



L'ECHO DU CLUB COEUR & SANTE

de Saint-Brieuc et ses environs

EDITORIAL

JOURNEE NATIONALE DE LA FEDERATION FRANÇAISE DE CARDIOLOGIE 2017 le 18/11/17 à PARIS

(Pierrette, Jean-Pierre)

La présidente de la FFC, la Pr. Claire MOUNIER-VEIHIER, professeure de cardiologie au CHU de LILLE, a présenté l'évolution de l'équipe de la FFC Paris, rajeunie, efficace, centrée sur les nouvelles orientations en faveur des personnes cardiaques, les nouvelles formes de communication, sur le renouvellement récent du site (fedecardio.org). Mais aussi sur le maintien de l'axe « **prévention des risques cardio-vasculaires des femmes** », en y ajoutant désormais l'orientation sur la « **prévention centrée sur les enfants** ».

Depuis son arrivée à la présidence, l'enjeu qu'elle a promu est de « réveiller la belle endormie » : la FFC qui sommeillait quelque peu, et ça marche !! Il y a actuellement plus de 230 Club Cœur et Santé en France, plus de 15 000 bénéficiaires.

Deux présentations sur la nécessité de se former aux geste de survie ont retenu notre attention : une information-formation grand public mise en oeuvre à LYON et une étude sur les chances de survie des personnes faisant un arrêt cardiaque selon la rapidité de la mise en route du MCE, ou d'autres pratiques.

Ces deux interventions confirment complètement, si besoin était, un de nos objectifs : inciter nos adhérents à **se former au secourisme** et de **se perfectionner**, chaque année : avec formations et présence de DAE, le taux de **survie grimpe de 3% à 15 %**.

D'autre part, les 10 ans de notre club ont été marqués d'une manière toute particulière, ce 18/11/2017 : le Président régional de notre association de cardiologie « FFC-Bretagne », le **Dr. François PAILLARD, a remis à notre club la médaille de la FFC**.

C'est vrai, qu'il y a 10 ans, un jeune cardiologue, le Dr. François PLURIEN et 2 personnes cardiaques, un peu moins jeunes, Majid SAIR et Jean-Pierre BEGUIGNEAU se demandaient : « qu'est-ce que c'est qu'un Club « Cœur et Santé », à quoi ça sert, comment ça s'organise, qu'est-ce qu'on y fait ? »..... Depuis, nous avons un quelque peu progressé.

Le **Dr. Pascal GUILLO, a également reçu une médaille, pour son action remarquable** depuis de nombreuses années auprès des personnes cardiaques.

Notre délégation bretonne comptait 10 personnes.

Journée riche, certes un peu fatigante, mais permettant aussi de mieux connaître les représentants des Clubs Cœur et Santé Bretons présents et d'échanger des idées sur nos pratiques (voir détails page 3).

J-P. BEGUIGNEAU



Jean-Pierre BEGUIGNEAU

12 rue de Guiguihen
22120 - HILLION
02.96.32.25.28
06.45.66.92.55
jpbeguigneau@orange.fr



Michel DANIEL

2, rue Hector Berlioz
22950 - TREGUEUX
06.87.27.90.29
michel.daniel40@sfr.fr



Noël PELOIS

3, impasse J. Prévert
22950 - TREGUEUX
06.83.56.57.32
noel.pelois@orange.fr



Odette MAXIMY

19 rue des Saules
22440 - PLOUFRAGAN
06.15.74.45.06
serge.maximy@sfr.fr

**Cotisation annuelle 45 €
assurance et marches incluses**

**pour la gymnastique et musculation
voir le tableau des tarifs**

Règlement par chèque
possibilité de règlement au trimestre

Rejoignez-nous :

si vous avez eu un **accident cardiaque**
ou si vous présentez un **risque**
important de maladie
cardiovasculaire

Pour adhérer :
une enveloppe d'inscription vous sera
remise par la **secrétaire**
Pierrette GILLETTE,
après 2 séances d'essai.

