

L'HOSPITALIER

NANTAIS

Magazine de l'Amicale du Personnel



Automne - Hiver 2021 n° 79



Sommaire

► COMPOSITION DU BUREAU ET DU CONSEIL D'ADMINISTRATION	3
► EDITORIAL	4
► LA VIE DE L'AMICALE	
- Atelier Photo	5 - 8
- Comité de Lecture	9
- Atelier Théâtre	10
- Infos activités/prestations	11
- Nouvelle rubrique : « Les petites histoires de l'hôpital »	12
► LA PAGE DU CENTRE HOSPITALIER GEORGES DAUMÉZON	
- Projets Médiation animale	13-14
► LA VIE MÉDICALE	
- Epidémies d'hier et d'aujourd'hui - 2 ^{ème} partie - Professeur Jean-Claude LE NEEL	15-17
► ASSOCIATION SPORTIVE DU C.H.U	
- Section Cyclotourisme	17-18
- Tous au Golf	19
► PHILATELIE	20
► NOUVELLE DE DANIEL CAILLLE	
- Enchantement	21
► POESIE	
- Apocalypse de Nelly Le Goff	22
- Chanson de mots de Nelly Le Goff	22
- Poésie de Thomas Duranteau	22
► LE COIN CUISINE	
- Saumon Gravlax à la betterave et feuilles automnales	23
- Pot au feu d'agneau aux légumes oubliés et sa timbale de riz sauvage	23
- Vacherin glacé caramel beurre salé et kumquats confits	24

Bureau du Conseil d'Administration

Président	M. RIVALLAND Gérard
Vice-présidente	Mme TEXIER Colette
Secrétaire	Mme MEHHANE Annie
Secrétaire adjointe	Mme DUPAS Olivia
Trésorier	M. UZUREAU Philippe
Trésorière adjointe	Mme GARNIER Martine

Conseil d'administration

21 administrateurs sur les 21 statutaires

		Terme du mandat
Mme BERTHAUD Jeanine	E.T.S.	2023
Mme BERTHELOT Renée	C.H.U.	2023
Mr BOUGET Jean-Pierre	C.H. DAUMEZON	2023
Mme CADEVILLE Yveline	C.H.U.	2022
Mme CHEREAU Simone	C.H.U.	2022
M. COGREL Patrick	C.H. DAUMEZON	2024
Mme DUPAS Olivia	C.H.U.	2024
Mme DURUPT Carine	C.H.U.	2023
Mme GARNIER Martine	C.H.U.	2022
Mme JUMEAUX Nathalie	C.H.U.	2023
Mme LE PENEVEN Katrine	C.H.U.	2023
Mme LHOMEAU Denise	C.H.U.	2022
Mme MATHURIN Françoise	C.H.U.	2022
Mme MEHHANE Annie	C.H.U.	2022
M. NEAU Luc	C.H.U.	2023
Mme PETITGAND Martine	C.H.U.	2023
M. RAINGLET Jean-Pierre	C.H.U.	2024
M. RIVALLAND Gérard	C.H.U.	2024
Mme TEXIER Colette	C.H.U.	2023
M. UZUREAU Philippe	C.H.U.	2022
Mme VALLEGEAS Marie-Annick	C.H.U.	2022

Commissaires aux Comptes

Election lors de l'Assemblée Générale (mandat 3 ans)

Mme BRUGERE Charlotte	C.H.U.	2023
Mme GAUVRIT Aline	C.H.U.	2023

Comité de Rédaction

Jeanine BERTHAUD, Jean-Pierre BOUGET, Jean-Claude LE NEEL, Gérard RIVALLAND,
Marie-Claire TEXIER D'AIME, Annie et Alain VITIELLO

Coordonnateur : Jean-Pierre BOUGET

Couverture : Le bal des oiseaux au Puy du Fou

Photo : Alain Vitiello

Mise en page : Annie VITIELLO

Conception : MAYA Imprimerie, Haute-Goulaine

Editorial

« Quand vas-tu mourir, virus ? »

En cette fin d'année 2021, je repense à ce que je vous écrivais dans le magazine du Printemps-Eté ; le renouveau, le retour à la vie normale semblait se préciser sérieusement, la lumière apparaissant au bout du tunnel... timidement... Mais une 4^e vague est passée et la 5^e vient de commencer !

Fichtre ce COVID 19, décliné dans l'alphabet grec, nous présente de nouvelles formes régulièrement, mettant les nerfs des scientifiques médicaux et des populations du globe à dure épreuve.

Allons-nous passer en revue tout l'alphabet grec ? On se le demande ; certes la vie a repris son cours en grande partie mais avec encore beaucoup de restrictions et autres mesures de protection. Si toute la population adulte était vaccinée nous n'en serions pas là ! Le virus circulerait très peu ; les observations scientifiques des 12 mois passés le prouvent.

Bon ne polémiquons pas, cet avis personnel, largement partagé, doit toutefois en agacer quelques uns et quelques unes ...

Notre Amicale en subit donc aussi les conséquences ; toutefois les activités ont repris à la rentrée, dans le respect des gestes barrières réglementaires ; les deux soirées annulées en 2020 ont pu se dérouler en Octobre et Novembre 2021 (Cabaret Côté Sud et Nuit du Jazz) .

Nous avons augmenté nos offres commerciales à tarifs CE cette année, boostant ainsi le pouvoir d'achat de bon nombre d'entre vous .

Quid des voyages sur 2022 ? c'est à l'étude mais « Omicron » venant de s'inviter nous allons observer la tournure des évènements à venir, beaucoup d'incertitudes encore sur 2022 et mon optimisme est un peu émoussé quant à la disparition à moyen terme de ce virus qui risque de nous rendre la vie difficile sur quelques années encore ...avec rappel de vaccin régulier ... ? l'avenir nous le dira.

Cette pandémie COVID 19 générant de la distanciation sociale par excellence, notre Amicale a su remettre de la proximité en maintenant le contact entre amicalistes ; tant par ses activités que par ses offres diverses ; les permanences sur sites ont repris récemment mais si l'épidémie s'emballait à nouveau, elles seraient encore suspendues.

Notre accueil à St-Jacques a été maintenu tout au long de l'année pour le plus grand bonheur de bon nombre d'entre vous.

Il y a un an je rédigeais l'éditorial du CENTENAIRE (N° 77), triste anniversaire ; je veux croire cependant à une année 2022 plus festive, plus conviviale ; votre Amicale reste volontaire et active, son site INTERNET est à consulter régulièrement pour suivre nos actualités ; un maximum d'informations continuera d'être diffusé par la messagerie internet également.

Soyez notre agent publicitaire, parlez de l'amicale autour de vous ; trop de personnes ignorent encore notre association malgré les affichages sur sites et autres communications faites régulièrement.

