



*Un nouveau cœur*  
*Pour une nouvelle vie*

# CARDIO GREFFES HAUTE NORMANDIE L' ECHO

## BULLETIN DE LIAISON ET D'INFORMATION

19<sup>ème</sup> année

Avril 2019

numéro 32

### SOMMAIRE

#### EDITORIAL :

Le mot du président	2
Actualités CGHN	3

#### Dossiers

La lutte contre la mucoviscidose	4
Agence de biomédecine, réunion des associations	5
Anticoagulants et antiagrégants	6
Opération Sam'transforme St VALERY EN CAUX	7

Portrait : Francis BARQ

**Sortie CGHN :** Visite de la forêt d'EAWY 10

**Rubriques** 12

Recette : Gratin de crozets aux poireaux

A lire : Brochure Attendre la greffe en toute sérénité



*Opération Sam'transforme à St Valéry en Caux*



*Marc et Geneviève lors d'une de leurs nombreuses actions*

*Sortie en Forêt Domaniale d'EAWY*



## LE MOT DU PRESIDENT

Comme je le soulignais dans mon précédent éditorial, la moitié des greffons ne peuvent être transplantés faute de temps ou à cause de problèmes de reprise de fonctions.

Un docteur en biologie marine, Franck ZAL, à la tête d'une start-up *Hemarina*, a peut-être trouvé une solution à ce problème. Il l'a présentée lors du Big Bang Santé en octobre dernier à la Maison de la chimie à PARIS.

En effet, Frank ZAL a consacré une thèse à la respiration des vers marins colonisant les milieux extrêmes. Il a découvert dans l'arénicole, plus couramment appelé ver de vase ou ver noir qui peuple les plages bretonnes, un transporteur d'oxygène naturel. Son dispositif est capable de stocker 40 fois plus d'oxygène que l'hémoglobine humaine ce qui permet d'améliorer la conservation des greffons.

Depuis sa création en 2007, *Hemarina* a ouvert son propre élevage de vers marins sur la presqu'île de NOIRMOUTIER. La commercialisation est censée débiter en 2019 après l'obtention du marquage CE.

De nombreuses vies sauvées dans l'avenir grâce à cette découverte scientifique ?

*Daniel JOUEN*

*Source Le Figaro Santé*

## INTERVENTION MFR LA CERLANGUE

La Maison Familiale Rurale de La Cerlangue prépare les élèves issus de la 5<sup>ème</sup> ou de la 3<sup>ème</sup> aux métiers de l'agriculture, de l'élevage des animaux, de la nature et de l'environnement et des activités rurales et artisanales. La MFR prépare à un CAP Agricole et à un Bac Professionnel Agricole.

Le 17 décembre dernier, nous étions invités comme chaque année à venir témoigner de notre vécu de transplanté et apporter les informations sur le don d'organes, après avoir projeté une séquence du film « Donner-Recevoir ».

Le débat avec les 28 élèves de CAP et de seconde fut animé, avec beaucoup de questions sur le ressenti du greffé et sur le don d'organes, thème pour lequel les élèves ne sont en général pas préparés.

*Marc Collas et Jean-Paul Fouache*



## Galette des rois

Le 26 janvier dernier, nous étions réunis, une nouvelle fois, au centre social St Exupéry d'YVETOT pour partager les délicieuses et traditionnelles galettes de l'épiphanie. Cette année, nous avions la joie d'accueillir parmi nous, quatre membres de l'association France-rein, avec qui nous avons pu échanger nos expériences proches et néanmoins différentes.

A cette occasion Marie-Antoinette nous avait rejoints comme chaque année.

Tous aussi gourmands les uns que les autres, nous étions ravis de cet après-midi ensemble.



*Pascal BODENANT*

## APRES-MIDI CREPES



Le samedi 23 mars, au centre social Saint-Exupéry, 22 membres de l'association CGHN se sont rassemblés pour déguster les traditionnelles crêpes que chacun avait préparées et apportées, un bon moment convivial apprécié de tous. Un diaporama de photos retraçant les activités de l'année 2018 a été présenté en boucle pendant la dégustation.



Nous avons eu le plaisir de revoir Marie-Antoinette et d'accueillir Christophe HUCHON et Antoine BOULLARD tous deux transplantés cardiaques



Christophe HUCHON nouvel adhérent

Un grand merci à Jean-Paul et Séverine pour l'organisation de la traditionnelle tombola et à Catherine pour l'organisation de la journée.

