement vite.



### Les reconnaître

**La crise cardiaque** se manifeste par une douleur aiguë et persistante dans la poitrine, irradiant le bras gauche, le dos et la mâchoire. Il peut également donner lieu à un malaise, des nausées ou des vertiges. Mais il arrive aussi – dans 25 % des cas – qu'il n'y ait aucun signe typique.

S'agissant de l'**AVC**, les signes les plus fréquents sont une déformation de la bouche (le sourire n'est pas symétrique, par exemple), une faiblesse d'un côté du corps au bras ou à la jambe (le bras ne peut plus être maintenu en hauteur) et des troubles de la parole (difficultés à parler ou à comprendre). Peuvent également survenir

des troubles de l'équilibre, un mal de tête intense ou encore une baisse de la vision.

### Les bons réflexes

Il faut **appeler immédiatement le 15 (Samu) ou le 112 (numéro d'urgence européen)**.

**En cas d'AVC**, il faut allonger la victime avec un oreiller sous la tête, noter l'heure des symptômes et réunir toute information utile (ordonnances, résultats de prise de sang). Surtout, ne pas lui donner à boire ou à manger, afin d'éviter les problèmes de déglutition, ni même des médicaments.

**En cas de crise cardiaque**, il est recommandé d'aérer la pièce, d'allonger

la victime dans une position libérant les voies aériennes et de surélever les jambes pour améliorer la tension artérielle. Si la victime est seule, elle doit appeler un proche susceptible de pratiquer les gestes de premiers secours en cas d'arrêt cardiaque.

### Se former aux premiers secours

Ouverte à tous, la formation Prévention et secours civiques de niveau 1 (PSC1) permet de maîtriser les bons gestes en cas d'arrêt cardiaque, de brûlure, d'hémorragie externe, de malaise, etc. On y apprend notamment l'utilisation du défibrillateur automatisé externe (DAE) et le bouche-à-bouche. ■



A méditer : « Ce n'est pas parce qu'ils sont nombreux à avoir tort qu'ils ont raison » Et c'est toujours Coluche.. !

Arrêter sa consommation....une sage décision, un bienfait pour sa propre santé :

### L'arrêt du tabac

L'arrêt du tabac procure de nombreux bienfaits pour la santé, à court terme comme à long terme. Les premiers bénéfices santé se ressentent très rapidement après la dernière cigarette, en quelques jours. **En 24 heures**, l'organisme élimine complètement le monoxyde de carbone. Le goût et l'odorat reviennent **dès les premiers jours** et le rythme de respiration et le tonus commencent à s'améliorer. **Après environ 4 semaines**, le teint redevient plus frais et plus lumineux, la qualité de sommeil est meilleure. **En quelques mois**, le souffle revient progressivement à la normale. **Après 1 an sans tabac**, le risque d'infarctus est réduit de moitié et le risque d'accident vasculaire cérébral redevient équivalent à celui d'une personne n'ayant jamais fumé. **Après 10 ans**, le risque de cancer du poumon diminue de moitié. **Et après 15 ans**, l'espérance de vie redevient quasiment identique à celle d'une personne n'ayant jamais fumé.

#### Pour se faire aider

- le site [www.tabac-info-service.fr](http://www.tabac-info-service.fr) propose une ligne téléphonique (le 3989), une application à télécharger et une page Facebook pour vous accompagner

#### Quelques conseils pour arrêter

- Je me prépare en amont pour réduire mes envies.
- Je limite ma consommation de café, souvent associée à l'envie de fumer.
- J'observe les bénéfices de mon arrêt : sur ma respiration, le goût des aliments, l'odeur de mes vêtements...
- Je calcule les économies réalisées et me fais plaisir pour me récompenser. Ex : 2 paquets de cigarettes/semaine = 1 054 € par an.
- Je ne me décourage pas si je craque et admetts que cela fait partie du processus d'arrêt.

tout au long de votre arrêt du tabac.

#### • Les substituts nicotiques

La nicotine est une substance addictive. Pour faciliter le sevrage, les substituts nicotiques (patchs, gommes à mâcher) sont des alliés de taille. Ils délivrent une dose de nicotine maîtrisée (sans que celle-ci ne passe par les poumons), ce qui permet de soulager le manque. L'utilisation de ces substituts augmente les chances de réussite de 50 % à 70 %. Ils peuvent être prescrits par un médecin, un chirurgien-dentiste, une sage-femme, un masseur-kinésithérapeute ou un(e) infirmier(e).