Je vous souhaite en mon nom et au nom de tous les administrateurs et administratrices de belles fêtes de fin d'année et ... N'oubliez pas votre ré-adhésion pour 2022 !

Prenez soin de vous, nous avons besoin de vous !

Amicalement vôtre.

Gérard RIVALLAND
Président

Atelier photo

Après de longs mois d'absence, l'Atelier photo a repris ses activités en septembre. Avant la crise de la covid nous avons préparé notre exposition annuelle pour 2020. Nous l'avons intitulée «sens dessus-dessous», presque comme toute cette période qui nous a tous chamboulés.

Les objectifs se sont positionnés vers le haut donnant ce qu'on appelle des «vues d'oiseaux» ou plus communément une vue en contre-plongée, et vers le bas pour des prises de vue en plongée.

Les événements nous empêchant de présenter notre travail au public, nos photos sont restées bien au chaud dans l'attente de pouvoir sortir des cartons. Nous avons, donc, l'espoir de pouvoir les exposer en 2022. En attendant, nous vous offrons, en avant première, quelques échantillons.



Annie Gningue



Annie Gningue



Alain Vitiello



Alain Vitiello



Gilles Prou



*Le nez en l'air, nous observons les oiseaux, passage fugace au dessus de nos têtes en rêvant de les imiter.
A leur tour, ils ont la meilleure place pour apercevoir l'activité des humains sur terre. Cela les amuse beaucoup de les voir virevolter dans les manèges. Les hommes voudraient-ils nous imiter?*



Danielle Chauvin



Danielle Chauvin



Gilles Prou



Gilles Prou



Marie-José Gouzerh

Atelier photo



Janyle Demaysoncel



Daniel Masseur



Jean-Pierre Rainglet



Annie Gningue



Jean René Fonteneau



Daniel Masseur



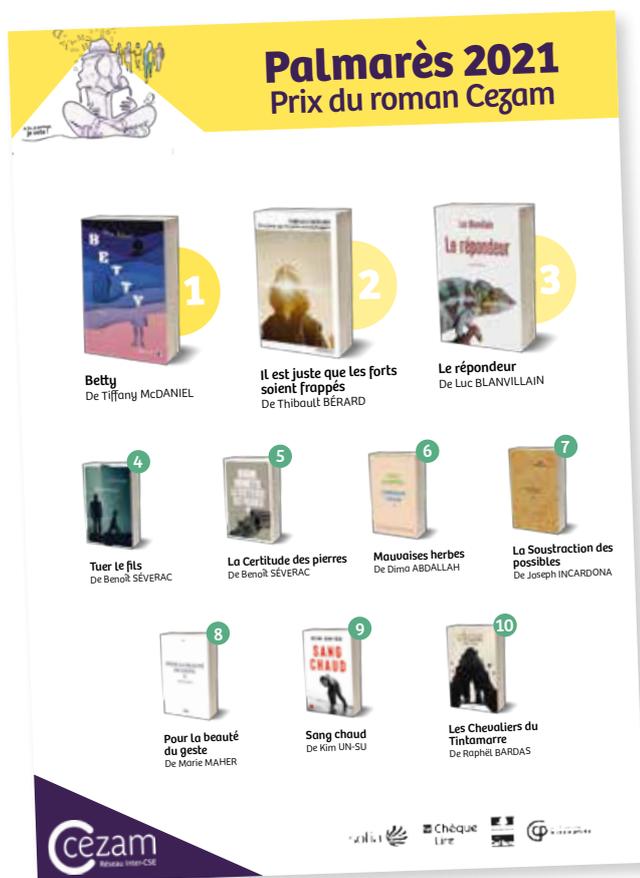
Jean-Pierre Rainglet



Marie-José Gouzerh



Marie-José Gouzerh



S'il y a bien une activité que le COVID-19 n'affecte pas, c'est bien la lecture. Au contraire ! en ces temps difficiles où les médias nous assènent de mauvaises nouvelles, la lecture nous permet de nous échapper de ce quotidien trop souvent triste et nous invite au voyage (sans pass sanitaire et sans risque de contamination !). Il y a bien eu quelques contrariétés, notamment l'annulation de la traditionnelle galette des rois qui permet aux membres du comité de lecture de se rencontrer et d'échanger sur nos lectures. Ainsi que les rencontres avec les auteurs qui ont été perturbées. L'important est que l'activité du comité de lecture ait pu se dérouler quasi normalement. Les 19 lectrices et lecteur ont lu et classé les 10 livres de l'année 2021. Je les remercie ainsi que Stéphanie, d'avoir fait en sorte que chacun ait pu lire tous les livres dans les délais.

Le prix Cezam 2021 de Nantes (329 lecteurs) a été décerné à Tiffany McDANIEL pour son livre BETTY (détail du classement ci-dessus).

L'activité 2022 du comité de lecture a déjà commencé. Avec une sélection d'auteurs et de livres qui semblent être de qualité, comme c'est très souvent le cas ! la sélection 2022 est présentée ci-contre.

Petit rappel de l'activité lecture : chaque lecteur a la possibilité de lire 10 romans contemporains sur une période allant d'octobre à mai. A l'issue, chacun attribue une note permettant au comité de lecture de désigner « son » lauréat. Ces votes sont ensuite transmis à l'association du réseau Cezam (pour de plus amples informations sur l'association Cezam : <https://www.cezam.fr>). C'est surtout le plaisir de lire et de partir à la découverte d'écrivains en lisant une sélection originale et éclectique.

Jean-Pierre BOUGET
Membre du comité de lecture



LA VIE DE L'AMICALE

L'activité Théâtre de l'Amicale des Hospitaliers Nantais

Saison septembre 2021 / juin 2022

L'activité théâtre de l'Amicale des Hospitaliers Nantais n'a pas échappé aux perturbations liées à la crise COVID de ces derniers mois.

La saison septembre 2019 / juin 2020 aura permis la tenue des séances de travail jusqu'au 1er confinement de mars à mai 2020, arrêtant ainsi en plein élan un spectacle que nous envisagions de présenter en juin.

En septembre 2020, nous avons repris nos répétitions, loin de nous douter qu'un autre confinement nous contraindrait une fois de plus à nous arrêter, cette fois-ci beaucoup plus tôt, fin octobre, après seulement six séances. Nous avons cependant souhaité reprendre en mai, après la fin du 3è confinement (3 avril à 3 mai), seulement pour six séances. Cette reprise a fait du bien à tous les participants : le plaisir de se retrouver, de partager ensemble une activité commune, bref de garder un lien.

En septembre 2021, tous dotés d'un pass sanitaire valide, nous sommes repartis avec enthousiasme pour une nouvelle saison théâtrale que nous espérons cette fois sans interruption.

