



L'ALLAITEMENT  
MATERNEL



# HABARI ZA<sup>\*</sup> RÉSEAUX DE SANTÉ MAYOTTE

HABARI ZA : LES NOUVELLES DE

Explorez le monde de la santé à Mayotte à travers la Newsletter trimestrielle des 3 Réseaux de Santé, intitulée : "Habari za Réseaux de Santé Mayotte" !

**Rédiab Ylang 976, Répéma et CRCDC Mayotte unissent leurs efforts pour vous tenir au courant de leurs actualités et actions à venir dans une Unique Newsletter.**

[WWW.RESEAUX-SANTE-MAYOTTE.FR](http://WWW.RESEAUX-SANTE-MAYOTTE.FR)

POUR RECEVOIR CETTE NEWSLETTER, VOUS POUVEZ VOUS ADRESSER À L'UN DES TROIS RÉSEAUX DE SANTÉ (RÉPÉMA, RÉDIAB YLANG OU CRCDC MAYOTTE).

UNE



## ACTION DE PRÉVENTION POUR JUIN VERT "MON CHAMA SE DÉPISTE" :

Pour inscrire votre chama à cette action, envoyer un mail à [sensibilisation@crcdc-mayotte.fr](mailto:sensibilisation@crcdc-mayotte.fr) ou appelez au 02 69 62 04 67

## JUIN VERT

*Mois de prévention au dépistage du cancer du col de l'utérus*

Juin Vert est un mois dédié à la sensibilisation et à la prévention des cancers gynécologiques. Ce mois met en lumière l'importance cruciale du dépistage précoce qui permet de détecter des cancers comme celui du col de l'utérus à un stade où il est plus facilement traitables. Tout au long du mois de juin, diverses actions de sensibilisation sont organisées pour informer le public sur les examens disponibles et les symptômes à surveiller. L'initiative vise à encourager les femmes à se faire dépister régulièrement, car une détection précoce peut sauver des vies.

### Juin vert au CRCDC Mayotte

Le CRCDC Mayotte a ouvert le mois avec une marche et un village santé organisé à Hajangoua. Cette matinée a permis de sensibiliser et d'informer plus de 200 personnes à l'importance du dépistage précoce et de réaliser des frottis pour 19 d'entre elles. D'autres partenaires nous ont accompagnés lors de cette action pour proposer des dépistages supplémentaires, notamment pour le diabète, l'hypertension, le VIH, l'hépatite B et la maladie d'Alzheimer.

## COLPOSCOPIE

*La colposcopie en pratique*

La colposcopie est un examen médical qui permet d'observer en détail le col de l'utérus à l'aide d'un instrument doté d'une loupe et d'une lumière. Elle est utilisée pour examiner les anomalies détectées lors d'un frottis, permettant de repérer des lésions précancéreuses ou cancéreuses. Cet examen est crucial pour le dépistage précoce du cancer du col de l'utérus, augmentant les chances de traitement efficace et de guérison.

### La Colposcopie entre le CRCDC Mayotte et le CHM

Après des résultats de frottis suspects ou pathologiques, la patiente est envoyée au CHM pour réaliser une colposcopie. Chaque mois, le CHM nous communique 2 à 3 dates auxquelles 14 femmes sont programmées. Les rendez-vous sont pris exclusivement par notre secrétaire, même pour les cabinets privés. Les dossiers des patientes sont préparés en interne puis remis au CHM. Une fois l'examen finalisé, si les résultats sont positifs, le CHM prend en charge le suivi de la patiente. Si les résultats sont négatifs, le suivi se poursuit au CRCDC Mayotte.

## RECRUTEMENT

Le CRCDC Mayotte recherche une sage-femme coordinatrice pour renforcer son équipe. La fiche de poste est juste [ici](#).

