

Dernières Nouvelles d'AURAL

AUTOMNE 2025 - N°46

BULLETIN D'INFORMATION TRIMESTRIEL DES PATIENTS DIALYSÉS

**Votre newsletter
dédiée !**



Les **Dernières Nouvelles d'AURAL** est un journal trimestriel coproduit par les professionnels de santé d'AURAL, les représentants des usagers et nos patients dialysés.

Le 1er numéro est paru en juillet 2005 sous un format bien éloigné de l'actuel.

Il est distribué à tous les patients dialysés en unité ou à domicile.

Ce journal propose des articles et des informations pertinentes pour vous patients/tes, mais également pour vos familles et vos proches. Il vous est dédié et vos contributions (idées et suggestions) sont les bienvenues !

Au delà de la mise en lumière de récits de vie (patients et collaborateurs AURAL), d'actualités de l'établissement et de son environnement, ce journal vous propose des informations sur la dialyse, des conseils, des recommandations diététiques, des recettes, et bien plus encore !

Vous avez des questions, des commentaires, des suggestions ? Contactez nous à l'adresse suivante : communication@aural.fr.



**Directrice de publication**

Rebecca D'ANTONIO

Responsable de la rédaction

Sabine THOMAS

Comité éditorial

Rebecca D'ANTONIO

Élie LEONHARDT

Aurélie BANNEREAU

Sophie QUERE

Myriam DENFOUR

Naoual SALAH

Sabine THOMAS

Crédit photographies

AURAL

Editeur / imprimeur

AURAL/IMPRIMERIE AURA CHRYSS

À propos

Publication trimestrielle à destination des patients dialysés.

Edition N°46 - Automne 2025

Tirage : 720 exemplaires

N°ISSN : 2824-4605

Dépôt légal

Tous droits réservés à AURAL.

La reproduction même partielle du contenu des articles, photos et illustrations de cette newsletter est interdite.

SOMMAIRE

Éditorial	page 4
Évènement : changement de présidence	page 5
Société : dossier greffe et donneurs vivants	page 6
Zoom métier : rencontre avec l'EOH	page 9
Campagnes : vaccination hivernale, semaine de la sécurité des patients	page 11
Votre quotidien : l'ETP évolue et progresse	page 13
En bref : du neuf à Sainte-Anne, animations dans le Haut-Rhin, nouveau Représentant des Usagers	page 14
Diététique : la preuve par l'oeuf !	page 16
À votre écoute	page 18
Appel à volontaires : les artistes musicaux	page 19
Agenda	page 20
Jeux	page 21



Progresser et innover : cap vers 2026 avec notre nouveau Président

J'ai l'honneur de rédiger cet éditorial en tant que nouveau Président d'AURAL.

Après plus de 50 ans d'existence, l'établissement a connu une évolution remarquable : d'une structure initialement chargée d'une dizaine de patients dialysés et d'une vingtaine de collaborateurs, AURAL compte aujourd'hui près de 850 patients dialysés et 450 collaborateurs engagés. À cela s'ajoutent une activité d'Hospitalisation à Domicile en pleine croissance, un centre de formation reconnu, ainsi qu'un dynamisme constant en matière d'innovation et de recherche.

Quelle évolution... et quelle responsabilité !

Mon parcours s'est construit au fil des années au sein de la néphrologie alsacienne, d'abord au CHU de Strasbourg, puis à Colmar et enfin à Mulhouse, où j'exerce toujours. En parallèle, j'ai eu la chance de présider la Commission Médicale d'Etablissement d'AURAL depuis plus de 10 ans, et d'assurer la coordination régionale du registre REIN (Réseau Epidémiologie et Information en Néphrologie) pour l'Alsace. Ces fonctions m'ont permis de mesurer la richesse humaine et la compétence de nos équipes, ainsi que la singularité d'AURAL : une structure à la fois exigeante, innovante et profondément attachée à la qualité du soin.

L'évolution des thérapeutiques en néphrologie et la personnalisation croissante des parcours de soins au bénéfice des patients permettent d'améliorer la qualité de la prise en charge.

C'est dans cette dynamique qu'a pris forme notamment, la collaboration renforcée avec l'AGDUC et l'AVODD au sein de 3A SANTE.

Enfin, je souhaite souligner l'importance de la collaboration étroite entre la Présidence et la Direction, incarnée par Mme D'ANTONIO, avec qui s'exerce au quotidien un travail de confiance et de complémentarité, sous le contrôle attentif et bienveillant du Conseil d'Administration que j'ai l'honneur de présider. Cette gouvernance partagée est une force essentielle pour poursuivre notre mission et faire vivre nos valeurs.

Cette nouvelle édition des DNA vous permettra une meilleure compréhension de cette gouvernance.

Je vous souhaite une bonne lecture.



Dr François CHANTREL

Président d'AURAL

Chef du service de néphrologie du Groupe Hospitalier de la Région de Mulhouse Sud-Alsace



Le Conseil d'Administration et l'Assemblée Générale d'AURAL se sont tenus le 24 juin dernier.

Ce Conseil d'Administration a revêtu un caractère particulier puisqu'il marquait la fin du mandat de M. le Pr HANNEDOUCHE en tant que Président d'AURAL.

