

ASSOCIATIONS

Le réseau environnement santé lancé en Alsace

L'association Réseau Environnement Santé Alsace (RES Alsace) a vu le jour en Alsace pour renforcer la mobilisation en région contre l'augmentation des maladies chroniques.

Le Réseau Environnement Santé existe à l'échelle nationale depuis 2009 et vise, face à l'explosion des maladies chroniques telles que le cancer, le diabète, l'obésité, l'asthme, les maladies respiratoires et neuro-dégénératives, de faire reconnaître les impacts de l'environnement sur la santé humaine. Le RES Alsace a deux objectifs majeurs : il relaie les campagnes nationales auprès des acteurs de la politique locale de santé publique et auprès du grand public (demande de réforme de l'EFSA après son avis sur l'absence de risque du Bisphénol A ou dénonciation d'une étude concluant au facteur de hasard dans la survenance des cancers) ; il se fixe également pour but d'explorer les spécificités alsaciennes en termes d'enjeux de

santé publique.

Des spécificités alsaciennes préoccupantes

L'Alsace présente en effet des particularités en termes de santé publique. Par exemple, l'augmentation de cas d'accidents vasculaires cérébraux entre 2003 et 2012 y était de 102 % alors qu'elle était de 30 % dans les Ardennes et de 19 % en Corse. Au niveau national, l'Alsace détient le triste record du nombre d'enfants en surpoids.

► Le RES Alsace met à disposition des personnes et structures intéressées une exposition pédagogique sur les perturbateurs endocriniens qui dérèglent le système hormonal. Pour toutes questions, pour réserver l'exposition et/ou pour devenir adhérent : Réseau Environnement Santé Alsace, 5 avenue du cimetière, 67 200 Strasbourg. E-mail : resalsace@gmail.com ; Tél. : 03 88 70 23 19 ; www.reseau-environnement-sante.fr

SOCIAL Caisses de retraite Attestations fiscales : fin de l'envoi systématique par courrier

En 2015, les caisses de retraite n'envoieront plus systématiquement de déclarations fiscales par courrier, informe le CICAS Agirc-Arrco (Centre d'information, conseil et accueil des salariés). Celles-ci sont accessibles en ligne ou envoyées sur demande. Depuis quelques années déjà, les caisses de retraite de base et complémentaire transmettent automatiquement à la direction générale des impôts, le montant des pensions qu'elles versent à leurs allocataires. Ces derniers reçoivent donc une déclaration d'impôts préremplie comportant les montants déclarés directement par leurs

différentes caisses de retraite. Ce dispositif de transmission automatique a fait la preuve de sa fiabilité et de son efficacité du fait de l'exactitude du ou des montants ainsi reportés. Aussi, par souci de simplification et d'économie de gestion, en 2015, l'envoi des attestations fiscales, effectué jusqu'ici par courrier à domicile, ne sera plus systématique. Bien entendu, ce document reste consultable en allant sur le site internet de votre caisse Arrco-Agirc, dans votre espace personnel. Il est également possible d'en faire la demande par écrit ou par téléphone auprès de sa caisse de retraite complémentaire.

HOROSCOPE



Bélier

21/03 - 20/04

TRAVAIL : Une affaire d'envergure peut se réaliser avec l'étranger. N'hésitez pas à aller de l'avant. **AMOUR** : Relations amoureuses sereines aujourd'hui. Et cela pour les trois décans ! **SANTÉ** : Bon équilibre général.



Taureau

21/04 - 20/05

TRAVAIL : C'est un moment important. Une nouvelle philosophie devrait vous changer la vie. **AMOUR** : Vous manquez à votre partenaire. Arrangez-vous pour lui consacrer plus de temps et plus d'attention. **SANTÉ** : Faites plus de sport.



Gémeaux

21/05 - 21/06

TRAVAIL : Vous avez tendance à vous laisser aller. Attention toutefois à ne pas vous endormir trop vite sur vos lauriers. **AMOUR** : C'est un peu à la baisse. Vous avez, il est vrai, trop d'exigence sur ce plan. **SANTÉ** : Fatigue générale.



Cancer

22/06 - 22/07

TRAVAIL : Soyez efficace et opportuniste. Ne laissez pas passer les bonnes occasions qui vont se présenter. **AMOUR** : Situation difficile avec un proche. Sans doute devriez-vous vous expliquer en toute franchise. **SANTÉ** : Nerfs à ménager.



Lion

23/07 - 22/08

TRAVAIL : Vos initiatives vont être efficaces. Elles vont assurer votre autorité et votre crédibilité. **AMOUR** : Laissez parler vos sentiments. Donnez libre cours à la tendresse et à la générosité. **SANTÉ** : Bougez davantage.



Vierge

23/08 - 22/09

TRAVAIL : Des résultats positifs et intéressants. Vous savez profiter des circonstances et vous y ajoutez à bon escient votre esprit d'adaptation. **AMOUR** : Une journée radieuse. Vous êtes en complète harmonie avec vos proches. **SANTÉ** : Tonus.

