



LE COIN DIETETIQUE : DES RECETTES POUR LES FETES

Pour cette fin d'année, nous avons le plaisir de vous proposer deux nouvelles recettes pour les fêtes.

Elles ont été imaginées par M. Husser, cuisinier, et patient de l'unité de dialyse de Mulhouse .

Ce sont des plats festifs et adaptés à vos besoins.

Nous vous souhaitons de passer de bonnes fêtes et un bon appétit !

❄️ L'équipe diététique d'AURAL ❄️



Carpaccio de saumon frais et de courgettes

Ingrédients pour 2 personnes :

- 120g de saumon frais (60g par personne)
- 2 petites courgettes
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 1 citron jaune
- 2 citrons verts
- Quelques brins d'aneth
- Une gousse d'ail
- Une cuillère à soupe de vinaigre balsamique
- Poivre
- 2 cuillères à café de raifort (optionnel)
- 2 feuilles de salade (optionnel)
- Quelques olives (optionnel)
- Quelques crevettes (optionnel)
- 4 tranches de pain de mie grillées

Préparation :

- Préparer la marinade du saumon : mélanger une cuillère à soupe d'huile d'olive, le jus d'un citron vert, quelques brins d'aneth, du poivre.
- Préparer la marinade des courgettes : mélanger une cuillère à soupe d'huile d'olive, une gousse d'ail finement émincée, le jus d'un citron jaune, une cuillère à soupe de vinaigre balsamique.
- Couper le saumon en fines tranches, les disposer sur une assiette à plat. Verser la marinade sur le saumon, filmer et réserver au frais pendant au moins 2 heures.
- Couper dans le sens de la longueur les courgettes lavées non épluchées à l'aide d'un économiseur afin d'obtenir 8 à 10 « tagliatelles » de courgette. Les disposer à plat sur une assiette, verser la marinade, filmer et réserver au frais pendant au moins 2 heures.

Présentation :



Poser 6 tagliatelles de courgettes en forme de quadrillage. Disposer les tranches de saumon au dessus. Décorer avec quelques brins d'aneth, des olives, des crevettes, des fines tranches de citron vert. Pour plus de saveur, mettre une cuillère à café de raifort dans une feuille de salade et ajouter 2 tranches de toast.

Dresser la seconde assiette de la même manière.

Paupiettes de volailles farcies sauce morilles, petits légumes et purée de patates douces

Ingrédients pour 2 personnes :

- 220 à 240g d'escalope de volaille
- 150g de carottes
- 150g de poireaux
- 150g de navets
- 180g de champignons de Paris
- 20g de morilles séchées
- 4 échalotes
- 400g de patates douces
- 2x20cL de crème entière liquide
- 110g de beurre doux
- 20cL de lait demi-écrémé
- Quelques brins de persil
- Une pointe de couteau de noix de muscade moulue
- Poivre moulu
- 2 cuillères à soupe de vin blanc



Préparation :

La veille, préparer la duxelles, les paupiettes et les légumes :

Pour la duxelles : Nettoyer et hacher les champignons de Paris, 2 échalotes et le persil. Faire fondre 30g de beurre dans une sauteuse. Ajouter les échalotes et les champignons, laisser cuire jusqu'à ce que toute l'eau soit évaporée. Ajouter le persil et laisser cuire encore quelques minutes. Réserver.

Pour les escalopes : Découper les pointes des escalopes pour avoir des jolis carrés. Ouvrir l'escalope en portefeuille (couper en deux dans le sens de l'épaisseur afin de pouvoir y insérer la farce par la suite). Mixer 60g de pointes d'escalopes, 20cL de crème entière liquide et du poivre dans un petit mixeur afin d'obtenir une farce compacte. Mélanger cette préparation avec la duxelles préparée précédemment, puis mettre la farce ainsi obtenue au centre des escalopes ouvertes. Rabattre les escalopes en forme de rouleau. Envelopper très serré chaque rouleau dans un film étirable et réserver au réfrigérateur jusqu'au lendemain.