Nous lui exprimons notre profonde gratitude pour son **engagement et son investissement au sein du Conseil d'Administration depuis 1993, dont 23 années en tant que président.**

Son mandat a été marqué par sa capacité à favoriser la participation de chacun et à valoriser les orientations stratégiques de la direction.

À l'issue de ce mandat, une nouvelle élection a permis de désigner son successeur.

M. le Dr CHANTREL a été élu Président de l'établissement AURAL.

Les membres du bureau du Conseil d'Administration ont également été élus pour une durée de 4 ans :

- Président : M. le Dr François CHANTREL (succède au Pr H)
- Vice-présidente : Mme le Dr Françoise HEIBEL (succède au Dr CHANTREL)
- Trésorier : M. le Dr Alexandre KLEIN
- Secrétaire : Mme Marie-Paule GLADY (succède au Dr HEIBEL)

Par ailleurs, la composition des membres qualifiés a été modifiée pour une durée de 4 ans. Elle comprend désormais :

- M. Joseph EICHENLAUB
- Mme Marie-Paule GLADY
- Mme Marie-Hélène RAFF



Légende de gauche à droite : M. le Pr Thierry HANNEDOUCHE, Mme le Dr Françoise HEIBEL, M. le Dr François CHANTREL.

Dossier greffe : focus sur les donneurs vivants

Partie 1 : généralités

Le nombre de personnes atteintes par une maladie rénale chronique augmente, et la greffe, a fortiori d'un rein prélevé sur un donneur vivant, représente un intérêt certain pour une grande partie d'entre elles. La **solution thérapeutique que constitue la greffe doit pouvoir être systématiquement envisagée dans les parcours de soins**, et les greffons être disponibles en nombre suffisant. Si l'accès à la greffe dépend de l'**éligibilité des patients** (l'âge et certaines pathologies étant incompatibles avec la mise en œuvre d'une procédure de greffe), il est donc également conditionné par l'inscription des patients sur **liste d'attente associée à une disponibilité suffisante des organes**.

Ces deux axes constituent une priorité nationale, soutenue dans le **plan ministériel pour le prélèvement et la greffe d'organes et de tissus 2022-2026**, construit en partenariat avec les partenaires institutionnels, sociétés savantes, associations d'usagers et professionnels de santé. Ce plan présente un **objectif de 20 % de greffes rénales réalisées à partir d'un donneur vivant** à horizon 2026. **A l'heure actuelle, la majorité de reins greffés proviennent de donneurs décédés.**

La greffe rénale a par ailleurs bénéficié de l'**assouplissement du recours au don croisé**, permis par la dernière révision des lois de bioéthique françaises.

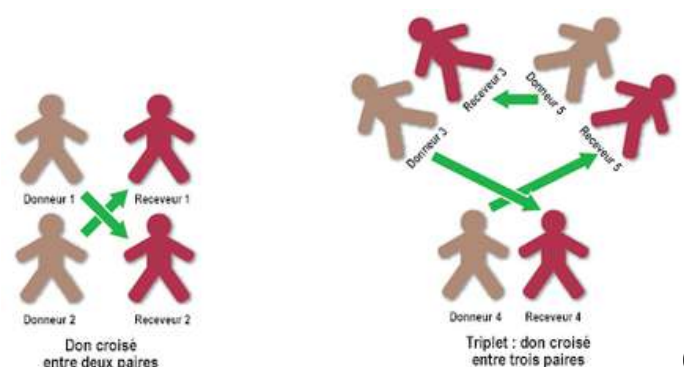


En France, les greffes rénales à partir de donneurs vivants ne représentaient en 2018 que 15,3 % alors que d'autres pays du nord de l'Europe enregistraient des taux plus élevés. L'une des explications à ce retard reste la méconnaissance d'une part du grand public qui ignore tout de cette technique. Il y a aussi un manque d'information et parfois quelques **réticences** puisque ce type de greffe implique d'opérer une personne qui n'est pas malade pour lui prélever un rein.

En 2024, ce sont **3 757 greffes rénales françaises qui ont été réalisées, dont 598 à partir de donneurs vivants**.

A deux reprises et pour la première fois, au cours de l'année **2024, 3 paires de donneurs/receveurs de reins ont été opérés simultanément en France**. Le don croisé permet de réunir des « paires » de donneurs/receveurs qui ne sont pas compatibles entre eux, mais dont le receveur est compatible avec le donneur d'une autre paire et ainsi contourner l'incompatibilité (de groupe sanguin et/ou immunologique).

Vidéo : "Greffe de rein : c'est quoi le don croisé ?".



Dossier greffe : focus sur les donneurs vivants

Partie 2 : avis et questions

L'équipe médicale strasbourgeoise, en lien avec le service de transplantation des HUS, vous propose de répondre aux questions les plus fréquentes que vous vous posez sur la greffe de rein.

Qui peut donner ?

Les conditions des greffes avec donneur vivant sont strictement encadrées par la loi (*articles L 1231-1 et 1231-3 du code de la santé publique issus de la loi de bioéthique n° 2011- 814 du 7 juillet 2011*) qui définit en particulier le cercle des donneurs vivants possibles :

- Le père ou la mère,
- Un fils ou une fille,
- Un frère ou une sœur du receveur,
- Le conjoint,
- Les grands-parents,
- Les oncles ou tantes,
- Les cousins germains /cousines germaines,
- Toute personne apportant la preuve d'une vie commune d'au moins 2 ans avec le receveur,
- Toute personne pouvant apporter la preuve d'un lien affectif étroit et stable depuis au moins 2 ans avec le receveur.