## AGENDA

### 22 JUIN

- Dépist'et vous : Frottis au centre commercial de Combani de 8h à 12h

### 30 JUIN

- Mon chama se dépiste : matinée de dépistage sur inscription à Pamandzi de 8h à 12h

### 21 SEPTEMBRE

- Séminaire pour la journée mondiale d'Alzheimer à Chiconi, de 8h00 à 16h00 (Action organisée par France Alzheimer)

### LUNDI, MERCREDI ET VENDREDI

- Permanence de dépistage au CRCDC Mayotte de 8h à 12h

**Le planning des dépistages et des sensibilisations est consultable toutes les semaines sur la page Facebook du CRCDC Mayotte**

## PORTRAIT

### FATIMA KASSIM

*Responsable administratif et financier*



Au CRCDC Mayotte depuis 14 ans, l'une de ses missions est d'assurer la gestion budgétaire de la structure en suivant les dépenses et les recettes ainsi qu'en produisant les états financiers.

Son objectif ? Assurer le bon fonctionnement du CRCDC en supervisant les RH et en veillant à ce que les comptes de l'association soient conformes aux lois et aux réglementations en vigueur.

**UNE**


## DÉPISTAGE GRATUIT DU DIABÈTE TOUS LES **MERCREDIS DE 8H À 12H** DANS LES LOCAUX DE RÉDIAB YLANG À MAMOUDZOU !

Partagez l'information par notre [affiche ici](#) !

## PRÉVENTIONS

### Manzarakas : Alliez festivité et santé

En cette saison généralement rythmé par les Manzarakas, il est toujours possible de conserver un équilibre en se faisant plaisir :

Préparer des djavis proposant des plats locaux diversifiés qu'ils soient crus, grillés, cuits à l'eau, au four, au lait de coco ou frit **en quantité modéré** et surtout n'oubliez pas d'y inclure des **légumes**. Ils apporteront de la couleur et des nutriments essentiels à vos repas.

Choisissez des boissons locales **peu ou pas sucrées** comme de l'eau plate, de l'eau gazeuse ou des jus de fruits maison. Ces options sont non seulement rafraîchissantes mais aussi plus saines que les boissons sucrées industrielles.

Au moment du repas, associer festivité, plaisir et équilibre alimentaire en veillant à **prendre le temps de déguster**, mastiquer et de savourer chacun des plats par petites portions. La fin de la journée ne sera alors pas synonyme de lourdeur, ballonnements et douleurs intestinales.

Petite astuce pour les sodas rapportés à la maison après la fête : les **conserver pour les prochaines festivités et éviter de les laisser à la portée des enfants**.

## ÉDUCATION THÉRAPEUTIQUE DU PATIENT

### Soutenez la Santé au Travail durant l'été

Notre programme "ETP en entreprise" a récemment été mis en place au sein de l'association Ecole de la Joie et de la Liberté à Nyambadao. Suite aux dépistages effectués dans cette organisation, des personnes à risque ou atteintes de diabète ont été identifiées. Elles ont ensuite intégré notre programme d'éducation thérapeutique du patient, où nous les accompagnons par des séances individuelles, des ateliers collectifs, ainsi que des consultations avec une podologue et une diététicienne **directement sur leur lieu de travail et gratuitement**. Notre objectif est d'aider les travailleurs à mieux gérer leur alimentation.

**Si votre association ou entreprise souhaite bénéficier de ce programme gratuit cet été, notamment pendant la période de basse activité : Contactez-nous au 0269 61 04 00.**

## FORMATIONS

Rédiab Ylang 976 propose une nouvelle formation d'une durée de **4h** sur les **maladies chroniques liées à l'alimentation**, destinée à améliorer vos connaissances sur le diabète, l'hypertension et l'obésité. Ouvert à tous et sans prérequis. Inscrivez-vous dès maintenant en envoyant un mail à [formation.nutrition@rediab-ylang.fr](mailto:formation.nutrition@rediab-ylang.fr).

## AGENDA

### 3 JUILLET

- **8h à 12h** : Dépistage du diabète à la MJC de Vahibé en partenariat avec le CCAS de Mamoudzou

### 4 JUILLET

- Atelier cuisine organisé avec le CCAS de Mamoudzou à Passamainty avec les séniors

### TOUS LES MERCREDIS

- **8h à 12h** : Dépistage du diabète dans les locaux de Rédiab Ylang

### TOUS LES LUNDIS

- **8h à 15h** : Examen du pied diabétique dans les locaux de Rédiab Ylang

## PORTRAIT

### ROUMMANE FOUNDI

Programmeur ETP  
chez Rédiab Ylang 976



Aujourd'hui, nous vous présentons Roummane, notre indispensable Programmeur ETP (Education Thérapeutique du Patient) et traducteur en Kibushi.