Marc Collas

## INTERVENTION CARDIO-GREFFES AU LYCEE DE FECAMP

Le lycée de FECAMP groupe le lycée général Guy de Maupassant et le lycée technique Descartes. C'est un lycée public qui regroupe 1800 élèves, il prépare aux bacs généraux et aux BTS de maintenance des systèmes, Management commercial et Technico-commercial.



Entrée du lycée de Fécamp

Comme chaque année, le Comité d'éducation à la santé et à la citoyenneté (CESC) du lycée organise un forum santé afin d'informer les élèves sur les structures existantes à FECAMP et de leur donner des conseils santé et bien-être. Cette année, le forum santé se déroulait sur 2 jours, le mardi 12 mars et le jeudi 14 mars de 11h30 à 13h30 dans le hall du lycée et présentait 8 ateliers dans le cadre bien-être et santé :

- Atelier « Bienfaits des techniques de relaxation » animé par Mme POISSON, assistante d'éducation.
- Réseau Local de Prévention Santé et Service Prévention Spécialisée de la ville de Fécamp : Atelier et documentation sur les thèmes du tabac de l'alcool et du stress
- Service Jeunesse de la ville de FECAMP : atelier addictions aux écrans
- Exposition sur les mécanismes du sommeil (TPE réalisé en 2018 par 3 élèves de 1ère S)
- Atelier prévention des IST animé par des étudiants en santé dans le cadre du service sanitaire. (Prolongement des interventions sur la sexualité menées en classes de seconde par les infirmières) Résultats du questionnaire réalisé auprès d'élèves du lycée, conseils et documentation...)
- Atelier don d'organes animé par l'association Cardio-greffes Haute Normandie
- Résultats du sondage « Mot à Maux d'Ados » réalisé par les élèves membres du groupe « Estime de soi ».

Invitation à un groupe de parole sur tous les types En tant que représentants de CGHN, suite à notre demande auprès de la CPE et d'un professeur, nous avons tenu ces 2 jours l'atelier don d'organes et avons accueilli les élèves : - Information sur la loi et la nécessité de se positionner clairement sur le don -Importance de parler du don avec ses proches -Présentation des bienfaits de la greffe -Réponses aux questions qu'ils se posent.

Le jeudi 14, à la demande du professeur de SVT, nous sommes intervenus dans une classe de première pour parler du don d'organes. L'échange a été animé et enrichissant, les élèves intéressés par le sujet.

Geneviève et Marc Collas





## LA LUTTE CONTRE LA MUCOVISCIDOSE

L'association **Vaincre la Mucoviscidose** regroupe des patients, des parents, des médecins, des chercheurs, des sympathisants et est animée par des bénévoles et des permanents autour d'un objectif unique : vaincre la mucoviscidose. Elle dispose de 33 délégations régionales. C'est en soutien aux objectifs de cette association que Cardio-Greffes se mobilise tous les ans pour participer à l'animation et à la collecte de fonds de la virade du Havre



### Les objectifs

Tout d'abord, rappelons-nous les 4 objectifs poursuivis par l'association Vaincre la Mucoviscidose :

- **Soigner** : une priorité la lutte contre les infections avec 22 projets soutenus par l'association et garantir un égal accès aux soins avec 45 CRCM (centre de ressources et de compétences de la mucoviscidose qui sont situés dans les CHU notamment celui de Rouen et 8 centres spécialisés en transplantation.

- **Réparer** : améliorer le taux de réussite de la greffe:

- **Soutenir** : les familles en les conseillant, en les soutenant et pour faciliter l'accès aux droits;

- **Guérir** : la première priorité est de corriger la protéine déficiente et la seconde priorité est d'étudier les pathologies associées pour améliorer la survie.

La thérapie de la protéine est une source d'espoir mais elle ne concerne que 20% des patients.

La thérapie génique fait face à de nombreuses difficultés et on continue à effectuer les travaux de recherche fondamentale.

L'association finance 77 projets de recherche pour 3.4 M€ tous obtenus par la générosité du public.