Les donneurs potentiels doivent faire la démarche eux-mêmes afin de se signaler auprès de l'équipe de greffe strasbourgeoise.

Seules des personnes majeures et responsables peuvent être prélevées. La loi n'impose aucune limite d'âge pour le donneur. Vous ne pourrez pas donner de rein si vous avez une infection ou que vous présentez plusieurs pathologies médicales sévères (diabète, obésité, etc.).

Qui peut recevoir ?

Tout **patient adulte au stade d'insuffisance rénale chronique terminale (IRCT) dialysé qui répond à certains critères et les patients en IRCT avant le stade de la dialyse**. Les enfants qui, malgré la différence de taille, peuvent dans certains cas recevoir le rein d'un adulte.



Suis-je éligible à une greffe rénale ?

La greffe rénale est indiquée en cas de défaillance sévère de la fonction rénale, qu'on appelle l'insuffisance rénale terminale. Le patient peut avoir commencé ou non une supplémentation par dialyse avant la greffe. De nombreux **critères médicaux** seront évalués afin de valider l'éligibilité.

Le saviez-vous ?



L'équipe d'**Education Thérapeutique du Patient** d'AURAL vous propose de participer à **des ateliers pour comprendre la greffe et prendre en compte les conditions et les étapes de préparation à la greffe rénale**.

Que ce soit en présentiel ou à distance en visioconférence (avec un patient expert sur le sujet), une équipe formée anime un atelier sur le sujet.

Vous êtes intéressés ? Faites-le savoir à votre équipe de soin !

Dossier greffe : focus sur les donneurs vivants

Partie 3 : questions- réponses

À quelles conditions ?

Les néphrologues d'AURAL repèrent les patients éligibles à la greffe et coordonnent le bilan pré-greffe du **receveur**.

Le bilan du **donneur** est prescrit par l'équipe pré-greffe du CHU de Strasbourg.

Ces bilans terminés, le patient receveur et son donneur sont vus en consultation "pré don" au **Nouvel Hôpital Civil** (NHC) à Strasbourg où l'ensemble de leurs bilans est examiné pour vérifier la faisabilité de la greffe.

Les couples donneur receveur sont ensuite pris en charge par l'équipe de transplantation du NHC pour la suite des démarches administratives et l'organisation de la greffe.

En parallèle, dans l'éventualité d'une non faisabilité de la greffe à donneur vivant, le receveur est inscrit sur la liste nationale d'attente de greffe gérée par l'**Agence de la Biomédecine** en vue d'une greffe à donneur décédé.



Quelles sont les contre-indications à la greffe rénale ?

- Un âge supérieur à 85 ans (bien que l'âge reste un critère de refus relatif, les transplantations sont très rares après cet âge),
- Un risque anesthésique trop important,
- Une espérance de vie limitée (pathologies cardio-vasculaires, pulmonaires, cancers, ...),



- Des antécédents de cancers solides ou d'hémopathies (en fonction du délai respecté après la mise en rémission),
- Une pathologie psychiatrique non stabilisée et/ou non suivie ou contre-indication l'usage des corticoïdes,
- Une démence avérée,
- Une addiction à certaines drogues ou à l'alcool, sans processus de sevrage commencé.



Le sevrage tabagique est fortement recommandé.

Quel est le délai d'attente pour une greffe à donneur décédé ?

L'équipe médicale ne peut pas se prononcer sur le délai d'attente car il est extrêmement variable et dépend notamment de :

- l'âge du patient,
- le groupe sanguin du patient,
- son immunisation

dans un contexte de pénurie de greffons.

La rencontre avec l'équipe de greffe de l'hôpital et l'inscription en liste de greffe est conditionnée par l'accomplissement de l'ensemble des examens pré-greffe demandé.

Dans l'objectif de raccourcir le délai la proactivité du patient, à réaliser rapidement son bilan et à prendre ses rendez-vous, est primordiale!

Le suivi ?

Un suivi médical régulier, à vie, est organisé pour les donneurs vivants et, bien-sûr, pour les patients greffés.



La greffe sauve des vies, parlez-en autour de vous !

Zoom métier

Rencontre avec l'EOH



Au sein de notre établissement existe un service qui s'appelle l'EOH : nous vous expliquons tout !

Que signifie EOH ?

L'EOH est l'Équipe Opérationnelle d'Hygiène.

Qui compose ce groupe ?

Elle regroupe des professionnels de santé spécialement formés en hygiène hospitalière : médecins, infirmiers hygiénistes, parfois pharmaciens et microbiologistes. Chaque site géographique compte un correspondant en hygiène, maillon essentiel pour maintenir le lien et conseiller les collaborateurs sur les notions basiques d'hygiène.

Il est important de souligner que **le coordonnateur de l'EOH à AURAL possède une expertise de 15 ans dans cette spécialité** et une présence de 25 ans au sein de la structure ! L'arrivée d'un second professionnel il y a presque 3 ans, a également amené un nouveau souffle créatif.



Quelles sont les missions ?

La mission principale est la prévention et le contrôle du risque infectieux.