Quatre nouveaux adhérents sont venus rejoindre une équipe qui a très envie de vous présenter son travail en fin de saison.



Nous avons repris notre entraînement avec Fanny POULAIN, intervenante pour l'activité Théâtre à l'Amicale depuis septembre 2018. Jouer avec son corps, être en constante recherche des ressources qui sont en chacun de nous, maintenir une écoute avec ses partenaires de jeu, telles sont quelques clés que nous travaillons à développer.

Martine GARNIER





AMICALE des HOSPITALIERS NANTAIS

C.H.U. de Nantes – C.H. Georges Daumézon

MAISON DES ASSOCIATIONS – Hôpital SAINT-JACQUES
85, Rue Saint-Jacques - 44093 NANTES Cedex 1

www.amicale-des-hospitaliers-nantais.fr

L'adhésion à l'Amicale des Hospitaliers Nantais, bien que facultative, témoigne de l'appartenance à la communauté hospitalière, symbole d'aide et d'amitié. Les cotisations sont en effet reversées sous forme de :

ACTIVITES

L'HOSPITALIER NANTAIS

Magazine semestriel



Spectacle de NOËL



COMITE DE LECTURE

Participation au « Prix CEZAM-INTER CE »



VOYAGES – Soirées Spectacles



Atelier THEATRE

Mardi de 20h à 22h
HÔPITAL St Jacques animé
par un(e) professeur(e)
professionnelle



Carte CEZAM

www.cezampdl.org

Réduction sur les billets de cinéma, salles de spectacle, sites touristiques, parcs de loisirs, abonnements salles de sport, espaces bien-être, locations de vacances, commerces....



Atelier PHOTO

Jeudi de 20 à 22h
Maison des Associations St Jacques
Perfectionnement – Expositions



BOWLING

www.eurobowl.fr
St-Sébastien-sur-Loire



OFFRES COMMERCIALES diverses à tarifs CE

PRESTATIONS

Ces prestations sont attribuées selon franchises, stipulées à l'Article 8 des Statuts et figurant au verso du bulletin d'adhésion à l'Amicale.



MARIAGE ou PACS : chèque CADHOC de 75 €

NAISSANCE : chèque CADHOC de 70 €



DEPART EN RETRAITE : chèque CADHOC de 110 €

NOEL pour ENFANTS (jusqu'à 14 ans) : chèque CADHOC de 25 €



DECES d'un Amicaliste – Actif ou Retraité –

(du conjoint, d'un enfant à charge au sens de la législation fiscale) : **150 €**

GERBE pour décès d'un amicaliste ou don à une association selon le vœu de la famille - Actif ou Retraité : **90 €**

Nouvelle rubrique : « les petites histoires de l'hôpital »

Quelques anecdotes amusantes durant mes années de Secrétaire médicale

Durant mes douze années de secrétariat médical, dans les années 70, j'ai vécu de très bons moments, pendant et hors de mes fonctions et je raconte ci-dessous quelques-unes des anecdotes amusantes.

J'étais à cette époque au CHI de Poissy (Yvelines) et dans le service où je travaillais, nous recevions pour rééducation et réadaptation fonctionnelle les patients opérés par le Pr Raymond ROY-CAMILLE, chirurgien orthopédiste, et son assistant le Dr Gérard SAILLANT (devenu par la suite très célèbre pour avoir opéré avec succès des sportifs de haut niveau comme, entre autres, Michael SCHUMACHER).

Le service où je travaillais était situé dans une annexe qu'on appelait « le vieil hôpital St-Louis » avant d'être intégré dans l'hôpital principal lorsque celui-ci s'est agrandi. Ce bâtiment était une ancienne maladrerie avec salle voûtée en sous-sol qui servait de réfectoire aux internes et à la secrétaire médicale que j'étais.

Il y avait les moments intenses de travail et les moments partagés de détente car pour les internes, il était parfois important de « lâcher prise » en se défoulant dans de petites fêtes.

En avril 1971, le clarinettiste (de renommée internationale) Jean-Christian MICHEL, est venu donner un concert à la Collégiale qui se trouvait en face de notre « vieil hôpital ». Les internes en blouse blanche l'ont donc attendu à la sortie de l'église et nous l'avons invité à venir terminer la soirée, avec ses musiciens (une précision s'impose, J.C. MICHEL était également Docteur en médecine). Surpris, ils ont tous accepté avec plaisir. Inutile de préciser que la soirée fut fort riche en échanges.

Il y avait ce qu'on appelait les « tonus ». Ces fêtes étaient à thème et on les préparait alors avec plaisir et minutie plusieurs jours à l'avance. Il y a eu par exemple « Les romains et les gaulois », tonus auquel a participé de bon coeur le Dr Gabriel BODET, chef de service de gériatrie d'alors (le père de Catherine LARA). Également « Le café du port » avec une petite mise en scène théâtrale du départ de marins et le « naufrage » !!

Une anecdote amusante s'est passée durant le thème de « La Révolution ». L'interne de garde avait loué un costume de Louis XVI et sa compagne celui de Marie-Antoinette. Un kiné s'était déguisé en bourreau, tout en noir, et tous les autres nous étions déguisés en révolutionnaires. Pour ma part j'avais une jupe rayée rouge et blanche, une charlotte blanche confectionnée par une patiente hospitalisée et un châle crocheté par une autre. Il faut dire que les malades, pour la plupart, séjournèrent très longtemps dans notre service et nous tissèrent des liens sympathiques avec certains. Ils aimaient l'ambiance bon enfant de l'équipe soignante. Certains de ces patients sont devenus des amis pour moi après leur sortie du service.

Donc, durant notre repas de fête, l'interne fut appelé par l'infirmière de service en gériatrie, pour un pensionnaire qui, après être sorti, était rentré un peu trop éméché... L'interne n'a pas pris le temps de se changer et s'est de suite rendu auprès du monsieur agité... Le lendemain, le pensionnaire un peu perturbé, a dit à l'infirmière qu'il devait être sacrément saoul car il avait vu Louis XVI... ! Et pour compléter le côté amusant de l'histoire, ce pensionnaire s'appelait... Georges Clémenceau... ça ne s'invente pas !

Quand notre service eut intégré l'hôpital principal, plus moderne, les internes ont un peu modifié leurs divertissements car le lieu s'y prêtait moins, mais je me souviens très bien qu'un matin, en arrivant au CHI pour prendre mes fonctions, LES CHARLOTS étaient à l'entrée de l'hôpital, « très gais » et chantant, après avoir passé une joyeuse soirée prolongée avec les internes !