**Bon à savoir :** les substituts nicotiques sont remboursés par la CPR, sur prescription médicale, à votre taux habituel et ce, sans avance de frais de votre part.

#### • Le Mois sans tabac

Chaque année en novembre, ce défi collectif propose à tous les fumeurs d'arrêter pendant 30 jours, avec le soutien de leurs proches. 1 mois sans tabac, c'est 5 fois plus de chances d'arrêter !



## LES VACANCES

Elles viennent de se terminer pour de nombreuses personnes, ou, malheureusement avec un proche dépendant cela peut s'avérer difficile. De ce fait il n'est pas trop tôt pour penser aux prochaines et s'organiser en amont

### Quelles vacances avec un proche en perte d'autonomie?

L'été est synonyme de farniente. Mais pour les huit à onze millions d'aidants français, partir en vacances avec un proche dépendant peut s'avérer un parcours du combattant. Tour d'horizon des dispositifs existants pour profiter de ses congés en toute sérénité.

**S**outenir un proche dépendant est éprouvant au quotidien. Selon le baromètre de la Fondation Avril publié en 2021, 1 aidant sur 2 en France se dit « isolé » ou « démuni » et 27 % d'entre eux culpabilisent à l'idée de prendre du repos. Votée en 2015, la loi d'adaptation de la société au vieillissement a instauré un droit au répit. Objectif : financer des solutions de prise en charge pour permettre aux aidants de souffler un peu. Pour en bénéficier, le proche aidé doit être bénéficiaire de l'APA (allocation personnalisée d'autonomie). Le montant du « droit au répit » est plafonné à 509,76 € maximum par allocataire et par an et la demande doit obligatoirement passer par le conseil départemental et une visite médicosociale à domicile.

#### Des aides temporaires pour soulager

Tout droit venu du Québec, le concept de baluchonnage a été importé en France en 2019 par l'association Baluchon France. Le principe : un « baluchonneur » agréé (aide à domicile, auxiliaire de vie sociale, aide-soignant...) s'installe au domicile de votre proche pendant la durée de vos vacances (de 4 à 14 jours) afin de l'aider à effectuer tous

#### Vacances Répit Famille

Des villages vacances pour les aidants et les aidés ? Il fallait y penser ! L'association Vacances Répit Famille (VRF) associe village vacances et structure médicosociale. Offrant repos et loisirs dans un lieu adapté aux besoins de chacun, ces centres de vacances (en Touraine, Pays de la Loire et Jura) proposent notamment des activités ludiques et des espaces de parole. Bon à savoir : en fonction de ses revenus, il est possible d'obtenir une prise en charge de 75 à 85 % par la caisse de retraite complémentaire Agirc ou Arrco. Pour en savoir plus : [www.vrf.fr](http://www.vrf.fr).



les actes du quotidien (toilette, repas, déplacements...) tout en assurant une compagnie. Ce dispositif malin a l'avantage d'éviter tout changement d'environnement pour la personne dépendante. Autre option : l'hébergement temporaire. Il peut avoir lieu dans une résidence autonomie, en Ehpad ou dans une famille. Dans ce dernier cas, les accueillants familiaux doivent être agréés par le conseil départemental et disposer d'un logement adapté. N'hésitez pas à contacter l'association nationale des accueillants familiaux et de leurs partenaires (Famidac) ou l'entreprise sociale et solidaire CetteFamille, spécialisées dans ce type d'hébergement.

#### Partir ensemble ? C'est possible !

Impossible de laisser votre proche seul quelques jours ? Des initiatives ont vu le jour pour offrir aux aidants et aidés l'opportunité de partager des vacances ensemble. Ainsi l'ANCV (Agence nationale pour les chèques vacances) a créé le programme « Seniors en Vacances ». Le concept : des séjours à petit prix dans 195 destinations, encadrés par du personnel médicosocial, pour se reposer tout en partageant un moment privilégié. Plus de 700 000 personnes ont profité de ce dispositif depuis 2007. Autre option : emmener son proche en vacances et faire appel à un service d'aide à domicile directement sur place pour des petits travaux de ménage ou des soins médicaux. Le SSIAD (service de soins infirmiers à domicile) peut assurer la continuité des soins, sur prescription médicale. Si la personne aidée bénéficie de l'APA, elle aura le droit aux mêmes prestations sur son lieu de villégiature que si elle était restée chez elle. À noter : il est nécessaire de contacter au préalable le service APA pour organiser au mieux votre séjour.