Notre équipe pluridisciplinaire travaille en étroite collaboration avec la direction, les soignants et les correspondants en hygiène dans les services, mais aussi avec les équipes techniques, la logistique ou encore la communication, car l'hygiène concerne l'ensemble de l'établissement.

Nous oeuvrons pour que la prise en charge soit la plus sécurisée possible. Nous collaborons effectivement plus avec les équipes que directement avec nos patients.



Quelle est la définition de l'hygiène au sein d'un établissement de santé ?

Quand on parle d'hygiène dans un établissement de santé, on parle de toutes les pratiques et comportements qui visent à protéger les patients, les professionnels et les visiteurs contre le risque infectieux. Sur le terrain, cela se traduit par des gestes simples mais essentiels comme l'hygiène des mains, l'application des précautions standard, la bonne gestion du matériel, du linge, des déchets et l'entretien des locaux. L'EOH réalise aussi des audits et reste à l'écoute des équipes pour les aider à améliorer leurs pratiques.





Au sein de notre établissement existe un service qui s'appelle l'EOH.

Comment cela se traduit-il sur le terrain?



Concrètement, cela veut dire mettre en place et actualiser des protocoles, former et sensibiliser les professionnels, surveiller les infections associées aux soins, mais aussi accompagner les équipes de terrain au quotidien.

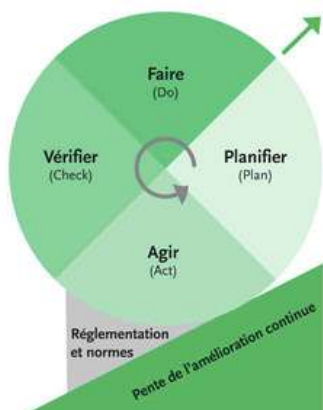
L'équipe travaille en backup pour l'intérêt des patients, le seul objectif étant l'amélioration de la qualité des soins au travers des bonnes pratiques d'hygiène. Elle formalise notamment les protocoles, issus de recommandations et validation médicale. Elle travaille en étroite collaboration avec le service qualité dont elle fait partie (pôle Qualité, Hygiène, Sécurité Environnement).

Le mode de fonctionnement en est identique :

- Evaluation des besoins,
- Propositions de recommandations,
- Réalisations de protocoles, procédures
- Accompagnement à l'application sur le terrain.
- Evaluation au travers d'audits puis réajustements si besoin.

Tout au long de l'année, des campagnes de sensibilisation à l'attention des soignants mais également des patients sont organisées.

La spécificité à AURAL est leur forte présence mensuelle sur le terrain, afin d'accompagner les équipes.



Le développement durable est-il un enjeu qui vous mobilise également ?

Le développement durable fait partie de nos préoccupations. Nous cherchons à concilier sécurité des soins et respect de l'environnement, par exemple en optimisant l'usage des produits, en limitant les déchets et en privilégiant des alternatives plus durables chaque fois que c'est possible.



Le mot de la fin

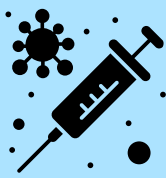
Toutes les procédures et démarches mises en place et engagées par l'EOH ont été validées institutionnellement par la Haute Autorité de Santé lors de la Certification.

Pour rappel la certification est un dispositif d'évaluation externe obligatoire pour tous les établissements de santé français, publics et privés. Son objectif est de porter une appréciation indépendante sur la qualité et la sécurité des soins et l'ensemble des prestations délivrées.



Campagne

Pour passer un hiver en sécurité



L'EQUIPE OPÉRATIONNELLE D'HYGIÈNE (EOH) VOUS ACCOMPAGNE CET HIVER !

Les fêtes de fin d'année approchent à grands pas, festivités et joies pointent à l'horizon ...en même temps que les virus saisonniers et autres maladies de la saison froide. Pour passer ce cap en toute sérénité, l'EOH vous rappelle quelques règles d'hygiène simples à mettre en œuvre dans notre établissement mais aussi au sein de votre domicile :

Règle 1

Se frictionner les mains avec un produit hydroalcoolique ou à défaut, se laver les mains au savon lorsque vous arrivez à AURAL et lorsque vous quittez AURAL, ou, lorsque votre professionnel de santé vous propose de faire un geste d'hygiène des mains.



Dans votre vie quotidienne, après être allé aux toilettes, avant de faire la cuisine, après avoir fait les courses mais aussi après avoir été en contact avec une personne malade (rhume, bronchite ou autres maladies saisonnières ou non). Si vous êtes vous-même malade, pensez à vous laver les mains après vous être mouchés.

Règle 2



Porter correctement un masque chirurgical lorsque vous arrivez à AURAL (toujours d'actualité à cause du COVID).

Dans votre vie quotidienne, si vous devez être en contact avec une personne atteinte par une maladie respiratoire (rhume ou bronchite par ex.), protégez-vous. Pensez également à demander à la personne malade de porter un masque, une double-protection est plus sécurisante.

Règle 3

Informez votre entourage et vos professionnels de santé si vous débutez une maladie saisonnière ou si vous êtes déjà malade. Cela permettra de limiter les contaminations.



Règle 4



Mangez équilibré en n'omettant pas les apports en aliments vitaminés (en respectant votre régime alimentaire prescrit si cela est le cas).