Sa mission ? Coordonner et animer les séances ETP à destination des personnes à risque ou des personnes diabétiques adhérentes chez Rédiab Ylang 976.

# À LA UNE



## SEMAINE MONDIALE DE L'ALLAITEMENT MATERNEL DU 1ER AU 7 AOÛT 2024

CÉLÉBRÉE CHAQUE ANNÉE, CETTE SEMAINE PERMET DE SENSIBILISER ET PROMOUVOIR L'ALLAITEMENT MATERNEL AUPRÈS DE LA POPULATION.

## SEMAINE DE LA SANTÉ SEXUELLE

La Semaine de la Santé Sexuelle est une initiative dédiée à la sensibilisation et à l'éducation sur les questions de santé sexuelle. Durant cette semaine, nous mettons en avant l'importance de la prévention, de l'accès à l'information, et de la promotion de comportements sains pour une vie sexuelle épanouie. Des ateliers, des conférences et des consultations gratuites seront proposés pour aborder divers sujets tels que la contraception, les infections sexuellement transmissibles (IST), et l'éducation à la vie affective et sexuelle.

## L'ALLAITEMENT MATERNEL

Du 1er au 7 août a lieu la semaine Mondiale de l'allaitement maternel. Célébrée chaque année, cette semaine permet de sensibiliser et promouvoir l'allaitement maternel auprès de la population.

Bien que l'allaitement maternel soit largement adopté à Mayotte, l'allaitement exclusif est cependant souvent délaissé dès les premières semaines de vie de l'enfant au profit du lait industriel. L'Organisation Mondiale de la Santé (OMS) recommande l'allaitement exclusif jusqu'à l'âge de 6 mois afin de favoriser le bon développement du bébé.

À l'occasion, le Réseau périnatal de Mayotte se déplace tout au long de la semaine au plus près de la population afin de sensibiliser et promouvoir l'allaitement maternel.

## FORMATIONS

Le Réseau Périnatal de Mayotte propose tout au long de l'année des actions de formation, de sensibilisation, des Enseignements Post Universitaires (EPU), les Journées Périnatales sur 2 jours complets qui ont pour objectif de rassembler les professionnels autour de thématiques prioritaires sur le territoire mahorais.

## AGENDA

### DU 03 AU 09 JUIN

- Semaine de la santé sexuelle

### DU 1ER AU 7 AOÛT

Semaine mondiale de  
L'ALLAITEMENT MATERNEL

### RÉPÉMOBILE

- Deux à trois fois par semaine dans différentes communes de l'île.

Consulter les dates de passage de  
la tournée Répémobile  
facebook  
[@ReseauPerinatalMayotte](#)  
et notre site  
[reseaux-sante-mayotte.fr](http://reseaux-sante-mayotte.fr)