Céline Durr

<https://baluchonfrance.com>  
[www.famidac.fr](http://www.famidac.fr)  
[www.cettefamille.com](http://www.cettefamille.com)





## La révolution des génériques sur le marché des médicaments

Fabriqués à partir de molécules ayant déjà fait leurs preuves et dont les brevets sont tombés dans le domaine public (au bout de 20 ans), les médicaments génériques sont des copies moins chères et tout aussi efficaces des médicaments de marque. Depuis les années 1980, diverses évolutions ont encouragé le développement de ce marché en France.

Benoît Saint-Sever

### 1981 première définition en France

La Commission de la concurrence (l'ancêtre de l'actuelle Autorité de la concurrence) donne la toute première définition française : « *On entend par médicament générique, toute copie d'un médicament original dont la production et la commercialisation sont rendues possibles par la chute du brevet dans le domaine public, une fois écoulée la période légale de protection. Peuvent être considérés comme génériques aussi bien des médicaments vendus sous nom de marque ou appellation de fantaisie que des médicaments sous dénomination commune internationale du ou des principes actifs qu'ils renferment, dénomination qui doit être assortie d'une marque ou du nom du fabricant.* »

### 1996 une notion légale

La notion de médicament générique est introduite en 1996 dans le Code de la santé publique (CSP). Elle y est définie comme une spécialité « *qui a la même composition qualitative et quantitative en principes actifs, la même forme pharmaceutique et dont la bioéquivalence avec la spécialité de référence est démontrée par des études de biodisponibilité appropriées* ». Cela signifie qu'il doit être fabriqué à partir de la même molécule et avoir la même efficacité. Mais il peut présenter des différences avec le médicament original, à condition que celles-ci ne modifient pas la quantité de principe actif et la vitesse à laquelle il est libéré dans l'organisme. Ces disparités peuvent ainsi concerner les excipients.

### 1998 un répertoire des médicaments génériques

En France, les autorités de santé créent un répertoire officiel des médicaments génériques. Celui-ci référence des « groupes génériques » constitués des médicaments princeps et de leurs génériques. Son actualisation est confiée à l'Agence du médicament (désormais Agence nationale de sécurité du médicament et des produits de santé – ANSM).

### 1999 le droit de substitution du pharmacien

Les pharmaciens sont autorisés à substituer les médicaments de marque par des médicaments génériques. Ils doivent tout de même respecter des règles précises : le médicament doit appartenir au même groupe, le médecin ne doit pas avoir indiqué la mention « non substituable » sur l'ordonnance et ce changement ne doit pas entraîner de dépense supplémentaire pour l'Assurance maladie. Le pharmacien doit également indiquer sur l'ordonnance le nom du médicament qu'il a substitué.

# 5,1 MILLIARDS D'EUROS

C'EST LE CHIFFRE D'AFFAIRES  
DU RÉPERTOIRE DES MÉDICAMENTS  
GÉNÉRIQUES EN FRANCE EN 2021\*

## 2002 les généralistes s'engagent

Pour encourager le développement des génériques et réduire ainsi le volume des dépenses de médicaments, la Caisse nationale de l'Assurance maladie des travailleurs salariés (CNAMTS) conclut un accord avec les médecins généralistes. En échange d'une revalorisation du prix de la consultation (qui passe de 18,50 euros à 20 euros), ils s'engagent à prescrire 25 % des ordonnances en médicaments génériques.

## 2012 « tiers payant contre générique »

Le dispositif « tiers payant contre génériques » est mis en œuvre : seuls les patients qui acceptent les médicaments génériques n'ont pas de frais à avancer en pharmacie. Si l'assuré refuse, il ne bénéficie plus du tiers payant, ni de la transmission électronique à l'Assurance maladie. Il doit alors payer en officine et envoyer la feuille de soins accompagnée du double de l'ordonnance à sa caisse pour se faire rembourser.