Rapprochez-vous de vos diététiciennes qui vous prodigueront tous les conseils nutritionnels adéquats.

Règle 5

Faites-vous vacciner, notamment contre la grippe et contre la COVID19. Parlez-en à vos professionnels de santé qui sauront vous renseigner.



Franck CLAUSS

Infirmier hygiéniste / Coordonnateur EOH

Campagne

Semaine de la sécurité des patients

Semaine
de la sécurité
des patients

A l'occasion de la **Semaine de la Sécurité des Patients** qui s'est tenue cette année du **15 au 19 septembre 2025**, AURAL a choisi de mettre en lumière la plateforme *Mon Espace Santé*, qui contribue activement à la sécurisation de la prise en charge des patients en :

- centralisant les informations médicales
- garantissant la confidentialité des données
- facilitant la coordination des soins

Ces fonctionnalités permettent de réduire les risques d'erreurs et d'assurer une prise en charge plus efficace et personnalisée.

Pour encore plus de sécurité dans vos soins

- Sécuriser la prise en charge
- Centraliser les informations
- Améliorer la coordination des soins
- Assurer la confidentialité des données

Activez dès aujourd'hui >>> **mon ESPACE SANTÉ**

AURAL peut vous aider

Parlez-en aux professionnels de santé qui vous entourent

Semaine de la sécurité des patients

En savoir plus

mon ESPACE SANTÉ

CONSERVEZ VOS INFORMATIONS DE SANTÉ EN LIGNE

La sensibilisation s'est traduite en unité par :

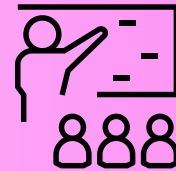
- La diffusion sur les écrans dynamiques,
- Le passage sur les sites de Bergson, Haguenau et Mulhouse d'Audrey STEGEL, coordinatrice des secrétariats médicaux, et Sophie QUÉRÉ, directrice qualité, pour rencontrer les patients et accompagner ceux qui le souhaitent dans l'activation de leur espace,
- Le passage de deux Représentants des Usagers, Mme Marie-Claude VONTHRON-DODANE et M. René EICHLER, sur le site de Bergson pour échanger avec les patients,
- Les patients de dialyse à domicile ont été destinataires d'une information par mail, accompagnée du guide d'activation.



Mon Espace Santé est un portail patient personnel où vous pouvez consulter et gérer vos informations médicales. Il inclut le DMP (Dossier Médical Partagé) qui permet aux professionnels de santé autorisés, d'accéder à vos données médicales, pour une meilleure prise en charge.

Votre quotidien

L'Education Thérapeutique du Patient (ETP)
toujours en évolution



Peau neuve pour l'ETP !

L'ETP permet d'améliorer la qualité de vie des malades ayant une pathologie chronique, en les rendant **acteurs de leur prise en charge**.

Vous êtes pour la plupart déjà familiarisés avec le logo de l'ETP, coloré et figuratif que vous retrouvez sur tous les supports de communication au sein de nos unités et à domicile.

Chaque année, l'équipe d'ETP fait évoluer et ajuste le programme qui vous est proposé, avec de nouveaux objectifs et ateliers pour permettre de répondre au mieux à vos besoins.

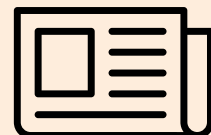
En 2025, **les noms des ateliers ont changé et le visuel de l'affiche a fait peau neuve**, cadrant mieux avec votre quotidien.



Les écrans dynamiques d'informations, installés dans vos salles d'attente en unités d'hémodialyse, diffusent régulièrement les dates et les thèmes des ateliers, proposés en présentiel ou de chez vous, en visio-conférence.

Vous êtes intéressés ? Ouvrez l'oeil !





AURAL Sainte-Anne réintègre ses locaux.

Après plusieurs mois de travaux, l'unité située au sein de la Clinique Sainte-Anne du **Groupe Hospitalier Saint Vincent**, a retrouvé ses locaux entièrement rénovés.

Cette opération de travaux a été menée avec soin pour offrir à nos patients un environnement toujours plus fonctionnel et confortable.

AURAL a collaboré avec le studio artistique **Atelier d'art Métamorphoze**, pour créer un univers aux couleurs douces et naturelles, favorisant le bien-être et la sérénité tout au long du parcours de soins.

Ces nouveaux locaux ont également été conçus pour améliorer les conditions de travail des professionnels : fonctionnalités, ergonomie, circulation, etc.

Ce projet illustre la synergie positive entre les équipes du GHSV et d'AURAL, unies par une même ambition : offrir à chacun – patients comme soignants – un cadre de soins moderne, humain et inspirant.

Au pays d'AURAL, on soigne et on rit !

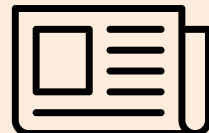
Nous vous proposons un voyage dans le sud du Haut-Rhin, plus précisément à Mulhouse et à Saint-Louis, qui ont proposé aux patients de multiples moments conviviaux cette année (et ce n'est pas fini !).

L'équipe de professionnels volontaires s'est démenée pour organiser des temps forts, en collaboration avec les patients et des associations partenaires.

Fête de Noël, Saint-Valentin, Carnaval et Fête de l'été ont marqué les esprits et ont permis aux patients de vivre leur temps de présence, chronique, avec un peu de légèreté et beaucoup d'humour !