Responsable de la Publication :

Jean-Pierre BEGUIGNEAU

Apport documentaire :

Robert CATROS

Rédaction et impression :

Pierrette GILLETTE

Dates à retenir

Réunion du Bureau	AG FFC-BRETAGNE	GALETTE DES ROIS
Mercredi 13/12/2017	Vendredi 24/11/2017	Mercredi 17/01/2018
à 18h	Toute la journée	à 17h
Chez Michel DANIEL	CHU de RENNES hôpital Pontchaillou	Restaurant « Le Grand Large » à PLOUFRAGAN (zone Les Châtelets)

Retrouvez-nous bientôt sur le site internet du Club Cœur et Santé de Saint-Brieuc =>

en cours de création



1^{ère} association de lutte
contre les maladies cardio-vasculaires

JOURNEE D'EVASION

La **journée d'évasion** pour les **10 ans du Club** qui s'est déroulée le 12 octobre dernier a été un **grand succès**.

53 personnes
ont pu participer à cette
excursion



Le rendez-vous était fixé à 7h45 sur le parking du stade ALLENIC à Trégueux pour prendre le car en direction du Château du XV^e siècle de la Roche Jagu. Visite du parc d'inspiration médiévale, reconnu « jardin remarquable » depuis 2005 et Ecojardin depuis janvier 2017, découverte des étangs et bassins de rouissage, de la palmeraie, et nous avons comme guides Michel et Yvonne QUETTIER pour nous apporter des informations.



Nous avons pris ensuite une vedette pour remonter les eaux calmes de la rivière du Trieux. Le capitaine de la vedette nous a compté les secrets d'histoire des magnifiques lieux de cette rivière au fur et à mesure de ces méandres (Le Manoir de Traou Nez avec l'affaire Sez nec, le magnifique pont de Lézardrieux à l'anse du Lédano datant de 1840, les phares de Bodic, de « La Croix » à l'entrée du Trieux pour ne citer que quelques uns...).



Arrivés à l'Arcouest, nous avons débarqué pour déjeuner au « 360° », restaurant panoramique, comme son nom l'indique, où nous avons une vue sur Bréhat tout simplement magnifique.



A 14h30, nous avons repris une vedette pour faire le tour de l'île de Bréhat. Malheureusement la bruine ne nous a pas permis de profiter pleinement du paysage mais cela fut tout de même très agréable. A l'issue de ce parcours, nous avons débarqué sur l'île maîtresse pour un petit temps libre sous un ciel clément.



18h00, retour à l'Arcouest pour reprendre le car direction Trégueux par la magnifique côte de Goëlo.

Un grand MERCI à Michel DANIEL pour l'organisation de cette journée réussie !!! et la collaboration de Noël PELOIS.

à renouveler.... peut-être ???

JOURNEE NATIONALE DE LA FFC

La Fédération Française de Cardiologie a invité tous les Clubs Cœur et Santé du Territoire à une **journée nationale le 18 novembre 17 à la Maison de la Chimie à Paris 7^e**. Après concertation avec les Délégués Régionaux, les Présidents de chaque club ont inscrit les bénévoles volontaires pour assister à cette rencontre annuelle. Les cardiologues référents étaient vivement invités, également, porteurs de leur caution morale et médicale.

Cette journée FFC 2017 s'est déroulée de la façon suivante :

En matinée : **Perspective du projet associatif de la FFC**

9h30 Introduction du Pr Claire MOUNER VEHIER, Présidente de la FFC sur :

- les exigences conventionnelles,
- l'impératif d'une gestion efficace,
- les grands principes de la FFC notamment : valoriser le bénévolat et l'engagement associatif de chacun
- présentation de son équipe sur un écran à l'aide d'un trombinoscope.

Cap sur les régions :

Erwan MARTIN, responsable de la mobilisation des régions a visité 21 régions sur 25 et a rencontré les acteurs régionaux et locaux (*échanges, états des lieux, recensement des besoins...*). A la suite de ses nombreux déplacements, il y a eu un plan d'action nommé « PLAN RÉGION » pour apporter des réponses ou des solutions. Il signifie que le poste de Délégué régional est important pour coordonner les clubs d'une région.