Balance

23/09 - 22/10

TRAVAIL : Sérénité et efficacité se conjuguent pour prendre les problèmes les uns derrière les autres, sans tension aucune. **AMOUR** : C'est quasi parfait avec votre partenaire. Vous êtes chacun en phase totale avec l'autre. **SANTÉ** : Moyenne.

Scorpion

23/10 - 21/11

TRAVAIL : Evitez témérité, précipitation et entêtement néfaste. Mettez un bémol et attendez des jours meilleurs. **AMOUR** : Tout finit par s'arranger. Les nuages se dissipent et vous mettez aux oubliettes les heurts futiles. **SANTÉ** : La forme.

Sagittaire

22/11 - 20/12

TRAVAIL : Ayez le sens de la mesure. Cela vous évitera des erreurs de jugement dans vos activités. **AMOUR** : Vous vous posez trop de questions. Vivez l'instant présent, tout simplement, avec les personnes que vous aimez. **SANTÉ** : Bonne.

Capricorne

21/12 - 19/01

TRAVAIL : Gérez votre temps avec sérénité. Vous allez devoir accorder certaines priorités et reporter quelques travaux. **AMOUR** : Journée tristounette. Vous manquez d'allant et d'idées pour pimenter tout cela. **SANTÉ** : Des problèmes de digestion.

Verseau

20/01 - 18/02

TRAVAIL : Redoublez d'efforts et d'attention. Vous êtes dans une phase finale délicate qui doit tourner à votre avantage. **AMOUR** : Ayez une grande souplesse d'idées. Soyez diplomate et disponible pour tous vos proches. **SANTÉ** : Maux de tête.

Poissons

19/02 - 20/03

TRAVAIL : Une déconvenue possible. Si vous tombez de haut, n'en perdez pas pour autant tout espoir d'évolution. **AMOUR** : Soutien de Vénus dans le signe. Traduisez alors bon climat affectif pour les trois décans. **SANTÉ** : Faites un peu de sport.

CONSOMMATION

Des familles à énergie positive en Alsace

En Alsace, le projet « Familles à énergie positive » est porté par l'ADEME, l'Agence de l'environnement et de la maîtrise de l'énergie. Son objectif : former des équipes constituées de familles dont l'ambition est d'économiser le plus d'énergie possible afin de réduire leurs émissions de gaz à effet de serre. Et leurs factures !

Il n'est plus à démontrer que l'activité de l'homme sur terre est la cause directe du réchauffement de la planète et de son dérèglement climatique. Au-delà des engagements nationaux ou internationaux, chaque foyer peut agir au quotidien. En effet, l'impact du logement est considérable : 19,1 % dans la part des émissions de gaz à effet de serre (source, ministère de l'Écologie et du Développement durable et de l'énergie 2011).

Atteindre au moins 8 % d'économies d'énergie

Fortes de ce constat, 160 familles alsaciennes, réparties en 19 équipes, ont commencé à relever le défi depuis le 1^{er} décembre dernier. Le principe est simple, économiser le plus d'énergie possible dans leur logement : chauffage, eau chaude, équipement

domestique...

Réunies au sein d'équipes, ces familles tiennent le pari d'atteindre au moins 8 % d'économies d'énergie par rapport à l'hiver précédent. Le défi se base sur le progrès global des comportements des équipes pendant toute la saison de chauffage, du 1^{er} décembre au 30 avril.

En sachant que cette année, les déplacements, qui contribuent grandement aux émissions de gaz à effet de serre, ont également été pris en compte.

Jean-Charles, habite une maison à Mundolsheim (cinq personnes dont trois enfants). Lui et sa famille se sont lancés dans l'aventure. Ils ont déjà mis en œuvre quelques initiatives : « Depuis le début de l'hiver, nous chauffons moins et mieux. Notre mode de chauffage étant au bois, nous utilisons des bûches plus petites et du bois plus sec. Nous avons donc une meilleure combustion, ce qui nous permet de mieux réguler la température et de limiter les surchauffes liées à des bûches trop grosses. Concernant notre cuisinière, nous arrêtons les

plaques une à deux minutes avant la fin de la cuisson des aliments. Nous avons réorganisé notre réfrigérateur pour trouver plus facilement les aliments et donc, garder la porte ouverte moins longtemps. Le fait d'être dans cette dynamique du défi pousse réellement toute la famille, même les enfants (pour le jeu), à être plus attentive, sans que cela soit une contrainte. »

Le bilan de cette opération sera connu fin mai. Lors de la précédente édition, la consommation d'énergies des 75 familles participantes avait chuté de 20 %.