Nous vous proposons un retour en images sur ces moments de détente, salués par l'ensemble des participants. L'émulation dans les autres unités est vivement souhaitée...





Bienvenue

Bienvenue à M. René EICHLER, représentant des usagers pour URILCO 67 (URostomisés, ILéostomisés, Colostomisés) !



Nous avons le plaisir d'accueillir René EICHLER en tant que représentant des usagers suppléant au sein de la Commission Des Usagers (CDU) d'AURAL. Vice-Président de l'association URILCO 67 qui œuvre au soutien des personnes porteuses de stomies, M. René EICHLER rejoint une équipe de représentants investis pour améliorer la qualité de la prise en charge des patients en dialyse et en HAD, aux côtés de Mme Régine RAUSCH, M. Claude STOLL et Mme Marie-Claude VONTHRON-DODANE. Nous lui souhaitons la bienvenue au sein d'AURAL !

Myriam DENFOUR

Secrétaire Générale/Chargée des relations usagers

Les conseils diét'

Bien manger avec un petit budget

La preuve par l'oeuf

Manger des aliments riches en protéines est important pour un patient dialysé.
Nous recommandons 1 à 2 portions par jour de 100g de viande ou poisson ou 2 œufs.

VIANDE, POISSON OU ŒUFS

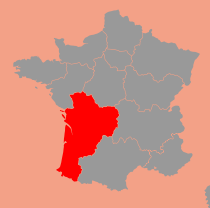


1 portion (soit la taille de la paume de la main) ou 2 œufs

- Consommer de la viande ou du poisson peut parfois être difficile en cas de dégoût pour ces aliments, problème de mastication ou encore une question de budget.
- L'œuf est une bonne alternative à la viande ou au poisson et apporte des protéines de bonne qualité nutritionnelle, en restant la source de protéines la moins chère.
- Il permet une grande variété de recettes rapides pour le déjeuner ou le dîner comme les classiques omelettes, œufs brouillés, à la coque, au plat, durs, pochés, cocotte ou encore des quiches, flans de légumes, crêpes et quenelles...
- L'œuf permet aussi d'enrichir des recettes en protéines, en cas de baisse d'appétit, par exemple les potages.

Recette : Tourin blanchi à l'ail (soupe à l'ail et aux œufs)

Recette confiée par M. et Mme THOMASSON du centre de Molière à Strasbourg C'est une recette du Sud-Ouest de la France, M. THOMASSON étant originaire de la région bordelaise.



Ingrédients (pour 2 assiettes de soupe) :

- 2 gousses d'ail
- 500 ml d'eau
- 2 œufs
- Quelques morceaux de pain sec en petits cubes ou des croûtons
- 1 cuillère à soupe de vinaigre de vin
- Sel et poivre : selon votre goût



Temps de préparation : 10 minutes

Préparation



Apport en protéines par personnes :
6 g - 200 ml d'eau

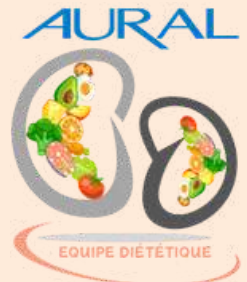
- Éplucher les gousses d'ail, retirer le germe et les couper en petits morceaux.
- Dans une poêle, faire dorer les morceaux d'ail, puis ajouter l'eau.
- Faites cuire jusqu'à ébullition.
- Séparer les blancs des jaunes d'œufs.
- Battre les deux jaunes d'œufs avec le vinaigre de vin.
- Verser ce mélange dans la poêle contenant l'eau et l'ail. Saler et poivrer.
- Laisser cuire jusqu'à ce que le mélange commence à frémir.
- Ajouter progressivement les blancs d'œufs dans la préparation en remuant doucement, puis laisser cuire pendant 5 minutes.
- Couper le pain sec et le disposer dans une assiette.
- Verser la préparation chaude sur le pain, couvrir pendant 5 minutes.

C'est prêt, bon appétit !

Les conseils diét'

suite

Bien manger avec un petit budget



Comparaison entre le Tourin blanchi et un potage instantané industriel

	TOURIN BLANCHI	POTAGE INSTANTANE
Apports en sel	 Avantage : on peut l'ajuster et la saveur de l'ail permet de réduire le sel	
Apport de liquide	 200ml par portion, à intégrer dans la consommation quotidienne de boissons	
Apport en protéines	 6g par portion	
Temps de préparation		

Origine et histoire

Le tourin à l'ail trouve ses racines dans les traditions gastronomiques du Sud-Ouest de la France. C'est un plat qui fait partie intégrante de la culture culinaire périgourdine et bordelaise. Reconnu pour son caractère réconfortant, le tourin est souvent servi lors des journées fraîches, réchauffant les cœurs et les corps. Traditionnellement, cette soupe rustique est réalisée à base de quelques ingrédients simples.



L'avis de la diététicienne

En résumé, le tourin blanchi peut donc être une alternative intéressante au potage instantané, car la préparation est rapide et même s'il apporte des liquides comme les autres potages, il a l'avantage d'être une source non négligeable en protéines.

N'hésitez pas à solliciter les diététiciennes pour vous conseiller d'autres recettes enrichies.