## 2015 la dénomination commune internationale prévaut

À compter du 1<sup>er</sup> janvier 2015, les prescripteurs (médecin, chirurgien-dentiste, sage-femme...) consultés en ville, à l'hôpital, ou en établissements médico-sociaux ont l'obligation de rédiger leurs ordonnances en utilisant la dénomination commune internationale (DCI), c'est-à-dire en précisant le nom du principe actif et non celui du médicament.

## 2020 justifier la mention « non substituable »

C'est la loi de financement de la Sécurité sociale pour 2019 qui a modifié les conditions de substitution des médicaments originaux par leurs génériques : il faut désormais avoir une justification médicale pour indiquer la mention « non substituable » sur une ordonnance. Trois situations sont retenues dans un arrêté entré en vigueur au 1<sup>er</sup> janvier 2020 : chez les enfants de moins de 6 ans, quand aucun médicament générique n'a une forme adaptée (en indiquant EFG – enfant forme galénique – sur la prescription) ; quand un patient présente une contre-indication ou une allergie à un excipient à effet notoire présent dans tous les génériques (CIF – contre-indication formelle – sur l'ordonnance) ; quand il s'agit d'un médicament à marge thérapeutique étroite (MTE – marge thérapeutique étroite – sur l'ordonnance). En l'absence de justification, le remboursement par l'Assurance maladie se fonde sur le prix du médicament générique le plus cher.

### DÉFINITIONS UTILES

- **Excipients.** Il s'agit de substances, sans activité pharmacologique, qui servent à mettre en forme le médicament et à amener le principe actif dans l'organisme à l'endroit où il doit agir. Ils jouent un rôle dans l'absorption et la stabilité du médicament et exercent une influence sur son aspect, sa couleur et son goût. Certains excipients « à effet notoire » peuvent par ailleurs entraîner des intolérances (le lactose, par exemple).
- **Forme galénique.** Appelée également forme pharmaceutique ou forme médicamenteuse, elle correspond à la manière dont le médicament se présente : comprimé, gélule, collyre, crème, solution injectable... Celle-ci est adaptée à la voie d'administration (orale, cutanée, injectable, etc.) la plus efficace.
- **Médicament à marge thérapeutique étroite.** Ce sont des médicaments pour lesquels les concentrations efficaces sont proches des concentrations toxiques. De faibles variations de dose peuvent donc modifier le rapport bénéfices-risques du traitement.
- **Principes.** Appelé aussi spécialité de référence, un « principes » est le médicament d'origine à partir duquel sont conçus les médicaments génériques.
- **Principe actif.** C'est une substance active responsable de l'effet thérapeutique d'un médicament. Dans les médicaments génériques, elle est identique à celle présente dans le principes.

📖 Sources : Agence nationale de sécurité du médicament et des produits de santé (ANSM), ministère de la Santé et de la Prévention, Haut Conseil de la santé publique (HCSP).

### DES MÉDICAMENTS TRÈS CONTRÔLÉS

Pour commercialiser un médicament générique, les laboratoires doivent suivre les mêmes règles que pour un médicament original : respecter la procédure d'autorisation de mise sur le marché (AMM) et répondre aux exigences de qualité du médicament, de reproductibilité, de stabilité, de gestion des risques et d'information, de déclaration des effets indésirables, etc. Des inspections sont aussi réalisées chez les fabricants par l'Agence nationale de sécurité du médicament et des produits de santé (ANSM).

\* (dont 23,5 % pour les principes et 76,5 % pour les génériques), selon Les Entreprises du médicament (Leem).

le CHU de DIJON entreprend une démarche intéressante

Côte-d'Or

## ProDij' : une démarche pour venir à bout du gaspillage alimentaire au CHU

Depuis 2021, le Centre hospitalier-universitaire - CHU - Dijon-Bourgogne tente de limiter ses pertes alimentaires tout en veillant à la bonne nutrition de ses patients et de son personnel. En se rapprochant de l'association Créativ'et de Dijon Métropole, le projet ProDij'a vu le jour. Première étape : former le personnel. Retour sur les premiers résultats.

**1** 70 grammes par plateau-restaurant : c'est la quantité moyenne de gaspillage alimentaire constaté au Centre hospitalier-universitaire - CHU - de Dijon. Un coût économique et environnemental que l'établissement cherche à réduire.

