



LA CONFÉRENCE

Plateforme RESICARD - Journée du 05 Juin 2026



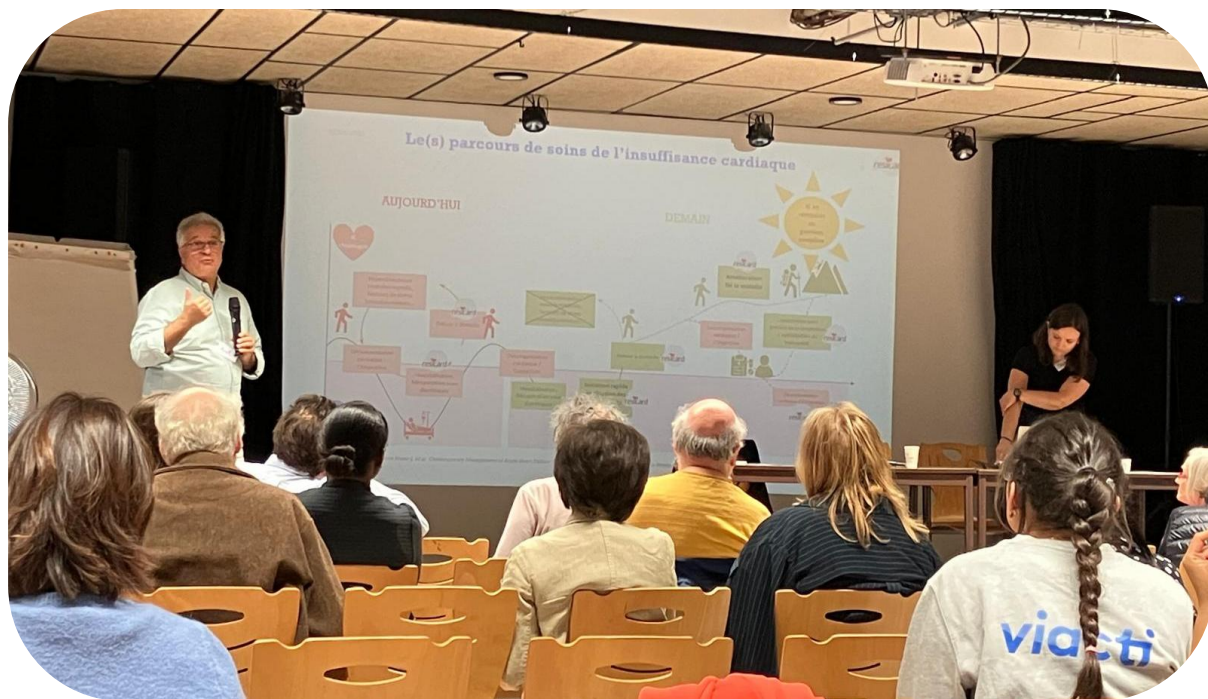
« Insuffisance cardiaque : passé, présent, futur »

Ariel COHEN (*Cardiologue coordinateur hospitalier RESICARD*) - Stéphanie JULLIEN (*Infirmière RESICARD*)

Nous avons débuté cette journée par une conférence animée par Ariel COHEN, cardiologue et coordonnateur hospitalier de RESICARD et Stéphanie JULLIEN, infirmière d'éducation thérapeutique.

La conférence abordait les évolutions dans la prise en charge et les traitements de l'insuffisance cardiaque, et les actions proposées aux personnes vivant avec une insuffisance cardiaque par RESICARD depuis sa création, il y a 25 ans ! L'occasion d'évoquer également les **projets de recherche clinique en cours** ainsi que les **nouveaux traitements de l'insuffisance cardiaque**, qui permettent aujourd'hui de vivre mieux et plus longtemps avec cette maladie.

Il y a de nombreuses voies à explorer pour traiter de façon précoce les causes de l'insuffisance cardiaque : un discours plein d'espoir pour les participants !





LES ATELIERS

Plateforme RESICARD



Journée du 05 Juin 2026

1. « Du partage à l'assiette : notre livre de recettes pour le cœur »

Lisa TURMEL (*Infirmière RESICARD*)

Mathilde GIBEAUX (*Diététicienne libérale*)

Karine RENOUX (*Diététicienne et enseignante en activité physique adaptée*)



Ensemble, patients, aidants et professionnels de RESICARD ont débuté la co-création d'un **livre de recettes** équilibrées, adaptées à l'insuffisance cardiaque et validées par des diététiciennes.

2. « Le cœur sur scène : saynètes inspirées de votre vécu »

Ernesto BRITO (*Infirmier AP-HP, Hôpital Saint-Antoine*)

Lisa TURMEL (*Infirmière RESICARD*)

Stéphanie JULLIEN (*Infirmière RESICARD*)



Un échange vivant et interactif a mis en scène un patient, son entourage et les soignants autour de **situations du quotidien liées à l'insuffisance cardiaque**. Ensemble, un thème a été choisi – l'avenir, la vie active, la fatigue – avant de prolonger la discussion en groupe : on peut mieux vivre encore.