Pour les légumes : Eplucher et laver les légumes (carottes, poireaux, navets), les couper en biais pour faire une présentation originale. Les blanchir (cuire à grande eau, départ à froid), égoutter, puis réserver les légumes au réfrigérateur jusqu'au lendemain.

Le jour même :

Pour les paupiettes : Faire tremper les morilles, les laver, les couper en deux dans le sens de la longueur, les relaver et réserver.

Dans une casserole faire chauffer de l'eau jusqu'à frémissement (juste avant ébullition). Pocher les rouleaux de poulets filmés pendant 25 minutes, jeter l'eau et réserver.

Dans une casserole, faites revenir 20g de beurre, 2 échalotes préalablement ciselées et les morilles. Retirer le film plastique des paupiettes (attention à ne pas se brûler), puis les ajouter dans la casserole afin de les faire dorer. Retirer les paupiettes une fois dorées et déglacer le suc obtenu avec 2 cuillères à soupe de vin blanc et 20cL de crème entière liquide.

Pour la purée : Eplucher, laver et couper grossièrement les patates douces. Cuire dans beaucoup d'eau pendant 15 à 20 minutes. Egoutter et mixer les patates douces.

Dans une casserole, mélanger et chauffer en même temps, la purée de patates douces, 20cL de lait, de la muscade et 60g de beurre, remuer énergiquement afin d'obtenir une purée lisse.

Présentation :

Au dernier moment, réchauffer les aliments. Couper les paupiettes en tranches puis les disposer sur le côté d'une assiette. Faire des boules de purée de patates douces avec une cuillère à glace et les disposer sur l'autre côté de l'assiette. Placer les légumes blanchis au centre de l'assiette. Décorer avec du persil. Dresser la seconde assiette de la même manière.

Bonne dégustation !



ENQUETE DE SATISFACTION PATIENTS

Depuis mi novembre, la nouvelle enquête de satisfaction des patients en dialyse est diffusée à chacun d'entre vous. Il est primordial pour AURAL que chaque patient puisse s'exprimer dans le cadre de son parcours de soin et participer à notre démarche d'amélioration continue de la qualité. Vous avez **jusqu'au 31 décembre** pour retourner le questionnaire. Les résultats vous seront communiqués au cours du 1^{er} semestre 2019.



Nous vous remercions pour votre précieuse participation à cette enquête.

SEMAINE DE LA SECURITE DES PATIENTS



La Semaine de la sécurité des patients s'est tenue du 26 au 30 novembre pour la 8^{ème} année consécutive. Cette campagne a pour objectif de sensibiliser l'ensemble des publics sur les enjeux de la sécurité des soins et de favoriser un dialogue entre usagers et professionnels de santé. Cette année le projecteur était mis sur **la prise en charge médicamenteuse**.

Durant cette semaine vous avez reçu un questionnaire à la fois ludique et instructif pour vous permettre de prendre conscience des enjeux liés à l'utilisation des médicaments.

Bien utiliser les médicaments passe par une bonne connaissance de ceux-ci afin d'éviter des effets indésirables.

Pour toutes questions relatives à vos traitements médicamenteux, n'hésitez pas à solliciter les professionnels qui vous entourent.

LA CERTIFICATION V2014



La visite de certification de la Haute Autorité de Santé (HAS) a eu lieu la dernière semaine de septembre. Dans l'attente des résultats officiels, l'établissement a reçu un retour positif des experts visiteurs ayant rencontré les professionnels et certains patients pris en charge. Nous ne manquerons pas de vous informer des résultats obtenus.

LA SECURITE INCENDIE CHEZ AURAL

Dans le cadre de la sécurité incendie, la réglementation en vigueur requiert la réalisation de deux exercices d'évacuation incendie annuels. Ainsi le 16 octobre dernier, le second exercice a eu lieu pour le site de Strasbourg Bergson. Ces exercices ont pour but d'évaluer les acquis de nos collaborateurs suite aux différentes formations/informations réalisées par le référent **Service Sécurité Incendie et Assistance à Personne** (référent SSIAP), l'animatrice **Santé Sécurité au Travail** (SST) d'AURAL et notre prestataire pour la sécurité incendie.