Semaine nationale de la dénutrition : 6ème édition du 17 au 23 novembre 2025.

Semaine d'actions de sensibilisation du grand public autour du danger que représente cette maladie silencieuse atteignant plus de 2 millions de personnes en France.





Dernières Nouvelles d'AURAL



Retrouvez toutes vos newsletters
sur notre site internet :

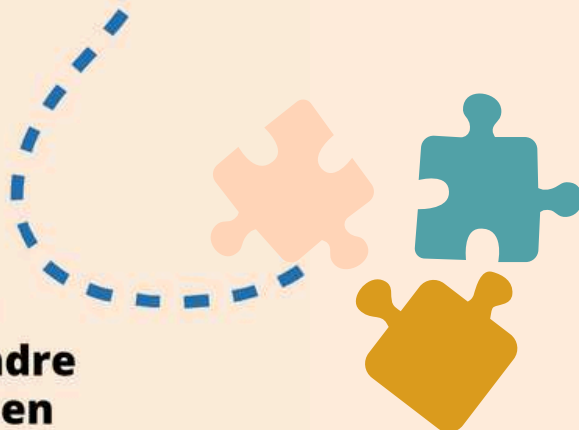
www.aural.fr/dialyse/dernieres-nouvelles-d-aural



**Nous recherchons des
volontaires pour rejoindre
le Comité des patients en
dialyse.**

**Venez partager votre expérience et contribuer à
l'amélioration de la prise en charge des patients à AURAL !**

**Contacter le cadre de santé de votre unité pour plus
d'informations.**



ILS VOUS REPRÉSENTENT !



**Mme. Régine
RAUSCH**

Représentante des
usagers titulaire
France Rein Alsace



M. René EICHLER

Représentant des
usagers suppléant et
URILCO 67



M. Claude STOLL

Représentant des
usagers titulaire
**Générations
Mouvement**



**Mme. Marie-Claude
VONTHRON- DODANE**

Représentante des
usagers suppléante
et vice-présidente
UFC que choisir



WANTED

NOUS RECHERCHONS

Dans le cadre des projets d'animation de notre établissement,

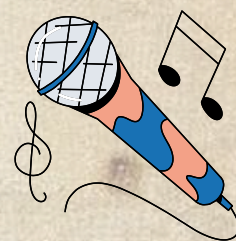
AURAL recherche des patients artistes
(musiciens et/ou chanteurs)
afin d'égayer nos unités de dialyse lors de moments
choisis, de convivialité.

Si vous êtes intéressés, rapprochez-vous de la cadre de
votre unité et/ou de l'équipe de soins.

 Solo ou en groupe

 Représentations bénévoles

 Partagez votre talent



★ NOS PATIENTS ONT DU TALENT ! ★



ARTISTES SOLIDAIRES



Agenda



Novembre 2025

Mois sans tabac (MOST)

Du 07 au 14 novembre

Semaine nationale de la dénutrition

Du 13 au 19 novembre

Semaine mondiale de sensibilisation à la résistance aux antimicrobiens (RAM)

14 novembre

Journée mondiale du diabète

18 novembre

Journée européenne d'information sur les antibiotiques

26 novembre

Journée internationale des aides-soignants

28 novembre

Journée nationale de la santé à domicile

Octobre 2025

Mois de lutte contre le cancer du sein (octobre rose)

Mercredi 1er octobre

Journée internationale pour les personnes âgées

Jeudi 02 octobre

Journée internationale des soins et de l'assistance

Lundi 06 octobre

Journée nationale des aidants

Semaine bleue : du 6 au 12 octobre

Semaine nationale des personnes âgées et des retraités

Dimanche 12 octobre

Journée mondiale des soins palliatifs

Vendredi 17 octobre

Journée mondiale du don d'organes et de la greffe

Mardi 21 octobre

Journée mondiale contre la douleur

Décembre 2025

3 décembre

Journée mondiale du handicap

Journée internationale des personnes handicapées

20 décembre

Journée internationale de la solidarité humaine





SUDOKU

Chaque ligne, colonne et région ne doit contenir qu'une seule fois tous les chiffres de 1 à 9 !

1

NIVEAU .|||

	1		4	9	2			
8			3					4
	3				1	9		
1	6	5				8		
		7				5	1	2
		3	6				4	
9					7			1
			2	4	9		7	