3. « Vie affective et cœur : trouvons le bon rythme »

Véronique CARETTE (*Sexothérapeute*)

Marie-Antoinette BANAMWANA (*Infirmière en pratique avancée*)

Stéphanie JULLIEN (*Infirmière RESICARD*)



Un atelier autour de la vie sexuelle et ce que la maladie chronique a pu changer dans votre **vie affective**. Avec l'aide de professionnels de santé, des questions ont été abordées en toute confiance et sans tabou : une vie normale est possible.

4. « Échanges à cœur ouvert entre patients, aidants et soign

Steven MACARI (*patient partenaire, association AVEC*)

Mathilde MAZUYER (*Infirmière RESICARD*)



Des **échanges entre patients, aidants et professionnels de santé** ont partagé leur vécu de l'insuffisance cardiaque et leurs questions : toutes les questions ont une réponse et une solution.



Le retour de l'atelier :

I. « Du partage à l'assiette : notre livre de recettes pour le cœur »



Les intervenants :

Karine RENOUX (diététicienne à Viacti) / Mathilde GIBEAUX (diététicienne libérale) / Lisa TURMEL (IDE RESICARD)

Nombre de participants : 37

CE QUE NOUS RETENONS

Les échanges se sont articulés autour de la **thématique du sel caché**, avec une réflexion sur la manière d'adapter des recettes appréciées des participants. Les recettes apportées ont également servi de **support pédagogique**, permettant d'aborder de façon concrète et accessible les principes d'une **alimentation adaptée à l'insuffisance cardiaque**. Par ailleurs, plusieurs éléments positifs sont à souligner : certains participants avaient apporté des recettes en amont, favorisant l'implication du groupe ; le format en table ronde a encouragé les interactions ; enfin, les outils et supports utilisés ont été jugés adaptés aux besoins des participants.



POUR LA SUITE...

Cet atelier va servir à la création d'un livre de recettes disponible sur le site 😊

NOS COORDONNÉES

Infirmier(e)s de la plateforme :

mathilde.mazuyer-ext@aphp.fr

06.98.07.11.05

Médecins coordinateurs : Ariel COHEN et Patrick ASSYAG

lisa.turmhel-ext@aphp.fr

06.67.16.06.92

stephanie.jullien-ext@aphp.fr

06.60.33.33.13

ernesto.brito@aphp.fr

01.49.28.33.57



www.resicard.com



Le retour de l'atelier :

2. « Le cœur sur scène : saynètes inspirées de votre vécu »



Les intervenants :

Ernesto BRITO (IDE RESICARD) / Stéphanie JULLIEN (IDE RESICARD) / Lisa TURMEL (IDE RESICARD)

Nombre de participants : 37

CE QUE NOUS RETENONS

Les échanges ont principalement porté sur deux thématiques : **le sommeil et l'avenir**. Concernant le sommeil, les participants ont évoqué la fatigue, en s'interrogeant sur son origine, qu'elle soit psychique ou physique. Ils ont également exprimé des difficultés à être entendus sur ce sujet, souvent perçu comme banalisé. Les discussions ont abordé **l'impact des traitements**, notamment les médicaments et l'apnée du sommeil, ainsi que les réveils nocturnes fréquents liés à la prise de diurétiques. Plusieurs participants ont également partagé des modifications de leur rythme de sommeil depuis l'annonce du diagnostic, certains évoquant des troubles du sommeil en lien avec le vécu traumatisant de cette annonce.



POUR LA SUITE...

Futurs ateliers avec mises en scène et jeux de rôles envisagés !

INFOS : Si vous avez des problèmes liés au sommeil, le réseau Morphée a mis à disposition un questionnaire sur le sommeil, que vous pouvez retrouver en suivant le lien Internet ci-dessous :

<https://questionnaire.reseau-morphee.fr/>



NOS COORDONNÉES

Infirmier(e)s de la plateforme :

mathilde.mazuyer-ext@aphp.fr

06.98.07.11.05

Médecins coordinateurs : Ariel COHEN et Patrick ASSYAG

lisa.turmhel-ext@aphp.fr

06.67.16.06.92

stephanie.jullien-ext@aphp.fr

06.60.33.33.13

ernesto.brito@aphp.fr

01.49.28.33.57



www.resicard.com



Le retour de l'atelier :

3. « Vie affective et cœur : trouvons le bon rythme »



Les intervenants :

Véronique CARETTE (sexothérapeute)

Marie Antoinette BANAMWANA (IPA) / Stéphanie JULLIEN (IDE RESICARD)

Nombre de participants : 30

CE QUE NOUS RETENONS

Les échanges ont mis en évidence l'impact majeur de la **maladie sur les relations intimes**, tant sur le plan **psychologique que physique**, notamment en lien avec les changements corporels et la présence de cicatrices visibles. Les participants ont également évoqué la tendance à la surprotection de la part des conjoints, ainsi que la difficulté à dissocier la personne de sa maladie. La réflexion s'est élargie à **une définition plus globale de l'amour**, incluant les relations familiales et amicales, et à la nécessité de réinventer de nouvelles formes de démonstration d'affection au sein du couple.