Rappel pour la région Bretagne

Délégué Régional

M. Yves RAYER



Communication

Philippe SERRE, responsable de la communication et Luc-Michel GORRE ont listé les différents moyens de communication => facebook, sites web, youtube....

Les parcours du cœur

Marlène Aït Moulid, chef de projet des Parcours du Cœur et Luc-Michel GORRE ont rapporté les différents parcours du cœur qui ont été organisés dans les régions.

Le vécu de la crise par les patients

Nathalie ASSEZ, docteur en Santé Publique, Science de l'éducation et Urgentiste au SAMU, a relevé selon la méthode DELFI (sélection d'expert, rédaction d'1 questionnaire, analyse et exploitation des résultats) le vécu de la crise par les patients. Beaucoup de bénévoles ont pu se retrouver dans cette analyse.

Actualités de la commission recherche

Le Pr François DELAHAYE, Président de la commission scientifique, dont le domaine de recherche principal est l'endocardite infectieuse, est intervenu sur les difficultés financières de la recherche.

En route vers le don en confiance

Frédérique REINE, responsable Collecte et Partenariats, explique que les donateurs choisissent en fonction d'une gestion rigoureuse et optimale et en fonction du label « don en confiance » créé en 1989 et sous contrôle continu (montant des dons 5,8 Million€).

La gestion des legs

Laurence de LAUZAINGHEIN, responsable du Service des Libéralités, a décrit tous les types de legs, ordinaires à complexes, que la FFC peut rencontrer.

Remises de médaille

De nombreux membres de clubs ont eu une distinction pour leurs diverses implications dans leur club respectif, dont le **Club Cœur et Santé de St-Brieuc** pour son **implication** dans **l'Education Thérapeutique du Patient** et sa communication via un petit journal interne.

Notre président, le Dr. François PAILLARD parle de notre club (citations), lors de la remise :

«...Le club a plusieurs spécificités que je voudrais souligner :

Il s'est créé en bonne partie autour d'un projet d'éducation thérapeutique pour les coronariens et a été pionnier dans ce domaine et poursuit toujours cette implication au service des patients.

Il a une communication interne et externe très élaborée en éditant en particulier un remarquable journal du club (tous les 2 mois).

Il n'a jamais été fermé sur lui-même mais a toujours été disponible pour aider d'autres clubs et notamment pour essayer en aidant fortement à la création du club de Paimpol.

Félicitations et merci à Jean-Pierre et au Club de Saint-Brieuc... »



ACTIVITES PHYSIQUES ADAPTEES

Le nouveau cours de **GYMNASTIQUE** du **vendredi** a débuté le **22 septembre dernier**.

Chaque vendredi de 9h55 à 10h55, au Gym Stretching CURIE, près de l'église Ste-Thérèse à St-Brieuc, Christophe anime un groupe de 7 personnes à ce jour.

Marie-Paule et Hervé BRIAND - Françoise DESBOIS-NIZAN Eliane ELIEN – Jean HAMON - Daniel HINOT et Pierrette GILLETTE



Christophe
Educateur Sportif
APA



passation du ballon à deux



Explication exercice suivant



Séance de relaxation pour les dames mais..... discussion pour les hommes ! ?

LES POLAIRES DU CLUB

La commande des polaires a été envoyée le 20 octobre 2017. Un délai de 2 semaines avait été annoncé. Pierrette a rappelé le fournisseur le 20 novembre 17 pour avoir une date prochaine de livraison. Elle vous tiendra informés au plus tôt.

SITE INTERNET DU CLUB

Pierre-Yves BEGUIGNEAU nous a aidé à ouvrir une connexion sous WordPress. A l'aide d'un mode opératoire écrit, Pierrette avance petit à petit sur la création de notre nouveau site internet. Elle espère pouvoir mettre à votre disposition les informations du Club au plus tard début décembre et vous donnera l'adresse de connexion à ce moment là.