Inutile de préciser que le travail sérieux avait toute son importance et que les patients vus en consultation ou hospitalisés gardaient tous un excellent souvenir des traitements reçus et ne manquaient pas de nous le faire savoir. Certaines jeunes filles ont même embrassé la carrière de secrétaire médicale après m'avoir vu travailler lorsqu'elles venaient en consultation avec leur parents. Une grande fierté pour moi !!

M.C. Texier d'Aimé

Projets : Médiation asine - Médiation animale

Le Centre Hospitalier Georges Daumezon développe depuis peu, deux types de médiation en lien avec un animal. Le pôle du secteur géographique G06 a choisi de travailler avec des ânes, il s'agit alors de médiation asine. Le pôle du secteur géographique G08 a lui choisi le chien comme « outil thérapeutique », on parle alors de cynothérapie ou plus simplement de médiation animale. Ces deux projets sont respectivement présentés ci-après.

Médiation asine

Pôle G06 – Hôpital de jour de Marie de Rais à Machecoul

PARTICIPANTS : Les patients pris en charge au sein de l'hôpital de jour de Marie de Rais

INTERVENANTS : Association Payz'âne à St Lumine de Coutais

LES PRINCIPES DE L'ACTIVITE

La médiation asine est la recherche d'interactions positives issues de la mise en relation intentionnelle humain-âne, dans le domaine thérapeutique.

Les acteurs de la séance sont le bénéficiaire, l'âne, l'intervenant en médiation-ânier et deux soignants.

LES OBJECTIFS

- 1 - Découvrir, entrer en contact et prendre soin de l'animal.
- 2 - Travailler le lien avec l'animal au cours de la séance (apprendre à s'en occuper, travailler les interactions positives avec l'animal, s'adapter au besoin de l'animal, vigilance).

3 - Il s'agit de pouvoir bénéficier d'une activité thérapeutique au sein d'une association et ainsi permettre l'ouverture sur l'extérieur.

4 - Travailler la communication non verbale.

5 - Lutter contre l'apragmatisme.

6 - Revaloriser l'estime de soi.

MODALITES

Atelier d'une heure, les mardis après-midi tous les 15 jours de (14h30 à 15h30).



Médiation animale

POLE G08

Depuis le 2 juin, un atelier de médiation animale a débuté au pôle G08 (psychiatrie adulte), à raison d'une séance de 2h toutes les 2 semaines.

L'ASSOCIATION « CŒUR D'ARTICHEN »

Les interventions sont réalisées par une thérapeute médiatrice de l'association « cœur d'artichien », ses 2 chiens (Berger Australien et Jack Russel) et un soignant référent de l'intra-hospitalier.

LES SEANCES, NOMBRE DE PARTICIPANTS

3 séances ont donc eu lieu avec 6 à 8 participants à chaque fois.

Ces séances se déroulent dans une salle dédiée et des interventions en groupe ou individuelles sont proposées.

LA MEDIATION ANIMALE OBJECTIFS

Nous souhaitons à travers cette médiation particulière permettre aux patients d'expérimenter différemment leurs relations aux autres, de faciliter la communication, de renforcer leur confiance et de permettre un sentiment de bien-être à travers des temps de cocooning, de câlins et de brossage des animaux.

Certaines prises en charge s'organisent sur la durée : le même patient peut bénéficier de plusieurs séances. Cela permet d'observer la progression (au niveau de la dextérité par exemple en réalisant des exercices de rappels, de brossage, distribution de friandises) la reconnaissance ainsi que la confiance qui se crée entre l'animal et le patient.

Projets : Médiation asine - Médiation animale

Depuis la mise en place de ces séances nous avons déjà pu remarquer des effets positifs sur les patients :

- Soutenir « le lâcher prise », être dans l'instant présent.
- Apporter de l'apaisement.
- Créer une rupture avec le quotidien de l'hôpital.
- Favoriser des perspectives pour l'après hospitalisation (certains pensent adopter un animal, se rendre dans des refuges...).

Ces temps de médiations sont repérés par les patients et attendus.



Nous remarquons que ces échanges permettent également aux soignants de poser un autre regard sur les patients, a fortiori ceux dont les prises en charge sont particulièrement compliquées avec peu d'interactions sociales.

Le bénéfice dans ces situations est donc double puisqu'il permet à la fois un mieux-être au patient et une mobilisation des soignants différente.

Ce changement de posture où le soigné devient soignant (du chien) est un outil de soin qui nous semble prometteur et une aide précieuse vers le parcours de rétablissement de nos patients.

7) Le Paludisme ou Malaria

Historique

Connue depuis l'Antiquité, cette infection parasitaire est transmise par la piqûre d'un moustique : l'anophèle femelle (Ross 1892). La poudre des jésuites (quinquina) constitue le 1^{er} traitement efficace et la quinine (principe actif isolé en 1820) sera le seul traitement pendant 2 siècles.

Le parasite responsable isolé par Laveran en 1880 est un plasmodium dont le "falciparum" est le plus dangereux pour l'homme. Il entraîne une lyse des érythrocytes (G Rouges).

Clinique

Après une incubation variable (7-90 j), l'accès palustre se traduit par une fièvre irrégulière (tierce ou quarte) avec anémie et ictère et parfois des complications rénales ou neurologiques (convulsions, coma) qui peuvent entraîner le décès.

Les enfants de moins de 5 ans et les femmes enceintes sont les plus menacés.

Le diagnostic en zone endémique (Afrique, Asie, Amérique du sud) est obtenu par « goutte épaisse » ou immunologie.

Traitement

Le traitement de base est la quinine et ses dérivés (Chloroquine), mais les résistances sont nombreuses d'où l'utilisation depuis 2001 de l'Artémisine issue de l'armoise.

La prophylaxie consiste en l'éradication des moustiques (DDT jusqu'en 1982, puis insecticides) et l'utilisation de moustiquaires.

Un vaccin le Mosquirix de GSK est en évaluation

Actuellement plus de 30 pays sont infestés avec 300 millions de cas par an entraînant 400 000 décès, essentiellement de jeunes enfants

8) La Variole ou petite vérole

Historique

C'est une affection virale très contagieuse commune en Asie du sud-est, elle gagne l'Afrique et l'Europe puis l'Amérique au 16^{ème} siècle. Elle aura décimé les Incas et tué plus de 50 millions d'européens ! Au début 20^{ème} siècle on compte encore 2 millions de morts par an.

Clinique

Après une courte incubation le début est brutal, fébrile, avec une éruption diffuse cutanéomuqueuse avec des

lésions qui laissent des cicatrices évidées et indélébiles. Les formes majeures hémorragiques et confluentes sont souvent mortelles. La maladie provoque 60% d'avortements chez les femmes enceintes. La transmission est interhumaine par voie aérienne et par les croûtes de desquamation qui sont très riches en virus. Il n'y a pas de réservoir animal.