D'où, en 2021, la mise sur pied du projet ProDij'entre Dijon Métropole, l'association d'accompagnement des mutations économiques Créativ'et le l'éta-



Depuis deux ans, les habitudes alimentaires chez les patients et les salariés du CHU ont été observées et analysées. Photo d'illustration Stéphane Itak

centre hospitalier, le partenariat a été officialisé après deux ans d'observation et de diagnostic effectués par Créativ'.

La difficulté de la « clientèle » de l'hôpital, c'est sa diversité : en termes d'âges, d'habitudes alimentaires ou encore de maladies, ce qui ne facilite pas l'élaboration des menus. Alors comment satisfaire tout le monde sans gaspiller ? Ancien cuisinier et désormais formateur, Fabrice Bérard a trouvé la solution : donner le choix. « Désormais, il y a un menu normal et vingt-trois déclinaisons de régimes différents. Si le patient n'ai-

« Le challenge, c'est la créativité des cuisiniers. »



Aurélie Gimbert, directrice opérationnelle Créativ'

me pas un légume ou une viande, il peut les remplacer. »

Et il se félicite des résultats : « Je remarque une très belle évolution. Pour les entrées, c'est 5 à 6% de pertes et 3% pour les desserts au niveau du self-service du personnel. C'est très peu. Et ce n'est pas tout. Avant, nous proposions des grillades, le vendredi. Nous avons choisi de les remplacer par les viandes qui n'ont pas été cuisinées les deux derniers jours », ajoute-t-il. En somme, c'est toute l'organisation de la restauration hospitalière qui a été modifiée.

● Amandine Ashta

**Repère** Former le personnel à de nouvelles recettes

Aurélien Thivent, chargé opérationnel chez Créativ', fait le bilan des années d'observation : « Nous avons remarqué l'hétérogénéité des connaissances des soignants sur la nutrition. Pourtant, ils sont garants de l'alimentation de leurs patients. »

**Entre 6 à 10 % des plus de 70 ans en dénutrition**

L'enjeu est lourd : ce sont 6 à 10% des plus de 70 ans qui sont en situation de dénutrition. Ainsi, la première étape du projet repose sur la formation dispensée par des diététiciennes auprès des agents médicaux, paramédicaux et des cuisiniers. Pour sa collègue Aurélie Gimbert, directrice opérationnelle, « le challenge, c'est la créativité des cuisiniers. En décidant de privilégier les protéines végétales plutôt qu'animales, nous heurtons au manque de savoir-faire. Les chefs cuisiniers ont dû apprendre de nouvelles recettes ». C'est en effet quatre jours de formation pour apprendre à concocter vingt-deux plats salés végétariens qui ont été proposés aux huit professionnels.

# 23

comme le nombre de déclinaisons de régimes différents pour un menu normal.

blissement. Le défi : limiter les pertes alimentaires tout en luttant contre la dénutrition des patients.

Mercredi 5 juillet, au sein du



## BONJOUR, COMMENT ÇA VA CE MATIN ?

(Suite du N° 37 du VAISSEAU)