2

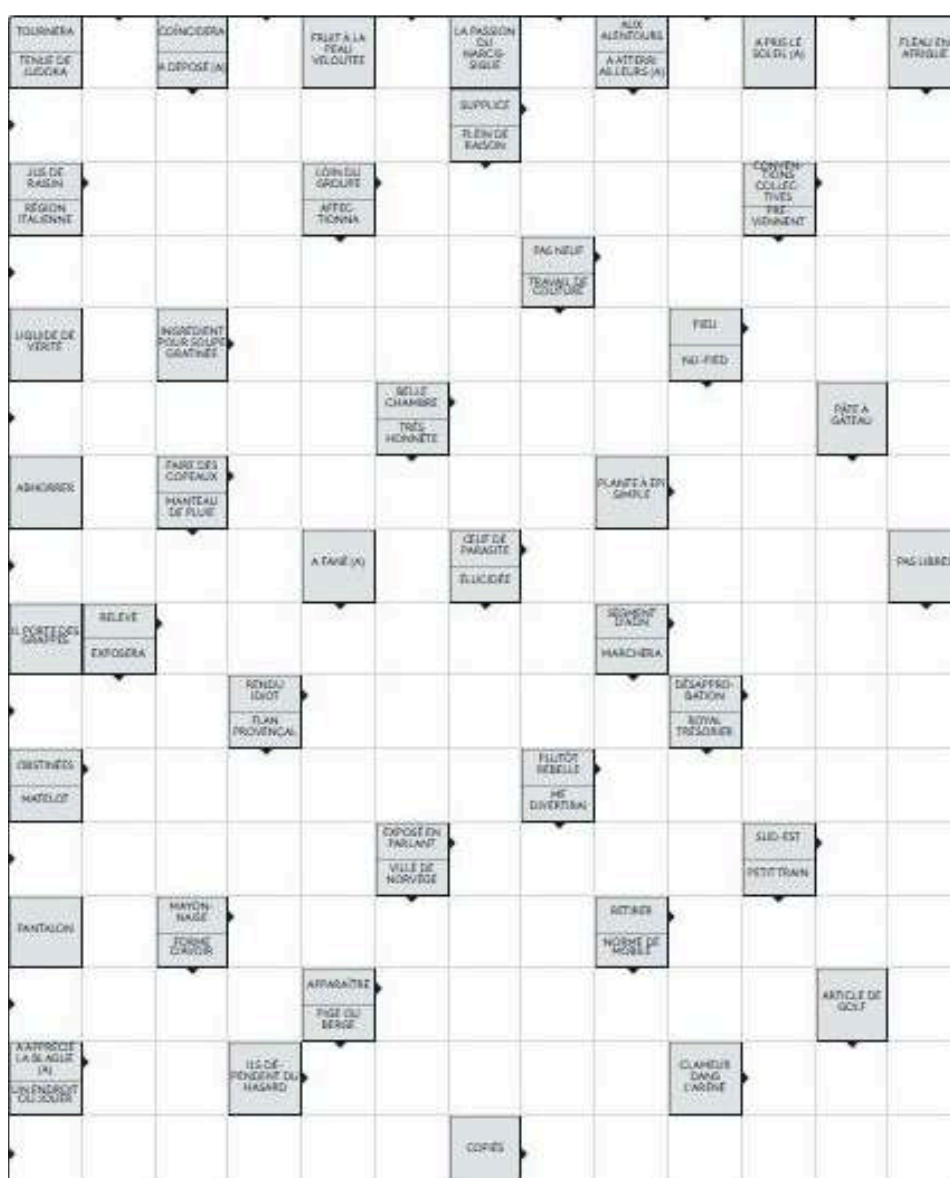
NIVEAU .|

1	3							
	8	9	6		3			
2			8			7		9
3			9				6	
	9	5				4	7	
	4				8			2
9		3			5			7
			7		6	1	9	
							2	8



MOTS FLÉCHÉS

Ils ne doivent pas se chevaucher. Les lettres placées doivent correspondre aux définitions. Les mots commencent et finissent obligatoirement par une case avec une définition. Les lettres déjà placées doivent être utilisées par les mots se croisant.



Solutions



SUDOKU

1

5	7	3	9	2	4	1	6	8
1	8	6	7	5	3	4	2	9
9	4	2	8	6	1	3	5	7
2	1	5	6	9	8	7	4	3
7	6	4	3	1	5	8	2	9
3	9	8	4	7	2	5	6	1
6	5	9	1	8	7	2	3	4
4	2	1	5	3	6	9	8	7
8	3	7	9	6	4	1	5	2

2

5	6	7	4	1	9	3	2	8
4	2	8	7	3	6	1	9	5
9	1	3	2	8	5	6	4	7
6	4	1	3	7	8	9	5	2
8	9	5	1	6	2	4	7	3
3	7	2	9	5	4	8	6	1
2	5	6	8	4	1	7	3	9
7	8	9	6	2	3	5	1	4
1	3	4	5	9	7	2	8	6

MOTS FLÉCHÉS

S	E	T	I	M	I	O	C	A	S	I	N	C
E	L	A	S	A	E	A	R	I	E	A	R	I
M	R	I	G	U	R	S	A	N	E	A	N	J
R	E	O	T	I	O	L	A	I	Y	A	I	Y
E	S	E	L	O	R	A	N	I	A	R	I	M
F	I	T	R	E	S	E	U	T	E	T	E	C
N	O	N	I	T	E	A	B	E	P	E	P	C
E	N	E	G	E	R	E	J	O	M	A	J	H
E	N	T	E	L	R	A	R	I	R	A	I	H
E	G	O	R	E	R	P	A	R	R	A	R	R
S	E	T	I	S	U	S	M	U	R	E	S	S
T	L	I	L	N	O	N	G	I	O	I	L	L
E	G	A	S	U	E	N	E	A	C	S	T	T
S	U	E	O	L	E	S	I	N	V	I	N	V
O	T	R	A	G	A	R	O	N	O	M	I	K
R	E	A	T	E	A	T	E	C	C	C	V	V

Vie quotidienne

Vie quotidienne et précautions avec une
Maladie Rénale Chronique (MRC)

Suivez-nous :



Scannez-moi !

VISITEZ NOTRE SITE

WWW.AURAL.FR