En 2019, les sites de Colmar et Haguenau réaliseront leurs premiers exercices à leur tour. A terme, l'ensemble des sites AURAL seront concernés par ces exercices.

Nous remercions l'ensemble des patients ayant, dans la bonne humeur, participé aux exercices à Strasbourg.



Nous vous solliciterons à nouveau durant les exercices à venir avec une difficulté supplémentaire : une évacuation pendant la séance de dialyse avec départ de feu. Rassurez-vous, il sera virtuel !

Dès à présent, **merci à Vous tous pour votre implication** afin de nous permettre de garantir votre sécurité tout au long de vos passages au sein de nos unités.

Françoise KOEBEL – Animatrice Santé Sécurité au Travail

SEMAINE DU REIN 2019 – Du 9 au 16 mars

Dans le cadre de la Semaine du rein, les équipes d'Éducation Thérapeutique du Patient (ETP) d'AURAL, en partenariat avec France REIN, ont prévu de vous proposer des ateliers de rencontres et de découvertes sous forme de stands d'informations. Cet événement aura lieu les **13 et 14 mars, de 11h30 à 14h30**, sur le site d'AURAL Strasbourg (Bergson). Les patients de Strasbourg (AURAL, HUS et Sainte Anne), Haguenau et Saverne seront invités à y participer. Ces ateliers ont pour but de **proposer des actions en faveur des patients dialysés**. Les stands auront pour thèmes l'ETP, la greffe, l'Activité Physique Adaptée, la sophrologie, l'hypnose... L'occasion également pour vous de mieux connaître le rôle des associations comme France REIN ou Force et Courage.



Cette forme de sensibilisation est prévue d'être déployée dès 2020 dans l'ensemble des unités de dialyse AURAL.

En 2019, dans le Haut-Rhin, comme chaque année, les professionnels d'AURAL participeront eux aussi activement à cette Semaine du rein au sein des centres hospitaliers partenaires.

Caroline VUILLET - Infirmière coordinatrice ETP AURAL

DEVELOPPEMENT DURABLE

AURAL étant engagé depuis plusieurs années dans une démarche de développement durable, nous vous présentons aujourd'hui le dernier bilan environnemental d'une séance de dialyse :



En moyenne, en 2017, une séance d'hémodialyse réalisée dans un centre AURAL génère 1,47 kg de Déchets d'Activités de Soins à Risques Infectieux (DASRI) (contre 1,63 kg en 2016), soit sur une semaine, par patient, **4,41 kg**. En dialyse péritonéale et en hémodialyse à domicile, les DASRI étaient de **3,6 kg** par semaine et par patient (contre 4,32 kg en 2016). Les DASRI sont des déchets dangereux qui nécessitent une incinération à haute température, ce qui n'est pas sans impact sur le plan écologique. **Bien trier les DASRI et minimiser leur poids est donc meilleur pour l'environnement.**

En 2017, chaque séance d'hémodialyse a nécessité en moyenne **491 litres d'eau** (484 litres en 2016). Il y a des disparités entre les sites d'AURAL qui s'expliquent par le niveau de performance des équipements et surtout par le nombre de générateurs en fonctionnement car la consommation d'eau par la centrale de traitement est la même quel que soit le nombre de générateurs en fonctionnement.

Il est donc important d'optimiser les roulements dans les centres de dialyse pour diminuer la consommation d'eau par séance. En 2017 à AURAL la consommation d'eau (eau en dialyse et eau à usage sanitaire) a été équivalente au **remplissage de plus de 23 piscines olympiques** !



En 2017, la consommation énergétique de l'ensemble des bâtiments AURAL (7 bâtiments) s'est élevée à 3 248 mégawattheures. L'électricité représentait 68 % de la consommation énergétique et le chauffage 32%. Par rapport à 2016, **la consommation a très légèrement diminué** alors que l'activité a augmenté, ce qui est positif.

Emilie FLUCKIGER - Chargée de projets qualité et Développement Durable