**D'autres personnalités bien connues auraient pu donner ces réponses à la question :  
Comment ça va ce matin ?**

**DESCARTES : Bien, je pense**

**VIVALDI : Ça dépend des saisons**

**CASANOVA : Tout le plaisir est pour moi**

**SADE : Foutrement bien !**

**MARAT: Ça baigne**

**ROBESPIERRE : Vous perdez la tête ?**

**PAGANINI : Allégro ma non troppo**

**POE : Extraordinairement bien**

**FREUD : Et Vous,**

**PROUST : Donnons du temps au temps**

**DRACULA : J'ai de la veine**

**CYRANO de BERGERAC : A vue de nez, bien**

**EINSTEIN : Relativement bien**

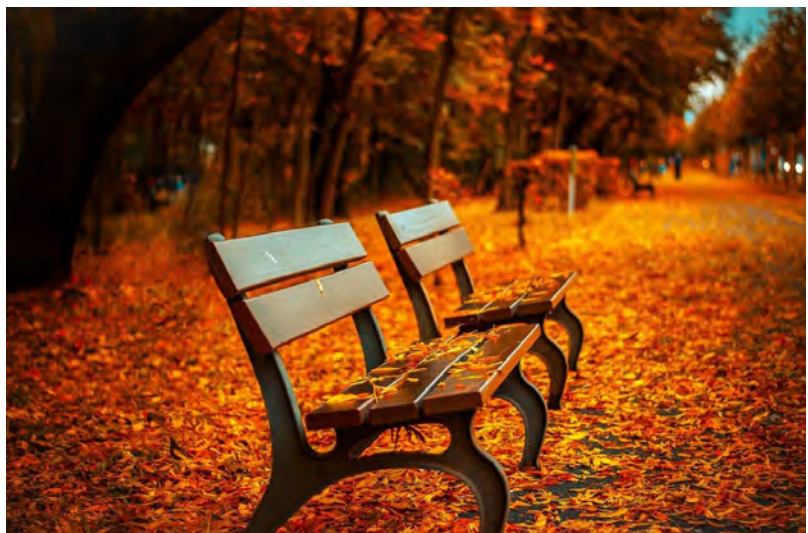


## RAPPELEZ-VOUS, le N° 37.... définition du « TAUTOGRAMME »

C'est une phrase dont les mots commencent tous par la même lettre par exemple : Jolie Juliette jardinait joyeusement jeudi. Facile me direz -vous mais il y a plus compliqué qui demande de la recherche. Bonne lecture.....

Chapitre cent cinquante cinq

Copie certifiée conforme.



# TAUTOGRAMME

« Ça commence comme ça : certaines calomnies circulaient concernant cinq conseillers civils coloniaux : contrats commerciaux complaisants conclus, collaborateurs congédiés, comptabilités complexes camouflant certaines corruptions crapuleuses, chantages comminatoires, conclusions classiques... croyant combattre ces charges confuses, cinquante commissaires-chefs comiquement conformes (cheveux châtain clair coupés courts, costumes croisés, chemise couleur chair, cravate café crème, chaussures cloutées convenablement cirées) contactèrent certains colonels congolais causant couramment cubain ; cherchez, cherchez chez Célestin, cinq, Cours Clémenceau » chuchota ce centenaire cacochyme convalescent » car ce célèbre café concert contrôle clandestinement ces combines criminelles.

Cinq commissaires chevronnés coururent courageusement Cours Clémenceau. Cependant coïncidence curieuse, cinq catcheurs corpulents, cachés chez Célestin, complotaient contre cette civilisation capitaliste complètement corrompue. Ces citoyens comptaient canarder certains chefs couronnés considérés comme coupables, commissaires certifiés contre champions casse-cou : choc colossal ! ça castagna copieusement : cinquante clients contusionnés, cinq cardiaques commotionnés, cinq cadavres ! Ce chassé croisé cauchemardesque chagrina chacun. »

« ça continue comme ça :

*Ceci conduisant ces casse-cous côté commissariat central, continuation cellule (catastrophique), circuit carcéral classique, convocation , cité correctionnelle / criminelle.(côté cour).*

*Cinq conseils commis collectivement.*

*Consultation collégiale concertée certes constructive, concomitante, conduit clairement cette commission.*

## **CONCLUSIONS**

*Considérant chaque camp comme coupable,*

*Considérant ce combat comme cruel, colérique, « chiens contre chats » cherchant clairement ces coups,*

*Considérant cette concertation ciblée caractéristiquement constituant ce curieux complot,*

*Considérant cette communauté confondue, certains commissaires consommant ces chocolats catalogués : canabis, cocaïne,*

*Considérant cette collaboration complexe, confrontant clairement chaque casseur confirmé,*

*Considérant ces caméras cachées copiant ce charivari certain, commenté copieusement car ce célèbre « Canard Chainé » comprenant ce contexte captivant, chargeait ces contestataires.*

*Considérant certains commissaires cernant ces contrevenants combattant Cours Clémenceau, coupables.*

*Considérant ces conseils commis commentant cette cause, cherchant ce compromis compliqué, ces cinquante contemporains choisissant cette collaboration collective, caricative.*

**CONDAMNONS** ces citoyens cités :

*Clôturant cette comparution cahotique certifiée commune.*

*Confisquons : chaînes, couteaux, cordes, carabines.*

*Comparution comme compagnons contrairement cités comme condamnés. collaboration caritative, contournant carrément ce confinement carcéral,*

*Considérant ce chapitre comme clos.*

*Ce compromis condamnant ces compagnons « cinquante calendaires » .*

*Confectionner 500 cagettes (compris cageots, caisse, cabas).*

*Collaborant comme commis : cueillette carottes, choux, courgettes, citrouilles, cornichons, concombres, citrons, cerises.*