*Les valeurs de « Vaincre la mucoviscidose »*

### Les grandes tendances depuis 10 ans :

L'évolution démographique sur les 10 dernières années est un formidable message d'espoir avec 6757 patients recensés en 2016 dont 55% sont adultes.

Les grands tournants thérapeutiques de la prise en charge des patients sont :

- la transplantation pulmonaire qui se stabilise depuis 2010 (une centaine de transplantations par an) et aujourd'hui environ 24 % des patients adultes sont greffés,

En 2016, il y avait 807 patients porteurs d'un transplant dont 101 transplantés dans l'année et 148 étaient en liste d'attente de greffe.

- les nouvelles thérapeutiques modulatrices de CFTR -comme Ivacaftor en 2012 chez 2% des patients et Lumacaftor/Ivacaftor dont bénéficient en 2016 plus de 12% des patients.

En outre, le Registre français de la mucoviscidose qui est au service du soin et de la recherche, recense 209 patients à ROUEN, 112 à Caen et 22 en pédiatrie à l'hôpital Flaubert au Havre.

D'une manière générale, l'âge des patients s'étend de la naissance à 84 ans sachant que l'âge moyen est de 22 ans et il ne cesse d'augmenter.

Geneviève et Marc COLLAS; Jacques FULCHIRON

## AGENCE DE LA BIOMEDECINE : REUNION DES ASSOCIATIONS

Cette réunion, organisée par l'Agence de la Biomédecine à l'hôpital sud d'AMIENS le 13/10/2018, est animée par le Dr MECKERT accompagnée de la cadre infirmière de l'Hôpital d'AMIENS.

Par pure coïncidence, cette réunion s'est tenue le jour de la journée européenne du don d'organes

**Participants :** Représentants des ADOT 60-80-02-62 ; France-Rein de Champagne-Ardenne ; Don du sang 76 et Normandie ; CGHN, soit 13 participants à cette réunion d'information de l'Agence de la Biomédecine quart nord de la France.

### **Activité organes**

En Normandie, le taux de donneurs recensés est faible, le taux prélevé est en baisse de 21%. En 2017, 6 transplantations réalisées à CAEN, 9 à ROUEN.

Le taux d'opposition en 2017 est de 31%, l'âge moyen des donneurs de 58.3 ans en augmentation, 41% des prélevés a plus de 65 ans ; en 1990, la greffe du rein se faisait avant l'âge de 60 ans, en 2017, on va jusqu'à 70 ans.

Le nombre total de greffes pour l'année passée est en baisse de 455. Cette baisse est due à la forte épidémie de grippe ayant nécessité des hospitalisations, d'où un manque global de lits et une surcharge d'activité des hôpitaux. On a constaté aussi une baisse de prélèvements des patients décédés après un AVC. Tout problème ou tension dans les hôpitaux ont une répercussion sur les bilans de l'agence de la biomédecine.

Les prélèvements de type Maastricht III testés à ANNECY puis à NANTES et à la Pitié Salpêtrière sont en développement en France en 2018 sur donneur décédé après arrêt circulatoire suite à une limitation ou un arrêt des traitements (LAT). Ce type de prélèvement est une voie pour augmenter le nombre de greffes de reins, poumons, foie ; la greffe de cœur se fait un peu à l'étranger, elle se développe en France.

L'Agence de la Biomédecine a abandonné en 2017 la carte de donneur, elle n'est pas remplacée.

L'ADOT l'a remplacée par une carte d'ambassadeur du don.

Le registre des refus compte moins de 400 000 inscrits, ce qui est faible compte tenu du taux de refus global de 31%. L'Agence incite ceux qui sont opposés au don à s'inscrire sur le registre des refus.

### **Loi de Bioéthique 2018 :**

Principales propositions du CCNE, Le Comité Consultatif National d'Éthique :



### **Le prélèvement d'organes chez les patients décédés :**

1. Le CCNE demande que les inégalités régionales actuelles au niveau de l'offre de greffons soient résorbées, notamment par la réduction des écarts en matière d'inscription par les équipes soignantes – parfois précoces, parfois tardives – de leurs patients en liste d'attente de greffe.

2. Le CCNE propose l'intensification de l'information eu égard à l'existence d'un protocole national concernant les techniques de prélèvements dites « Maastricht 3 », à destination à la fois des équipes soignantes en réanimation et de la population générale. Il est essentiel d'apporter de la clarté aux familles à propos des décisions d'arrêts des soins, afin de leur garantir qu'elles ne sont pas motivées par l'opportunité d'un prélèvement d'organes.

