

Concours « Sportif Futé »

La Teignouse ASBL investit le milieu sportif. Sportif Futé, un nouveau logo, pour une campagne pour le bien-être et les consommations responsables dans les milieux sportifs. La 3e mi-temps « festive », le match du dimanche après une très courte nuit... Autant de pratiques, couramment observées, et en particulier chez les jeunes. Et pourtant, pas sans risque ! En effet, le sport et l'alcool ne font pas bon ménage. Le sport et le tabac, non plus. Le sport et les boissons énergisantes, pas davantage.

Concours de slogans pour sous-verres *

Tu es sportif, tu aimes le sport ? Tu as envie de t'exprimer sur le thème des consommations dans le milieu sportif ? Tu veux voir ton message imprimé sur les sous-verres de ton club ?

Alors participe au grand concours de slogans.

4 thèmes sont proposés : sport et alcool, sport et tabac, sport et boissons énergisantes, sport et vie saine et équilibrée

Pour participer, c'est très simple :

1. Tu choisis un des 4 thèmes proposés
2. Tu inventes un slogan sympa, drôle, original, en rapport avec le thème choisi et les valeurs prônées par le label « Futé ». Le slogan peut être un mot, une ou plusieurs phrases, un croquis. Seules contraintes, il doit être en une seule couleur et doit pouvoir être reproduit sur un sous-verre de 10 cm de diamètre.
3. Tu envoies par courriel ou par courrier, pour le 13 avril au plus tard, ton slogan, en précisant le thème choisi, avec tes coordonnées (Nom, Prénom, date de naissance, adresse, téléphone, nom de ton club sportif si tu en as un).

Le jury sélectionnera les 10 meilleurs slogans. Les gagnants seront invités pour recevoir leur prix lors de la cérémonie du « Mérite Sportif » qui se déroulera le 20 mai 2016 à 20h au Centre Récréatif de Remouchamps.

Les slogans gagnants seront reproduits sur des sous-verres à destination des buvettes des clubs sportifs partenaires et des « Cafés Futés » d'Ourthe-Ambève-Condroz. Ils serviront de support attractif pour la campagne de prévention « Sportif Futé » sur le territoire des communes de la région Ourthe-Ambève-Condroz.

*concours réservé aux jeunes âgés de 12 à 21 Le règlement complet du concours est disponible sur simple demande par mail à espacefute@gmail.com. Les slogans sont à envoyer par mail à espacefute@gmail.com ou par courrier à l'adresse suivante :

La Teignouse ASBL – Espace Futé
Avenue François Cornesse 61 - 4920 Aywaille



Plan santé et Dépistage de l'anévrisme de l'aorte abdominale sur la Commune Esneux - Tilff

L'anévrisme de l'aorte abdominale ou AAA est une maladie de la paroi artérielle, responsable d'une dilatation irréversible et localisée de la portion abdominale de l'aorte. Au fil des années, sous l'influence des pulsations cardiaques et de la pression sanguine, l'anévrisme va augmenter de volume et grossir parfois comme un ballon, créant ainsi une fragilité de la paroi de l'aorte pouvant aller jusqu'à la rupture.

L'anévrisme de l'aorte abdominale ne se manifeste par aucun symptôme et peut rester silencieux jusqu'à sa rupture qui provoque le décès en quelques heures dans 65 à 85% des cas.

Les personnes à risques sont :

- les personnes âgées de plus de 65 ans chez qui la prévalence de développer un AAA est de 3 à 4 %;
- les hommes (5 à 10 fois plus touchés que les femmes);
- les fumeurs : un long passé de tabagisme actif multiplie par 6 à 7 fois le risque de développer un AAA;
- les personnes ayant des antécédents familiaux d'anévrisme de l'aorte : père, mère, frères et soeurs;
- les personnes présentant un surpoids, un taux de cholestérol élevé ou de l'hypertension artérielle.

La bonne nouvelle est qu'il est possible de dépister l'AAA à l'aide d'une simple échographie non invasive. Chez l'homme, le diamètre normal de l'aorte est de 18 à 22 mm. Lorsque le diamètre est de 30 mm ou plus, la dilatation est pathologique et il est conseillé de faire un suivi régulier par échographie afin d'évaluer l'évolution de l'anévrisme et son expansion. Si le diamètre de l'anévrisme atteint 55 mm, il est recommandé à l'heure actuelle de pratiquer une intervention chirurgicale puisque plus l'anévrisme grandit, plus les risques de rupture sont élevés.

Récemment, le Professeur Sakalihan du Service de Chirurgie Cardiovasculaire du CHU de Liège bien connu pour ses travaux dans le domaine de l'AAA, a créé l'Aneurysmal Pathology Foundation (A.P.F.) qui vise à dépister l'AAA chez plus de 10.000 personnes vivant en région liégeoise. En collaboration avec la Commune d'Esneux - Tilff, il lance donc une vaste campagne de dépistage systématique de l'AAA à l'attention de toutes les personnes de plus de 65 ans habitant Esneux - Tilff. Cette campagne s'inscrit dans la suite d'un précédent dépistage qui a eu lieu dans la Commune de Chaudfontaine et pour lequel plus de 1000 personnes ont participé.



De façon concrète, chaque homme âgé de plus de 65 ans et chaque femme âgée de plus de 74 ans recevra un courrier leur proposant de participer à ce dépistage qui devrait débuter vers la fin avril. Les volontaires seront invités à prendre un rendez-vous au CHU de Liège pour la réalisation de l'échographie abdominale et d'une prise de sang. Les participants seront également invités à répondre à deux questionnaires médical et d'habitudes alimentaires afin de mieux évaluer les facteurs de risques. Les résultats de l'examen qui est entièrement gratuit seront transmis au médecin traitant de la personne concernée. La durée totale de l'examen et du remplissage des questionnaires est de plus ou moins une heure.

Une conférence - informations « Dépistage de l'anévrisme de l'aorte abdominale sur la Commune d'Esneux - Tilff » sera organisée en présence de représentants de la Commune à l'Escale (avenue de la Station,80) le 11 avril 2016 avec le Professeur Sakalihan comme orateur.

Pour tout renseignement complémentaire, nous vous invitons à contacter J. Pince-mail au 0474.83.80.71.