*Confectionner cinq cents collations caritatives, (contrôleurs : chefs certifiés connus car confirmés) consigneront cette condamnation cinquante calendaires).*

*Contraindre ces compagnons, cassant ce cercle coupable, capables car confiants, cicatrisant ces coups, criant cette « connerie » ces crasses »cuculs », convaincus car confiants, cohabitant, comprenant cette chance, cette charte cogitée, coexistante car capitale.*

*Coordination :*

*Caume Cordier – Claire Couturier : chefs cuisiniers,*

*Charles Cordier – Catherine Carré – Chloé Comma - Clémentine Clément – Chantal Coq : cinq commis cuisine ,*

*Coco Colucho – Chanteur Cabrel : chefs contrôleurs.*

*Cantine caritative :*

*Collation « Comté » Cocktail coloré cinq couleurs , Carpaccio : crustacés, crevettes, crabes.*

*Croûte champignons, Cassoulet, Cancoillotte cumin, Comté. Crème caramel croustillante, cannelés. Café corsé. Coupes : Crémant - Corbières – Champagne – Cognac.*

*Collation « Corse » Consommé carottes/courgettes. Cochonnaille, chorizo - Couscous, crottin, calinzamincu, casgiu, crêpes citron confit-chocolat. Café / Cappuccino. Coupes Corbières, Crémant, Champagne , Calvados*

*Collation « Cinq-cent-cinquante-cinq Calories » : coupelle céleri/concombre. Cabillaud crémé citron - chou chinois, cancoillotte , confipote cerise - cranberry, cruchon carotté-citronnelle . Café - Cidre coupé .*

*Colette Carat: Charmante comptable confirmée.*

*Collations : chèque, carte crédit, caisse : coupures « cinquante » « cent » Chapeau ! « Cinq cents » Ciel ! congratulations ! Cocorico !*

*Concerts : chanteurs, chansonniers, conteurs, chœur classique chérubins, commédiens, casserolades composées, clouws,*

*Citons cette communauté célèbre « Chevalier Coeur » candidate connue charismatique, crédible, confiante, coordinatrice, conduira correctement cette cause. Celle-ci clairvoyante car croyante, capable, continuant ce cheminement : cinquante compagnons /confection cinq cents collations « catégories culinaires » .*

*Clôturant cette comparulion, cette communauté « Chevalier Coeur, communiquera ces comptes.*

*Créditerons celle-ci comme cantine choisie collectivement car compétente, constituant cette collectivité : « cinq cents couverts charismatiques. »*

*Ces cinquante compagnons conscients, consentants, contrits, comprenant cette correction comme chance constructive, cosignent cette charte caritative.*

*Certifié conforme.*

*Club des Secrétares de Besançon*

Merci et félicitations au Club des secrétaires de Direction de BESANCON qui s'est emparé du défit et qui a trouvé une suite, pas en quelques mots, mais bien un texte encore plus long que l'initial...

BRAVO ! Crédible, concis, cadencé calculé....Calligraphie contenue, canalisée...Condamnations circonstanciées, crédibles conformes car contractualisées....Contre-manifestations cacophoniques capoteraient car conception confuse...

La page TAUTOGRAMME est ouverte pour les prochains numéros, poursuivre ou changer de LETTRE !!!!

## LES ACTIVITES DE FRANCE AVC 21

**19/06/2023** : CHEVIGNY ST SAUVEUR, à l'initiative du CCAS de la commune, s'est tenue une réunion 'Grand Public' animée par Katja HARDENBERG et Alex FIRMINO. France AVC 21 en faisait l'accueil et la présentation.

Belle réussite pour cette manifestation, pas moins de 100 personnes présentes et un retour de 80 % des questionnaires de satisfaction. A noter un plébiscite quant à la qualité des intervenants, 92,5% de 'Très satisfaits' et 98,75 % ont été 'Très satisfaits' au niveau des sujets traités. Grand merci à nos INTERVENNANTS !