3. Le CCNE juge souhaitable le développement de la formation des professionnels de santé pour l'accompagnement psychologique des familles de donneurs décédés.

4. Le CCNE souhaite la poursuite des campagnes d'information sur le don d'organes, et particulièrement sur le cadre actuel du consentement au don et la possibilité de s'inscrire à tout moment sur le Registre national des refus.

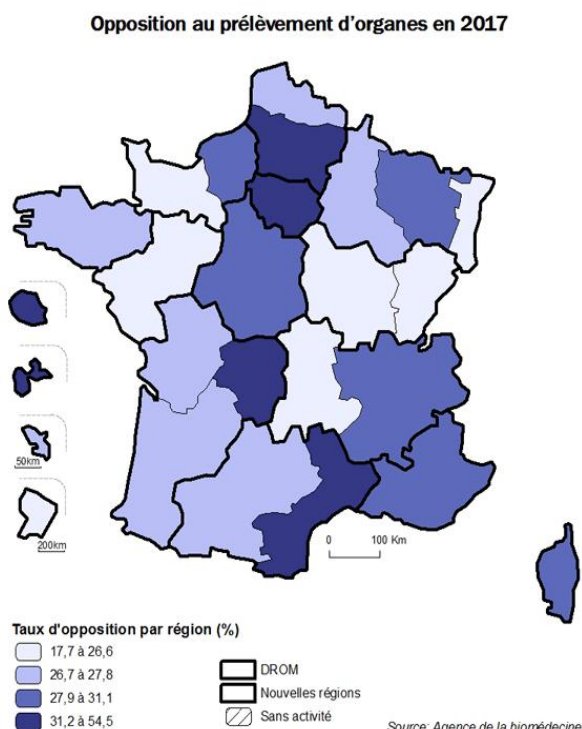
### **Les greffes d'organes à partir de donneurs vivants :**

5. Le CCNE insiste sur l'importance d'une grande vigilance de la part des professionnels encadrant la procédure de recueil du consentement du donneur, à l'égard des pressions intrafamiliales en faveur du don.

6. Le CCNE juge souhaitable une évolution de la législation concernant les dons de reins croisés entre deux paires de donneurs pour autoriser la mise en place d'une chaîne de donneurs successifs, éventuellement initiée avec un rein d'un donneur décédé, tout en s'assurant du respect du consentement éclairé des donneurs comme des patients à greffer.

7. Le CCNE propose la création d'un « statut » du donneur, dans le respect du principe d'équité entre tous les patients inscrits en liste d'attente et il insiste pour que soient raccourcis les délais de remboursement des frais avancés par le donneur vivant, afin qu'il ne soit pas amené à supporter les conséquences financières de ce geste généreux.

Marc Collas



## ANTICOAGULANTS ET ANTIAGREGANTS

Ils sont prescrits par le cardiologue ou le médecin traitant. Ils fluidifient le sang (pour les anticoagulants) ou empêchent les plaquettes sanguines de s'agglutiner (pour les antiagrégants), dans le cadre de diverses maladies cardiovasculaires en traitement préventif ou curatif. Ils nécessitent une éducation thérapeutique du patient de la part de son médecin, en matière de régime alimentaire, respect du traitement, vigilance au risque d'hémorragie...

### LES ANTICOAGULANTS

Ces médicaments fluidifient le sang pour éviter la formation de caillots (thrombose) dans les vaisseaux sanguins. **Les traitements injectables (Héparines...)** : ils sont administrés lors d'intervention chirurgicales ou hospitalisation provoquant une immobilisation. **Les traitements anti-vitamine K (Préviscan...)** : Ils agissent en bloquant l'activité de la vitamine K, indispensable à la coagulation du sang. Ils sont administrés chroniquement dans les arythmies cardiaques, le port de prothèses valvulaires, après certains infarctus du myocarde, et en prévention des thromboses veineuses et embolie pulmonaire (thrombose des artères irriguant les poumons). Leur efficacité variable exige une surveillance avec prises de sang régulières pour doser l'INR (facteur de mesure de la coagulation sanguine) et ajuster si besoin le traitement. **LES NACO : Les nouveaux anticoagulants oraux (Rivaroxaban...)** : Plus récents (2009), ces médicaments inhibent le mécanisme de la coagulation et sont une alternative aux AVK. S'ils sont de plus en plus prescrits, ils ne sont pas indiqués dans certaines maladies (valvulopathie mitrale, prothèses valvulaires, certains infarctus et en cas d'insuffisance rénale sévère). Ils ne nécessitent pas de prise de sang régulière mais un bilan rénal annuel.