Traitement

Le virus responsable est un orthovirus pox voisin du cowpox (qui donne la vaccine de la vache) Jenner sera le 1^{er} à utiliser la vaccination pour prévenir la maladie (1796).

Dès 1902 la vaccination est obligatoire en France à 1, 11 et 21 ans. La dernière grande épidémie date de 1950 au Brésil. La maladie est éradiquée depuis 1980, cependant on conserve des souches à Atlanta et en Russie pour prévenir d'éventuelles attaques de bioterrorisme.

L'OMS s'est fixé 2050 comme date butoir pour l'éradication de la maladie.

9) L'Hépatite B, silencieuse mais tueuse

Historique

L'hépatite est une lésion des cellules du foie (hépatocytes). Les hépatites virales sont nombreuses et classées de A à G ; l'hépatite B est la plus traître car insidieuse. Elle a été observée en 1889 à Brème après une injection antivariolique.

Le virus de l'hépatite B est isolé par Blumberg en 1963 et le génome sera séquencé en 1979. C'est un Hépadnavirus qui cible le foie entraînant une lyse cellulaire et en cas de chronicité une fibrose et une cirrhose sur laquelle peut se greffer un cancer du foie. Virus ubiquitaire dont le réservoir est l'homme, il se transmet par les fluides biologiques (sperme, sang), par le placenta et chez les soignants accidentellement (piqûres).

Clinique

L'incubation (2-5 mois) est suivie de fièvre, douleurs, asthénie parfois ictère, mais dans 70% des cas asymptomatique, ; 1% de formes fulminantes létales et 10% de formes chroniques (> 6 mois) avec cirrhose et cancer dans les 20 ans (25%). Elle est responsable de 80% des cancers du foie.

Le diagnostic est établi par la biologie : dosage Ag HBs, fonctions hépatiques, virémie et évaluation de la cirrhose (fibroscan). La maladie est plus grave chez les nouveau-nés et les jeunes (<6 ans) avec un risque de chronicité de 80 et 40%.

Traitement

Il est basé sur la prévention par le vaccin depuis 1982 et le dépistage des femmes enceintes. La recherche de VIH doit être systématiquement associée.

En France le vaccin est obligatoire depuis 2018 pour les enfants à 2, 4 et 11 mois ; ainsi que pour les professionnels de santé. Il est fortement recommandé pour les personnes "à risques" et celles qui fréquentent les zones de forte endémie (Afrique, Asie du sud est).

Si une hépatite chronique est décelée, elle nécessite un traitement à vie (interféron et antiviraux) et une surveillance accrue. Aujourd'hui 2 milliards d'individus sont infectés, dont 250 millions avec une hépatite chronique qui entraîne 1 million de morts par an.

10) Les Arboviroses

Ce sont des maladies virales transmises par la piqûre d'arthropodes (moustiques, mouches, tiques) qui touchent les vertébrés et sur les 600 maladies répertoriées ¼ concernent l'homme. Le virus se développe dans le vecteur et est inoculé avec la salive.

A) La Fièvre Jaune

Observée en zone tropicale, est la plus anciennement connue (Yucatan 1643). Présente chez le singe, elle touche les autochtones, les marins et les coloniaux.

En 1900, Reed met en évidence le rôle du moustique *Aedes aegypti* dans sa transmission et en 1927 Stokes isole le virus amaril qui est un Flavivirus.

La maladie se déclare après une courte incubation par de la fièvre avec frissons, douleurs ; si dans la majorité des cas l'évolution est bénigne et confère une immunité définitive, dans 15% des cas on observe un syndrome ictérique avec vomito negro qui amène le décès dans la moitié des cas.

Le diagnostic est affirmé par test Elisa, immunofluorescence (IFI) et/ou PCR. Le traitement est symptomatique (réhydratation) ;

La prévention fait appel au vaccin (1er vaccin -virus atténué - l'institut Pasteur de Dakar, 1932). Aujourd'hui dans 45 pays en zone endémique on observe 200 000 cas par an avec 20% de décès. La vaccination est obligatoire pour séjourner en zone endémique.

B) La Fièvre Ebola

Apparue en 1976 au Congo elle est due à un filovirus proche de celui de la maladie de Marburg.

La roussette (chauve souris) est l'hôte intermédiaire et les hommes se contaminent au contact des animaux ou entre eux par les fluides corporels.

La maladie se caractérise par des troubles digestifs et hémorragiques (atteinte hépato-rénale) entraînant le décès dans 90% des cas. Il n'y a pas de traitement spécifique.

Les dernières épidémies dans le bassin du Congo ont fait plusieurs milliers de morts. Un vaccin est à l'étude.

C) La Fièvre Zika

Egalement liée à un flavivirus elle est identifiée en Ouganda en 1947 et le moustique tigre en est le vecteur. La maladie migre en Polynésie et en Amérique du sud.

Se manifestant par un syndrome fébrile et douloureux souvent bénin, certaines formes sont graves avec des complications neurologiques (Syndrome de Guillain barré) et des complications fœtales lors de la survenue de la maladie au 1er trimestre de la grossesse (microcéphalie).

Plusieurs millions de cas sont observés dans 70 pays ; un vaccin est en attente.

D) Autres Arboviroses qui inquiètent :

- soit par leur mortalité potentielle :

- Dengue (flavivirus), présente dans 128 pays tropicaux, elle touche 4 millions de cas/an, avec 10% d'hospitalisés dont 5% de décès. Un vaccin est disponible (2015)
- Virus NIPAH (40% de décès) Encéphalite japonaise (20% de décès).

- soit par leurs conséquences sociétales :

- Chikungunya; (alphavirus), très fréquente en Afrique et Asie, reconnue depuis 1952, elle est très asthénisante. Pas de vaccin à ce jour.

Pour toutes ces pathologies la prévention passe par la lutte contre les vecteurs soit : suppression des eaux stagnantes, utilisation d'insecticides, de répulsifs, de moustiquaire et port de vêtements protecteurs.

11) Le sida Syndrome d'Immuno-Déficiences acquise

Historique

1981/1983, aux USA des cas d'infections graves et de syndrome de Kaposi sont observés chez des homosexuels, puis chez des héroïnomanes, des polytransfusés hémophiles et des haïtiens. Barré et Sinoussi (I.Pasteur) et Gallo (USA) mettent en évidence un rétrovirus ARN à évolution lente qui avait déjà été observé chez des singes au Congo.

Dès 1985 la maladie explose du fait de l'urbanisation forcée, de la libéralisation des mœurs et des voyages faciles. Le Virus de l'Immuno-déficiences Humaine (VIH) sera alors recherché avant une transfusion et la maladie sera à déclaration obligatoire.