### CHEVIGNY-SAINT-SAUVEUR

## Prévention des accidents vasculaires cérébraux : conférence gratuite lundi

La Ville de Chevigny-Saint-Sauveur, avec l'association France AVC, organise une conférence gratuite sur la prévention des accidents vasculaires cérébraux (AVC), lundi 19 juin, à 18 h 30, à la salle Jean-Froussart. Ce sera l'occasion pour le public d'échanger avec le D<sup>r</sup> Katja Hardenberg, médecin urgentiste au **CHU** (centre hospitalier universitaire) Dijon-Bourgogne et spécialiste de la prévention et du traitement des AVC. Trois thématiques seront abordées : "comment prévenir et détecter les signes d'un AVC ?", "comment accéder rapidement à l'imagerie médicale ?" et "quels sont les traitements efficaces ?".



Photo d'illustration LBP/  
Philippe BRUCHOT

Inscriptions et renseignements auprès de Nina Cartaut, responsable du CCAS (centre communal d'action sociale) de Chevigny-Saint-Sauveur : à [responsable.ccas@chevigny-saint-sauveur.fr](mailto:responsable.ccas@chevigny-saint-sauveur.fr) ou au 03.80.48.15.43.

Reprise de la Conduite après un AVC/AIT ».

Stand FRANCE AVC 21 au Salon des seniors de la commune de **CHEVIGNY ST SAUVEUR** le **17/11/2023**.

Réunion « Grand Public » animée par KATJA HARDENBERG le **27/11/2023 à 16H30** dans le cadre de la Première semaine Dijonnaise des Handicaps. **Salle des Chantalistes, Avenue Eiffel**.

D'autres contacts pris au cours de cet exercice ne sont pas encore concrétisés tant en date qu'en horaires pour cette fin d'exercice.

A noter, dès le début 2024, une réunion « Grand Public » animée par KATJA à l'initiative de l'Association de quartier Voltaire – **Université - Mansard** le **22/01/2024**.

En ce qui concerne les quatre prochains mois, nous avons déjà participé au Grand Dèj le **10 septembre**. 95 personnes nous ont rendu visite sur le stand (Nous avons un emplacement sur le trajet des visiteurs, de ce fait très visible).

**Le Collège St Bénigne** a refait appel à nous afin de faire une présentation dans quatre classes de quatrième (Dates à préciser).

La société '**BIEN ÊTRE ET FORMATION**' chez laquelle nous sommes déjà intervenus l'année passée nous a demandé une nouvelle intervention pour cette fin d'année.

Présentation 'Grand Public' par Katja HARDENBERG à **MARSANNAY LA CÔTE** dans le cadre de la 'Semaine Bleue' le **03/10/2023**.

Stand FRANCE AVC 21 le **05/10/2023** à **QUETIGNY** au cours de la 'Journée Nationale des Aidants'.

Stand FRANCE AVC 21 le **12/10/2023** à **TALANT** dans le cadre du Colloque RESEDA. A noter que durant ce colloque, notre ami et adhérent Jean-Pierre témoignera sur le sujet important «



## SOUVENIRS

Dans ce numéro N° 38 de notre journal ' LE VAISSEAU' couvrant le mois de septembre, il m'est apparu essentiel d'avoir une belle pensée sous une forme personnalisée, chacun comme il le voudra pour PASCALE.

J'ai eu le plaisir de rencontrer Xavier son mari qui est venu, accompagné de deux des trois petits enfants, nous rencontrer sur notre stand au cours du Grand Dèj.

Nous avons bien sûr échangé et bien parlé. Par ailleurs il m'a remis un Don de 370 € issu de gestes de ses amis. Un don a aussi été fait auprès du Centre Leclerc de Dijon. Cela reflète bien tout l'attachement que toute la famille de PASCALE avait au regard de FRANCE AVC 21.

Son poste au CHU laissé vacant durant ces derniers mois est à nouveau occupé depuis le 01 septembre.

FRANCE AVC 21 souhaite la bienvenue à AUDE. Un prochain rendez-vous est pris afin de lui présenter notre association.

### Le VAISSEAU N°38 – Avril-Octobre 2023

**Ont participé :**

**Le club des secrétaires de Besançon, Hélène, Alain, Alex...**

**associationfranceavc21@gmail.com**

**06 62 69 83 11**

**Toute reproduction est autorisée et encouragée,  
voire même recommandée**

**Ne pas hésiter à diffuser ce journal autour de vous.  
Nous vous en remercions par avance**

**Continuez à prendre soin de VOUS et des AUTRES**