### LES ANTIAGREGANTS

Ces médicaments (aspirine...) ciblent les plaquettes sanguines qu'ils empêchent de s'agglutiner. Ils sont prescrits essentiellement dans les maladies artérielles (infarctus, AVC, et artérite).

### LES CHIFFRES EN FRANCE :

940 000 patients prennent des NACO, 810 000 patients prennent des AVK, 500 000 patients prennent des antiagrégants.

Source Fédération de Cardiologie novembre 2018

Marc Collas



## SAM-TRANSFORME 2019

Suite au succès de la manifestation Sam-Transforme de 2018, la Mairie de SAINT VALERY EN CAUX a décidé de proposer de renouveler cette opération en 2019. Pour des raisons de disponibilités et de calendrier, l'événement a été programmé sur 4 jours, fin mars 2019. Samuel FENESTRE, lycéen de classe de seconde et sportif cycliste, greffé du foie à l'âge de un an et demi, est à l'initiative de ce mouvement dont le but est de promouvoir le don d'organes.

Cette année encore, Cardio-Greffes Haute-Normandie s'est associée à cette démarche en assurant, au cours d'ateliers, la diffusion de l'ensemble des informations sur le don d'organes auprès des écoles de SAINT VALERY. Pour CGHN, Hugues, Geneviève et Marc ont participé aux trois réunions préparatoires, en collaboration avec les représentants de la Mairie qui ont assuré les contacts avec les écoles, les associations et tout particulièrement le club des randonneurs.

### Le vendredi 22 mars

Dans ses locaux et en présence de Samuel, l'école primaire « Le Grand Pavois », a accueilli la troupe CliniClown et Cie pour un spectacle pour 2 classes sur le thème du don d'organes. Ils ont présenté leur pièce « le don d'organes et la greffe du cœur » qu'ils jouent au théâtre et sur le Parcours du Cœur du 24 au 28 mars entre Paris et Les Arcs en Savoie.

Madame Jacqueline ALTMANN, adhérente de CGHN, accompagnait les clowns et a pu témoigner de son parcours de transplantée cardiaque. Elle a su faire partager ses ressentis par rapport à la double greffe cardiaque (1990 et 2003) dont elle a bénéficié et transmettre son goût pour la vie. Mme ALTMANN a renouvelé ses remerciements et son admiration pour les services médicaux et les donneurs devant un auditoire très à l'écoute.



*Les CliniClown en représentation pour les collégiens*



*Mme ALTMANN en compagnie de Samuel*

### Le vendredi 29 mars

Au collège Jehan LE POVRE MOYNE de SAINT VALERY, pendant la pause méridienne, trois représentants de CGHN (Séverine, Marie-Pascale et Pierre) ont tenu le stand d'information sur le don d'organes. De nombreux collégiens sont venus spontanément s'informer sur le don, les questions et les échanges sur ce thème furent nombreux. En fin de séance, la CPE du collège est venue remercier les 3 animateurs du stand et a montré sa satisfaction en souhaitant renouveler l'opération l'an prochain.



*Les bénévoles de CGHN à la manœuvre*

Au stade GAULARD, toutes les écoles primaires de la ville ont participé à une présentation adaptée sur le don d'organes, en alternance avec des stands d'initiation aux gestes de premier secours animés par des professionnels secouristes ou infirmiers et des ateliers de sport et détente encadrés par l'association sportive des randonneurs valériquais.

Deux équipes de CGHN (Pascal – Hugues et Geneviève-Marc) ont animé les séances d'information de 20 minutes sur le don d'organes, soit un total dans la journée de 15 groupes de 8 à 10 enfants.



Très curieux de s'informer, malgré leur jeune âge, quelques informations au départ ont suffi pour suggérer des questions et lancer la discussion pour bien rester à leur niveau.