## PORTRAIT

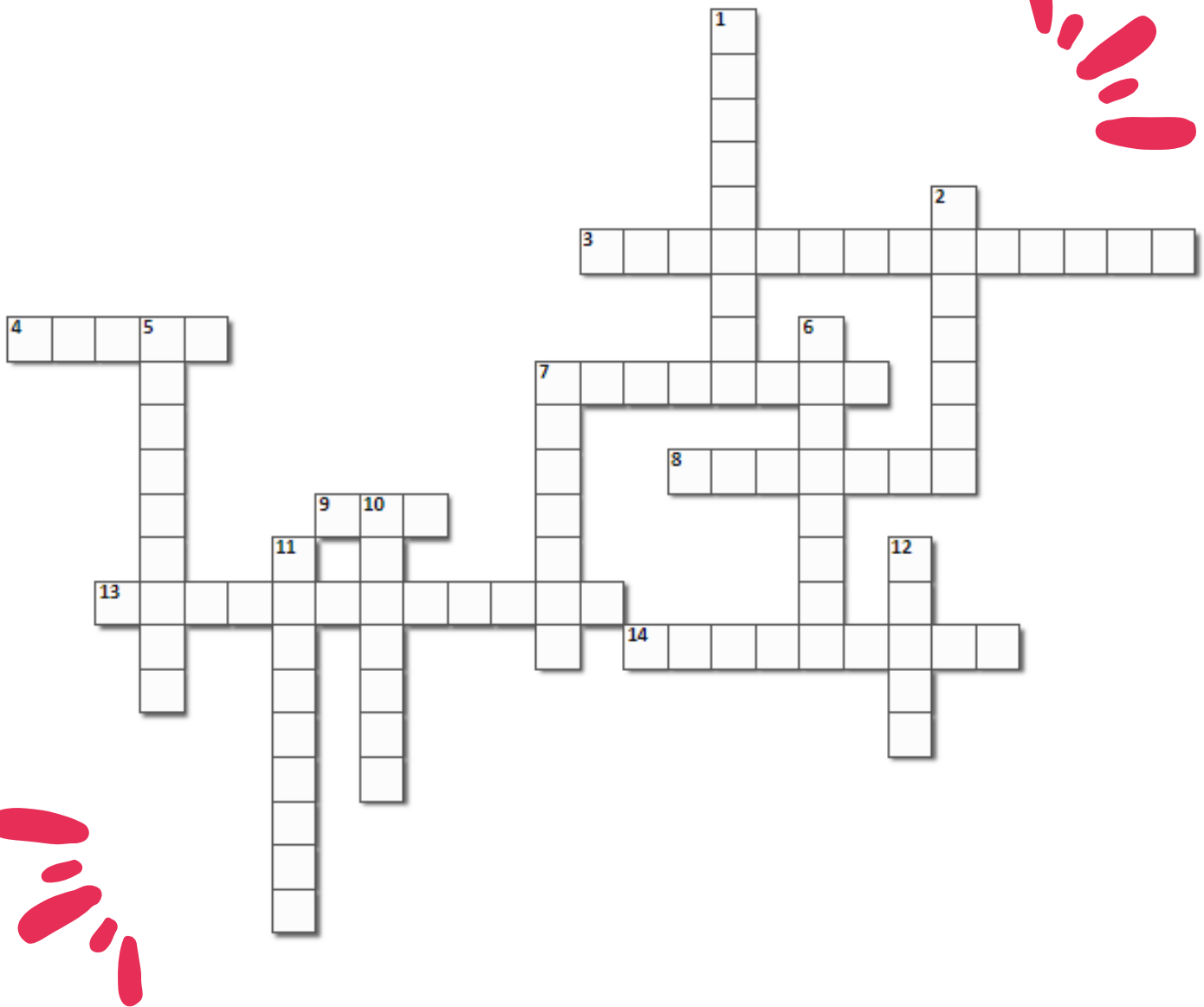
### ODILE MUSTIERE

- *Responsable  
administratif et financier  
(R.A.F.) chez REPÉMA*

Son rôle est chargée de la gestion comptable, financière, administrative et du personnel.

En lien avec l'équipe interne et divers partenaires externes, elle assure la production des états financiers, la gestion des flux financiers, l'établissement et le suivi des budgets, ainsi que la rédaction des demandes de subventions.





## Indices :

1. Relatif au cordon qui relie le fœtus au placenta, transportant nutriments et oxygène
2. Personnes biologiques, adoptives ou légales responsables d'un enfant
3. Virus (IST) responsable de la majorité des cancers du col de l'utérus
4. Acronyme de centre régional de coordination des dépistages des cancers
5. Détection précoce d'une maladie avant l'apparition des symptômes
6. Substance qui aide à utiliser le sucre pour avoir de l'énergie
7. test de dépistage utilisé pour le cancer du col de l'utérus (Verticalement) 7.  
Un quart de notre assiette doit être composé de VPO et l'autre quart de ... (Horizontalement)
8. Les assiettes de tous mes repas doivent être remplies à moitié de ...
9. Acronyme de Viande Poisson Œuf
10. Région entre l'anus et les organes génitaux, importante lors de l'accouchement
11. Professionnel de santé qui vérifie les pieds des personnes diabétiques
12. Stade de développement prénatal du bébé, de la huitième semaine de grossesse jusqu'à la naissance
13. Examen radiographique du sein
14. Période de trois mois de la grossesse, divisée en trois phases