La Maladie

Elle est transmise par voie sexuelle sanguine ou maternelle et évolue en 3 phases :

- une primo-infection (quelques semaines), latente ou simple syndrome grippal ; très contagieuse. Le virus cible les lymphocytes T et se réplique les anticorps permettent un séro-diagnostic.
- une longue phase asymptomatique (5 à 10 ans) avec destruction des CD4 qui altère le système immunitaire.
- une phase d'état caractérisée par une chute des CD4 (<200 :mm³), c'est le SIDA avec ses complications pulmonaires, cutanées (Kaposi), digestives, lymphomes et hypersensibilité aux maladies opportunistes qui, en l'absence de traitement, entraînent le décès.

Le diagnostic est affirmé sur les tests de séro-positivité, western blot, le comptage des CD4 et le dosage viral par PCR.

Traitement

Nécessaire à vie, il ne guérit pas la maladie mais la stabilise.

1987 : l'AZT (azathioprime) est le 1^{er} traitement proposé, puis à partir de 1995 les antiviraux sont associés en trithérapie et diminuent la charge virale. Ce traitement doit être entrepris dès le diagnostic établi et ne pas être interrompu. Un séropositif traité a une espérance de vie supérieure à 30 ans.

Depuis 2005 les génériques permettent de traiter les malades des pays pauvres. En 2015, le PreFP par les antiviraux est prôné chez les sujets à risque.

Actuellement il n'y a pas de vaccin mais il est espéré à l'horizon 2025...

Aujourd'hui on dépiste 1,8 Million de cas par an (Afrique, Asie du sud) et on compte 1 million de décès ; 60% des séropositifs des pays émergents ne sont pas traités correctement (coût ; suivi).

La pandémie a fait plus de 30 millions de morts depuis 1980 !

Onusida espère contrôler la pandémie d'ici 2030 avec des tests précoces et des traitements

ASSOCIATION SPORTIVE DU CHU

Saison cyclotourisme 2021 en blanc et noir



La saison 2021 pour la section a été une saison blanche comme beaucoup de sections de l'AS CHU et bien d'autres organismes extérieurs.

Les restrictions liées à la pandémie ont eu raison de beaucoup de nos activités.

Les activités internes ou externes pour notre section ont été très perturbées, annulations de nombreuses sorties des clubs de la Fédération Cyclotourisme, des réunions de la section en présence.

La période noire pour cette fin d'année fut la perte de deux de nos adhérents, nous avons à déplorer deux décès. Tout d'abord Yannick VIAVANT nous quittait le 20 septembre des suites d'une longue maladie.

Yannick fut à l'initiative avec d'autres hospitaliers de la fondation de la première institution sportive du CHU de Nantes sous le nom de l'OSCHRN dans les années 1980.

Président de la section cyclotourisme jusqu'en 2005, il en devient Président d'Honneur.

Yannick était une personne investie et fédératrice, pour la réalisation d'évènements comme les randonnées de la section et un téléthon qu'il a su organiser pour l'AS CHU, à nous mobiliser pour tous ces évènements, très apprécié pour son accueil par les personnes qui y ont participé.

Toujours à la recherche d'avancées technologiques, il crée la page internet de la section et la maintient en activité. Pour la partie vélo il est l'un des premiers dans la région à utiliser le Vélo Assistance Electrique en raison de sa santé mais toujours pour sa passion, son plaisir.

Quasi un mois après le décès de Yannick, la section apprend le décès brutal le 26 octobre 2021 d'Yvon (Yves) DEROUET.

Yvon était membre des sections cyclotourisme et tennis de table de l'AS CHU depuis de très nombreuses années. Nous retiendrons d'Yvon qu'il était un ami, un collègue, un copain.

Dévoué dans la section, il aimait rendre service dans le domaine de sa profession la cuisine et pas que. Hors pair

dans la confection des repas dans les moments de convivialité, d'un morceau de nourriture et de pain il nous réalisait un festin.

Nous n'oublierons jamais toutes les anecdotes et les bons moments avec ces deux là, une photographie prise lors d'une escapade de la section dans le Limousin, il y a quelques années nous montre leur complicité et bonne humeur.

Le 20 novembre dernier, la section et les conjoints leur rendent hommage avec une sortie pour les cyclos, sur les routes qu'ils aimaient emprunter. Un déjeuner en présence de la famille de Yannick nous a rassemblés.

La saison 2022 va recommencer pour la section cyclotourisme en janvier, comme beaucoup de sections nous peinons à recruter de nouveaux membres, alors que de plus en plus de personnes utilisent le vélo comme moyen de locomotion. Pourquoi ne pas vouloir essayer le vélo en tant que loisir, la fédération permet de faire jusqu'à trois sorties assurées par celle-ci. Alors bienvenue à vous.

Christian BARJOLE
Président de la section cyclotourisme
de l'AS CHU de Nantes

Message du Président de l'ASCHU NANTES

Chères et chers adhérents de l'Amicale des Hospitaliers et de l'ASCHU Nantes, chères et chers collègues, chères et chers amis,

en cette période difficile que nous traversons tous, liée à la pandémie Covid 19, nous avons appris avec grand regret la disparition de deux de nos membres piliers de la section cyclotourisme et tennis de Table.

Yannick VIAVANT, président de la section cyclotourisme et membre adhérent depuis la création de l'ASCHU Nantes, puis Yvon DEROUET, membre des sections cyclotourisme et tennis de table de l'AS CHU, nous ont quitté trop vite en septembre et octobre dernier. Ils laissent un grand vide au sein de l'ASCHU où nous les rencontrons régulièrement depuis plusieurs années au cours des activités sportives, des AG mais aussi dans notre pratique professionnelle.

C'est avec une grande tristesse que nous avons appris leur départ.

L'ASCHU Nantes adresse ses sincères condoléances et exprime ses plus profonds regrets à leurs proches, familles, amis, et collègues.

Dominique TRIPODI
Président ASCHU Nantes



Tous au golf !

Activité de plein air par excellence, le golf a le vent en poupe depuis le début de la crise sanitaire. Que vous n'ayez jamais tenu un club ou que vous soyez un joueur confirmé, n'hésitez pas à rejoindre la section golf de l'Aschu. Vous pourrez intégrer un groupe de cours collectifs (débutant ou perfectionnement) animé par un Pro dans un des clubs de la périphérie nantaise. Vous pourrez jouer en championnat corporatif (l'équipe 1 accède d'ailleurs cette année à la première division régionale) ou dans les différentes compétitions dans lesquelles la section est engagée en Pays de la Loire et en Bretagne (15 parcours par an). Vous pourrez enfin participer aux différentes manifestations organisées par la section : Open de l'Aschu (par équipe de 2 joueurs, à la meilleure des 2 balles) ou week-end de golf pour affronter de nouveaux parcours (Belle-Ile en Mer en 2021).