## Le samedi 30 mars

Pendant l'opération « portes ouvertes » du lycée de la Côte d'Albâtre de SAINT VALERY destinée à accueillir les nouveaux élèves de la rentrée 2019 et leurs parents, CGHN a présenté un stand d'information de 9 h à 12h dans le hall du lycée. Hugues, Geneviève et Marc étaient accompagnés de Samuel, de représentants de la municipalité et des associations de SAINT VALERY. Quelques échanges ont été possibles malgré la difficulté de s'imposer dans le contexte d'une telle visite.



## Le dimanche 31 mars

Le dimanche après-midi, il était organisé une manifestation sous chapiteau à destination du grand public. Les responsables des associations locales et des représentants de la mairie, comme pendant la journée du vendredi, ont mis en œuvre tous les moyens pour la réussite de l'opération. Les associations militant pour le don d'organes ou pour la prévention et le sport ont reçu les visiteurs sous le chapiteau : France-Rein ; Cardio-Greffes ; Ma Vie mon Souffle ; Transforme ; une infirmière en charge des insuffisants rénaux au CHU ; secouristes EDF.



Le club des randonneurs a proposé des marches sur un circuit d'environ 5km par groupes d'une trentaine de participants à travers la ville en passant par la montée sur les falaises par la vieille ville, le bord de mer et le long des bassins.



Pour CGHN, le bilan global est très positif : des échanges avec les associations locales dont André et ses collègues de randonnée, avec les représentants de la Mairie représentés par Joël SALLE et de Mme Dominique CHAUVEL, maire de SAINT VALERY. Nous les remercions pour la qualité de leur accueil.

Au total, une vingtaine de nos adhérents et une dizaine de leurs proches ont participé à cet événement. Merci à Hugues pour sa participation et pour ses relais avec les organisateurs. Cette manifestation a été l'occasion de s'associer avec France-Rein (M. ASSE et 2 de ses collègues) sur le stand.

Marc COLLAS



*Les nombreux bénévoles, soutenus par la municipalité, font de cette opération un véritable succès auprès des enfants et adolescents de la commune*





## PORTRAIT

### Francis BARQ. Un cœur qui bat toujours après deux transplantations

**A l'aube de ses 70 ans, Francis BARQ continue de bénir chaque jour qui s'offre à lui. Depuis 30 ans, il vit avec le cœur d'un autre et sans ce don d'organe, il n'aurait pas survécu. Rencontre avec cet habitant de LUNERAY.**

« Au printemps dernier, je suis arrivé avec ma bouteille de champagne au service de cardiologie du CHU de ROUEN. Je tenais absolument à célébrer mes 30 ans de greffe avec cette équipe extraordinaire qui m'a sauvé la vie ! » sourit Francis BARQ.

Ce Luneraysien va souffler ses 70 bougies en août prochain. Il est bien conscient que depuis 30 ans sa survie n'a tenue qu'aux mains d'orfèvre de ces chirurgiens spécialisés dans la transplantation cardiaque. Né avec une malformation cardiaque – une cardiomyopathie non obstructive – non opérable, il a 38 ans lorsqu'il entre d'urgence au service cardiologie pour sa première transplantation du cœur.

Le diagnostic était posé depuis 1987, un an après, il est victime d'un malaise et doit être greffé d'urgence sous peine de mourir. « Initialement, c'est le professeur CABROL qui devait m'opérer, mais comme j'ai été hospitalisé d'urgence, c'est son élève, le professeur SOYER qui m'a opéré. »

A l'époque, la technologie est ancienne, le régime postopératoire très lourd, mais Francis BARQ reprend son activité professionnelle à mi-temps à l'usine Renault de SANDOUVILLE. Il réapprend à vivre à son rythme. Il était également sapeur-pompier volontaire au centre de secours de LUNERAY. Son engagement se poursuivra quelques années encore.

#### Deuxième greffe

Les années passent, avec un traitement antirejet qui lui ruine le système rénal. Plus de 13 ans plus tard, la première greffe donne des signes de fatigue. Francis BARQ doit subir une seconde transplantation. Ce sera cette fois-ci un greffon complet transplanté selon les nouvelles techniques.