RICHARD NICOLINI

► (*) Accompagnée par l'association Alter Alsace énergie et les Espaces info énergie (EIE) alsaciens

► Chambre de Consommation d'Alsace - 03 88 15 42 42 (Bas-Rhin) - 03 86 33 39 79 (Haut-Rhin) - www.cca.asso.fr - email : service.juridique@cca.asso.fr

► Espace info énergie : Chloé Letemplier, 03 88 24 96 13, chloe.letemplier@cca.asso.fr

200 EUROS ÉCONOMISÉS PAR FOYER

Ce qui leur a permis de faire de « vraies » économies : environ 200 euros par foyer pour la saison de chauffe ! Ce résultat démontre qu'en changeant quelques habitudes, par exemple en réglant davantage la température du logement ou en éteignant la lumière de chacune des pièces inoccupées, les « conséquences » sont immédiates. Étienne habite une maison à Sultz (68). Père de famille avec deux enfants, il faisait partie des familles engagées dans cette aventure : « Malgré mon intérêt pour l'environnement, je me suis aperçu que j'avais encore beaucoup à apprendre. » Et en particulier, au moment de faire la vaisselle ! « On m'a toujours expliqué qu'il fallait laver et rincer à l'eau chaude. Or, c'est faux. On peut tout à fait rincer ses assiettes à l'eau froide. » Lui aussi est étonné par les économies réalisées : « J'ai réduit ma facture de gaz de 40 % en baissant la température de mon chauffage. »

ROUFFACH Autisme

L'association Als'Asperger est née

Ce vendredi a été créée à Rouffach la première association régionale consacrée au syndrome d'Asperger, un trouble autistique invisible et encore méconnu.

« ENFIN ! » Telle a été la réaction de nombre de familles alsaciennes quand elles ont appris la création de l'association Als'Asperger. Ce « trouble du spectre autistique » selon la formule exacte, concerne 600 enfants dans la région, et au moins autant qui ne sont pas diagnostiqués. Les adultes sont encore bien plus nombreux...

« Nous appelons notre petit tsunami »

Pour les époux Franck, à l'origine de cette initiative, le combat a été long avant de pouvoir mettre un nom sur la différence de leur fils, Quentin, âgé de dix ans aujourd'hui « Il faut plusieurs années avant de pouvoir obtenir un diagnostic, raconte Deborah, la maman. Lorsque Quentin était petit il bougeait beaucoup, j'ai pensé qu'il était hyperactif. Nous l'appelions notre "petit tsunami" ! Et contrairement à son grand-frère, il était très gauche dans ses mouvements. » S'en suit un long parcours du combattant : une consultation chez un pédopsychiatre, des séances de psychomotricité, un rendez-vous chez un neurologue, après un an d'attente et de multiples lettres et documents à fournir... « Et au bout, rien, pas de traitement, pas de prise en charge. Or il était déjà



Deborah et Paul Franck avec leur fils Quentin, dix ans. PHOTO DNA - VKL.

scolarisé en CP et devait redoubler sa classe. » Car à l'école, malgré la présence d'un auxiliaire de vie scolaire, rien ne va plus : « Quentin souffre de multiples troubles "dys", dyslexie, dyscalculie, dysgraphie, prend la parole tout le temps, ne supporte pas l'imprévu, même minime, est hypersensible aux bruits, aux lumières, aux odeurs... Les « Aspie », dont l'intelligence est normale voire supérieure, ont besoin d'expérimenter pour apprendre, leurs apprentissages sont plus longs

mais ensuite, c'est gravé dans le marbre. Ils ont une mémoire phénoménale ! Malheureusement, certains enseignants n'arrivent pas encore à prendre en compte cette différence. »

Apprendre à déchiffrer les émotions sur les visages

Un jour, la famille, au bout du rouleau, se confie à son généraliste, qui l'oriente vers les spécialistes du centre hospitalier de Rouffach. Et là, le diagnostic est enfin posé : « Nous avons pris une claquette, nous entrons dans

l'inconnu. » Heureusement le Dr Dutray, spécialiste d'Asperger, leur présente un ensemble de dispositifs destinés à « apprendre à Quentin les codes sociaux, à déchiffrer les émotions sur les visages... Enfin, nous n'étions plus seuls ! »

Quentin se rend aujourd'hui deux fois par semaine à l'hôpital de jour, en plus des deux consultations de prise en charge qui lui sont nécessaires.

Avec Alsace autisme

Ses parents ont décidé récemment de créer une association régionale avec le soutien du député de Saverne-Sarre-Union Patrick Hetzel, également membre de la commission « Asperger » à l'Assemblée nationale, et du pédopsychiatre Benoît Dutray. « Nous avons déjà assisté à des rencontres de parents autour de l'autisme, mais ce handicap revêt des formes très diverses, explique Paul Franck. L'idée est donc de diffuser des idées, informations et conseils autour du syndrome d'Asperger et de mieux le faire connaître, en lien avec l'association Alsace autisme. » Parmi les objectifs d'Als'Asperger, la création dans le Haut-Rhin d'une CLIS (Classe pour l'inclusion scolaire) destinée aux autistes. La jeune association est déjà parrainée par le comédien Laurent Savard et les patineurs Sarah Abitbol et Jean-Louis Lacaille. ■

VALÉRIE KOELBEL

► Contacts : ☎07 81 98 64 33, par mail alsasperger@free.fr ou page Facebook.