Le golf est un sport extraordinaire que l'on peut pratiquer à tout âge. Venez découvrir les plaisirs de la petite balle blanche.

Thierry PELCE



Le grand Eléphant et les Animaux des Machines de l'île de Nantes sont, depuis juin 2021, « timbrés »

En partenariat avec la Poste et le Voyage à Nantes, un bloc collecteur de 8 timbres a été émis, sous l'intitulé « Les machines de ville, de Nantes à Toulouse » et lancé en avant-première, sous les nefs, à Nantes, le 19 juin 2021

Ce bloc timbres (13 €) a été tiré en édition limitée : 10.000 exemplaires.

Il comprend 8 timbres autocollants, à validité permanente, au tarif de la lettre verte, pour envoi à destination de la France.

Ces timbres représentent l'ELEPHANT, le COLIBRI, le PARESSEUX et le MINOTAURE (Toulouse), l'animal tel que réalisé, et le croquis d'origine, œuvres imaginées par François DELAROZIERE

J'ai le plaisir de vous présenter ce collecteur qui, je l'espère, ravira les amateurs de beaux timbres.

Philatéliquement et amicalement vôtre.



Jeanine BERTHAUD



Enchantement

Cet après-midi-là près de la porte du studio attenant à ma maison, lézardait, bien au soleil, une couleuvre de belle taille. Un tout petit peu plus loin, sous une brouette de décoration florale dormait, bien à l'ombre, Miou-Miou ma vieille chatte.

L'une et l'autre la couleuvre et la chatte ne se dérangeaient d'aucune façon. Elles s'étaient installées dans une quiétude que la chaleur étouffante, sans doute, aidait à la tolérance.

Ou bien, ce qui est le plus certain, elles ne s'étaient pas vues !!!

Il fallait quand même que je rentre dans mon local, je fis donc, obligatoirement, du bruit, et voilà le serpent effrayé qui s'en fut se cacher sous le figuier proche, et voilà Miou-Miou qui, réveillée et grande bavarde poussa son miaulement de contrariété, s'étira et alla jusqu'à sa gamelle d'eau se désaltérer. Puis elle s'en retourna continuer sa sieste estivale sous sa brouette. Un moment d'été...

La pièce était encore vide et un peu froide, mais l'ouverture de la fenêtre et de la porte allaient vite amener une température plus agréable.

Je devais m'y mettre maintenant si je voulais que tout soit prêt pour la « petite fête » que j'avais envisagée.

Le mobilier de cette annexe à notre résidence principale était modeste. J'avais tout astiqué la vieille au matin, pendant que Mathilde, ma compagne était partie pour des soins à l'hôpital. Elle devait y passer une nuit et revenir en fin d'après-midi.

Quand je dis j'avais tout fait briller, pour être honnête j'avais eu l'aide efficace de Sabine, notre assistante familiale. Je lui avais expliqué le motif de cette remise en ordre de ce studio. En principe nous le louons l'été à des gens de la ville en recherche du bon air de la campagne. Chose que nous n'avions pas pu faire depuis un an, en cause cet affreux virus qui avait perturbé notre vie. Puis notre âge avançant, cette activité nous imposait une fatigue que nous assumions de plus en plus difficilement, alors nous avons décidé de l'arrêter définitivement.

Elle avait tout fait Sabine, amené les fleurs, dressé le chemin de table, mis le couvert en argent venu d'un héritage familial, sans oublier les chandelles. C'était à mon idée parfait.

Au menu, homard, pas de foie gras, Madame était révoltée par le traitement des canards pour obtenir ce mets que d'aucun trouve délicat. Pourtant je n'ai jamais entendu de

réprobation concernant les crustacés que l'on plonge vivants dans l'eau bouillante. Ensuite suprême de volaille sauce champignon et pommes de terre sautées, glace. Le tout préparé par un traiteur.

Elle arrive toute souriante, comme d'habitude. Rien ne transparait de l'angoisse que doit lui procurer sa maladie. Elle regarde la scène des agapes à venir, semble émerveillée.

- Que me vaut cet honneur ?

- Que nous vaut faudrait-il dire ? Un anniversaire, celui de notre amour. Soixante ans que nous nous supportons...

Elle regarde la table, son décorum. Prend connaissance du menu, le luxe du homard, la simplicité de la volaille, l'ordinaire de la glace, pourtant un vacherin. Les fleurs amenées par Sabine qui avait tout deviné. Arums des champs, accompagnés de délicates roses rouges... Cela réveille d'anciens souvenirs... Les escapades en montagne, les promenades dans les champs, le bord de mer aussi, les restaurants. Notre vie bien sûr, ordinaire, simple et puis aussi un peu plus d'aisance à la fin de nos carrières professionnelles.

Ce soir pas de nostalgie. Un rosé de Loire accompagnera le repas. Et Berlioz l'égaiera...La symphonie fantastique...

- Bon anniversaire Mathilde !

- Bon anniversaire Georges !

Regards tendres et mains qui se cherchent...Une once de mélancolie vite partie, ce soir c'est la fête...

La nuit est venue, tous les deux regardent maintenant le ciel étoilé, assis sur le banc du jardin. La chatte sur les genoux de Mathilde.

Un petit air frais venu de l'Atlantique fait frissonner le couple. Mais ils ne veulent pas bouger pour le moment.

Ils s'étaient dits, il y a longtemps que le feu qui brûle toujours en eux, perdurera jusqu'à leur dernier souffle. Les doigts se mêlent, leurs regards s'enchantent.

Comme un enchantement s'empare d'eux. Un ange passe...

Mathilde se lève brusquement, la chatte surprise s'enfuit dans la nuit.

Doucement elle reprend la main de Georges.

- Viens...

Daniel Caillé

Apocalypse

Le ciel, de rouge sang, devint d'un noir de deuil.
 En bas, la ville grise se mouvait sous son œil ;
 Elle agonisait doucement, sûrement,
 Éclairée d'une lueur divine, irréaliste,
 Et glissant vers sa perte irrémédiablement
 Poussée par les hommes qui l'habitaient,
 Et par elle, cette folie de vivre qui déjà
 Avait tant détruit, assassiné, déchiqueté.
 Ils ne comprenaient pas, ne voyaient pas non plus,
 Pourtant nous leur avions crié, chanté, pleuré,
 Pour les sauver ; mais ils nous ont meurtris, blessés,
 Ivres de la laideur qui n'est plus.

Nelly LE GOFF

Chanson de mots

Les mots pleins de soleil
 Chantent à mes oreilles
 Leur musique de miel.

Les mots multicolores
 Ruissellent de leur or
 Et dessinent des ports ;

La mort est un voyage
 Et ne porte pas d'âge ;
 La vie est un mirage.