Depuis 2002, il vit avec le cœur d'un autre : « Je ne sais rien du donneur pour une question de déontologie, mais le remercie chaque jour cette chance qui m'a été donnée de recevoir un organe. »

Francis BARQ a été secrétaire de l'association Cardio Greffes de Haute Normandie pendant plusieurs années. Il ne peut pas faire de don mais il est le témoin vivant de ce formidable acte de générosité.

« Sur LUNERAY, j'ai été un des premiers à subir une transplantation cardiaque. Depuis, à ma connaissance, ils sont quatre qui sont venus me demander conseils » témoigne-t-il. Francis BARQ se rend tous les trois mois au service de cardiologie du CHU de ROUEN, il salue le professionnalisme de cette équipe engagée jour et nuit pour sauver des vies.

#### « Chaque seconde compte »

« A ma deuxième transplantation, l'opération a duré 13 heures, j'ai été hospitalisé plusieurs semaines. Chaque nuit, j'entendais la sonnerie et les infirmiers qui couraient. Chaque seconde compte pour une transplantation cardiaque. Ce sont des gens extraordinaires qui ne comptent pas leurs heures. En France, nous avons la chance inouïe de pouvoir bénéficier de soins quel que soit leur coût, il faut que chacun en soit conscient » dit-il.

Jeudi 11 avril, ce sera une nouvelle date anniversaire pour Francis BARQ : 31 ans de greffe.



Francis a été greffé la première fois à l'âge de 38 ans.

## CGHN EN VISITE A LA FORET D'EAWY

Le 5 octobre, sur proposition de Pierre SUPLICE, une bonne vingtaine de membres de l'association Cardio-Greffes se sont retrouvés aux GRANDES-VENTES, point de départ de notre visite de la forêt d'EAWY.

Monsieur PASTOR, technicien en retraite de l'Office National des Forêts (ONF) nous a guidés et nous a décrit les travaux et les missions dont cet organisme est chargé.

En 1966, l'ONF remplace l'administration des Eaux et Forêts, un établissement public à caractère industriel et commercial chargée de gérer les forêts domaniales, les forêts de certaines communes et des territoires en France.

9000 personnes travaillent à l'ONF, dont 3000 salariés de droits privés et 6000 fonctionnaires chiffres en baisse depuis l'année 2000. Le pôle de DIEPPE concerne les forêts



### Les missions:

- Utiliser et vendre le bois produit par la forêt, dans le cadre d'un plan de gestion de la forêt.
- Protéger le milieu et les espèces, veiller aux équilibres flore et faune.
- Accueillir le public (associations, scolaires...) selon des règles définies.



### Gestion de la forêt

La forêt d'EAWY s'étend sur près de 7000 hectares, n'est traversée par aucun cours d'eau et le sol est constitué d'argile recouvert de limon. Le réchauffement climatique entraîne une évolution des essences comme le remplacement des hêtres qui en représentaient 80% de la surface par le chêne sessile originaire du centre de la France. Afin de mieux gérer les équilibres des sols et des arbres, priorité est donnée à la diversification des essences. Les produits chimiques utilisés pour détruire des variétés envahissantes sont abandonnés pour protéger la biodiversité et l'eau.

Les quantités de bois récolté proviennent de coupes d'éclaircie, de régénération ou suite à des tempêtes. Le marquage des coupes se fait sur chaque arbre, au moins centenaire, en bas et à 1.30m du sol, le calcul des volumes de bois par essence, avant mise aux enchères descendantes est défini statistiquement par le diamètre à 1.30m du sol. Des contrats avec des scieries locales sont établis.

### La visite de CGHN



En fin de matinée M. PASTOR nous emmène à la pépinière de l'Essart dirigée par le responsable, M. POUSSET. C'est sur une surface d'une trentaine d'hectares rachetée par l'état à un agriculteur qu'a été créée en 1973 une pépinière pour fournir les nouveaux plants aux forêts de toute la moitié nord de la France.

Les graines sont récoltées en automne sur des forêts préalablement sélectionnées pour la qualité de leurs arbres, elles sont conservées sur place pour une courte durée ou à la sécherie nationale de La Joux dans le JURA car les hêtres ne produisent des faines que tous les 4 ou 5 ans.



Trois personnes travaillent à temps plein à la pépinière qui produit environ 1 million de plants par an, plutôt en baisse ces dernières années. Les plants sont triés par taille (30-50-80cm) et mis en bottes de 25 ou 50 et conservés en salle climatisée avant l'expédition aux forêts.

Nous remercions M. POUSSET pour ses explications sur la gestion de la pépinière et M. PASTOR qui nous a accompagnés toute la journée, nous a fait partager ses connaissances et sa passion pour la forêt, par sa conférence en salle et au cours d'une promenade sur site. Merci également à Pierre SUPPICE pour l'organisation de la journée et ses informations et anecdotes complémentaires sur le sujet.

La journée s'achève par une balade en forêt commentée après un bon repas partagé à l'auberge Saint Hubert aux VENTES SAINT-REMY.

*Marc Collas*





## La recette « Gratin de Crozets aux poireaux »

**Proposée et testée par Aline et Jean-Paul, c'est un régal !**

Pour 4 personnes préparation 25 min cuisson 40 min

500g de crozets. 2 poireaux. 200g de Beaufort. 80 g d'emmental râpé. 4 tranches de jambon cru. 30 cl de crème entière liquide. 30 g de beurre. 1 cuillère à soupe d'huile. 1 cube de bouillon de volaille. 1 pointe de noix de muscade râpée. sel, poivre du moulin.

1. **Nettoyer les poireaux sous l'eau**, raccourcissez-les, fendez-les puis émincez-les. Chauffez l'huile avec 20 g de beurre dans une sauteuse, et faites-les fondre à feu doux 15 min, en mélangeant. Salez et poivrez.
2. **Faites cuire les crozets al dente**, à l'eau bouillante avec le cube de bouillon de volaille.

Egouttez-les. Mettez-les dans un saladier, et ajoutez la fondue de poireaux et la crème.

Assaisonnez de sel, poivre et muscade. Mélangez.

3. **Préchauffez le four à 210°C (th 7).** Retirez la croûte du Beaufort et coupez-le en fines lamelles. Versez la moitié des crozets à la crème dans un plat à four beurré. Recouvrez avec la moitié du beaufort, du râpé et du jambon effiloché. Ajoutez le reste des crozets, beaufort et râpé.

4. **Enfournez pour 15 min.** Servez chaud avec une salade de jeunes pousses.

**L'astuce** *Donnez de la puissance à votre gratin : Remplacez le jambon par des cubes de morteau piqués à la fourchette et cuits à l'eau 15 min ou poêlés 10 min.*

## « Attendre la greffe en toute sérénité »

Une nouvelle plaquette d'information est éditée par un collectif de rédaction – EMPATIENT – uniquement composé de personnes transplantées, et destinée aux personnes en attente de transplantation.

Son objectif est d'informer ces personnes sur le parcours qui les attend et de répondre de la manière la plus exhaustive possible aux questions que chacun se pose.

La brochure est extrêmement complète et détaille les étapes du parcours médical, présente les personnes, professionnelles ou non, pouvant aider le patient pendant ce parcours ; conseille sur la gestion de son incertitude ou de ses angoisses, sur comment prendre soin de soi mais aussi de ses proches et organiser son quotidien. Elle rappelle également les termes de loi sur la greffe et le don d'organes en France.

EMPATIENT

[www.empatient.fr](http://www.empatient.fr)

[contact@empatient.fr](mailto:contact@empatient.fr)

Tel : 0153103740



### MENTION LEGALE

#### CARDIO-GREFFES HAUTE-NORMANDIE

#### Siège social :

Service chirurgie cardio-vasculaire  
Pavillon DEROCQUE - C.H.U. ROUEN  
76031 ROUEN Cedex

Mail : [cardiogreffeshn@orange.fr](mailto:cardiogreffeshn@orange.fr)

Site Internet : <http://cardiogreffeshn.pagesperso-orange.fr/>

Membre de la Fédération des Greffés Cœur et/ou Poumons

Ont participé à ce bulletin :

Geneviève et Marc COLLAS, Jean-Claude FENYO, Daniel JOUEN, Pascal BODENANT, Claude DEBRÉE

Rédaction - Directeur de la publication :

Pascal BODENANT

Ce bulletin et les précédents sont consultables sur le site Internet de Cardio-Greffes Haute-Normandie.

Association régie par la Loi de 1901

Dépôt des statuts en Préfecture de Seine-Maritime le 5 mai 2001

Parution au Journal Officiel le 2 juin 2001