Dans tes yeux éblouis
 Parfois tombe une étoile
 Et dans sa brume pâle
 Tu vois tourner la vie.

Nelly LE GOFF

Poésie

Je voulais être bon, je voulais être fort
 J'ai voulu être sage, et cela sans effort
 Moi qui ne suis qu'un fou attendant d'être mort
 J'ai attrapé ma rage et je l'ai mise aux mors

J'ai apprivoisé en moi la nature sauvage
 J'ai appris à penser autrement que l'orage
 J'ai commencé à croire que viendraient bientôt
 Pour moi enfin les trompettes de Jéricho

Que tombent, tombent enfin toutes les murailles
 De mon esprit, qu'elles libèrent mon âme
 Je veux aimer enfin et me savoir aimé
 Le bonheur n'existe que s'il est partagé ...

Thomas DURANTEAU

Ces recettes nous sont aimablement proposées par Stéphane CHEVALIER, responsable self IFSI.

Mon saumon gravlax à la betterave et feuilles automnales

Pour 6 personnes

Pas de cuisson : 20 min

Temps de préparation : 1h30

Réfrigération : 2 jours

Ingrédients

- 1 beau filet de saumon avec peau de 850 gr environ
- 100 gr de sucre
- 500 gr de sucre
- 180 gr de moutarde forte de Dijon
- 350 gr de gros sel de Guérande et du poivre Timut
- 1 botte d'aneth
- 1 betterave cuite



Ingrédients pour le dressage

- 2 endives rouges et 2 blanches
- 2 betteraves Chioggia crues épluchées
- Jeunes pousses de feuilles de betterave
- Rondelles de pommes de terre en robe cuites la veille et bien froides.

Préparation

- Epluchez la betterave cuite en utilisant des gants pour ne pas avoir les doigts tachés puis taillez-la en fines brunoise.
- Ciselez le bouquet d'aneth. Versez les herbes dans le bol puis mélangez avec le sel de Guérande, le sucre, le poivre Timut (10 tours de moulin) et les dés de betteraves.
- Rincez le filet de saumon, passez le doigt sur la surface et ôtez les éventuelles arêtes avec une pince à épiler. Posez-le dans un plat légèrement creux allant au frigo, chair vers le haut. Répartissez le mélange précédent sur le filet de façon à le couvrir entièrement. Filmez au contact et placez au réfrigérateur 2 jours. (Peut être préparé même 48 h avant).
- Préparez la sauce 3 heures avant de servir : mélangez le sucre et la moutarde de Dijon et faites chauffer au bain marie pendant 20 minutes, jusqu'à obtenir une consistance de miel. Ajoutez alors l'aneth ciselé et conservez à température ambiante.
- Avant de servir, rincez le saumon sous l'eau froide et essuyez-le avec du papier absorbant. Découpez en tranches fines et dressez avec les feuilles d'endives rouges et blanches, des rondelles de betteraves crues Chioggia, et des jeunes pousses de feuilles de betteraves

Pot au feu d'agneau aux légumes oubliés et sa timbale de riz sauvage

Pour 4 personnes

Temps de préparation : 30 minutes

Temps de cuisson : 2 h

Ingrédients

- 800 / 900 gr de collier d'agneau bio en tranches épaisses
- 2 betteraves crues
- 3 gousses d'ail
- 6 carottes jaunes et violettes
- 1 bouquet garni
- 2 rutabagas, 2 panais
- 8 brins d'estragon
- 4 topinambours
- Fleur de sel et poivre mignonnette
- 1 racine de persil
- 250 gr de riz sauvage, un oignon et 30 gr de beurre



Préparation

- Portez à ébullition une cocotte remplie d'eau avec les morceaux d'agneau. Egouttez-les, rincez-les, nettoyez la cocotte. Versez 2 l d'eau.
- Ajoutez les morceaux d'agneau, le bouquet garni, les gousses d'ail, et les betteraves pelées et coupées en deux. Salez et poivrez (mignonnette) puis faites cuire 1 heure à feu doux.
- Lavez et épluchez tous les autres légumes, ajoutez les dans la cocotte puis laissez mijoter 1 heure supplémentaire.
- Rincez et effeuillez l'estragon. Goûtez le bouillon et rectifiez l'assaisonnement.
- Préparez le pilaf de riz sauvage : dans une casserole, faites revenir l'oignon ciselé dans le beurre, versez le riz sauvage puis bien dorer le riz dans la matière grasse et mouiller avec le bouillon du pot au feu (1,5 à 2 fois le volume de riz). Laissez cuire 30 min environ.
- Servez le pot au feu d'agneau en assiette : mettez au centre un morceau de collier puis faites une timbale avec un ramequin en tassant le riz puis démoulez aussitôt. Déposez les légumes parsemés d'estragon et accompagnés d'un petit bol de bouillon.

Vacherin glacé caramel beurre salé et kumquats confits

Pour 8 personnes

Temps de préparation : 30 min

Temps de cuisson : 1 h 30

Temps au congélateur : 1 h



Ingrédients pour le biscuit

- 80 gr de blancs d'œufs à température ambiante (4 œufs moyens)
- 100 gr de sucre en poudre
- 80 gr de sucre glace + 1 cuillère à soupe
- 1 l de glace vanille
- 1 l de glace caramel beurre salé
- 20 cl de crème fraîche épaisse
- 1 bocal de marrons au sirop
- 3 kumquats confits
- 2 cuillères à soupe de copeaux de chocolat noir

Ustensile : 1 poche à douille lisse

Préparation

- Préchauffez le four à 90°.
- Fouettez les blancs au batteur à vitesse rapide. Lorsque ces derniers deviennent mousseux, passez à vitesse moyenne et ajoutez 80 gr de sucre en poudre très progressivement pour lui laisser le temps de fondre (10 minutes env). Lorsque les blancs sont fermes et brillants, incorporez doucement le sucre glace au batteur. Versez la préparation dans la poche à douille.
- Sur la plaque du four recouverte de papier sulfurisé, dressez le socle du vacherin (diamètre 20 cm env) avec la poche en escargot et en formant des boules à l'extérieur éventuellement.
- Saupoudrez de 1 cuillère à soupe de sucre glace.
- Enfourez la meringue 1 h 30 à 90° puis laissez refroidir.
- Fouettez la crème fraîche avec 20 gr de sucre en poudre, transvasez dans la poche à douille et réservez au froid.
- Lorsque la meringue est froide, garnissez de quenelles de glace en alternant vanille et caramel. Commencez par recouvrir toute la base, puis montez rapidement le vacherin en hauteur. Terminez par quelques touches de crème à la poche à douille.
- Placez aussitôt au congélateur au moins 1 h.
- Au moment de servir, décorez de marrons au sirop, de kumquats et de copeaux de chocolat.