LE CŒUR DIT... LE COUPLE RÉPOND	
Écouter, comprendre, s'adapter : ensemble, trouvons le bon rythme.	
LE CŒUR DIT	LE COUPLE RÉPOND
Je suis fatigué	On ralentit
J'ai peur	On en parle
J'ai moins d'énergie	On s'adapte
Je me sens différent	On se redécouvre
J'ai besoin de temps	On respecte notre rythme
La maladie change le rythme. L'amour aide à trouver le nouveau.	



POUR LA SUITE...

Collaboration avec Véronique qui va venir au sein de notre dispositif pour créer avec vous des ateliers sur la fatigue puis proposition d'atelier collectif ou individuel sur la vie affective, relationnelle et sexuelle pour une vie la plus normale possible. 😊

NOS COORDONNÉES

Infirmier(e)s de la plateforme :

mathilde.mazuyer-ext@aphp.fr

06.98.07.11.05

Médecins coordinateurs : Ariel COHEN et Patrick ASSYAG

lisa.turmel-ext@aphp.fr

06.67.16.06.92

stephaniejulien-ext@aphp.fr

06.60.33.33.13

ernesto.brito@aphp.fr

01.49.28.33.57



www.resicard.com



Le retour de l'atelier :

4. « Échanges à cœur ouvert entre patients, aidants et soignants »



Les intervenants :

Steven MACARI (Patient Partenaire association AVEC) /

Mathilde MAZUYER (IDE RESICARD)

Nombre de participants : 37

CE QUE NOUS RETENONS

Les échanges ont permis de distinguer des thématiques propres à chaque groupe. Les professionnels de santé ont abordé **les avantages et les objectifs de la prise en charge** des patients insuffisants cardiaques, ainsi que les **appréhensions** associées. De leur côté, les patients et aidants ont exprimé **leur vécu à travers plusieurs dimensions** : le regard des autres, la transition entre l'avant et l'après diagnostic, le vieillissement du corps, les émotions, la polypathologie et le devenir avec la maladie. Ils ont également proposé **des idées d'ateliers en éducation thérapeutique** et souligné l'importance de distinguer la « personne » du « patient ». Des **thématiques communes ont émergé**, notamment la communication, le parcours de soin, la distinction entre « observance » et « adhérence », le quotidien avec la maladie, la recherche, la vie affective et les traitements.



POUR LA SUITE...

Envisager d'autres ateliers au sein de notre réseau sur ces thématiques et préoccupations. ☺

NOS COORDONNÉES

Infirmier(e)s de la plateforme :

mathilde.mazuyer-ext@aphp.fr

06.98.07.11.05

Médecins coordinateurs : Ariel COHEN et Patrick ASSYAG

lisa.turmel-ext@aphp.fr

06.67.16.06.92

stephanie.jullien-ext@aphp.fr

06.60.33.33.13

ernesto.brito@aphp.fr

01.49.28.33.57



www.resicard.com



Activité Physique Adaptée

« BOUGEONS ENSEMBLE »



Les intervenants :

Mathilde PORTE ROBERT (enseignante APA et diététicienne)

Nombre de participants :

Tout le monde !

CE QUE NOUS RETENONS

Entre deux événements, Mathilde PORTE ROBERT nous a invité à faire de l'**activité physique** (sur de la musique tahitienne puis sur un air de Céline Dion) de manière originale et ludique, favorisant la participation active de tous les participants !



POUR LA SUITE...

Des collaborations sont en cours de mise en place avec les Maisons Sport Santé partenaires de la Ville de Paris, afin de vous proposer des lieux de pratique sécurisés et adaptés, et continuer sur cette bonne lancée 😊.

NOS COORDONNÉES

Infirmier(e)s de la plateforme :

mathilde.mazuyer-ext@aphp.fr

06.98.07.11.05

Médecins coordinateurs : Ariel COHEN et Patrick ASSYAG

lisa.turmel-ext@aphp.fr

06.67.16.06.92

stephanie.jullien-ext@aphp.fr

06.60.33.33.13

ernesto.brito@aphp.fr

01.49.28.33.57



www.resicard.com



AUTRES INFOS

Plateforme RESICARD - Journée du 05 Juin 2026



REMERCIEMENTS

Un immense merci à toute l'équipe de l'espace AGECA pour sa confiance et son accueil lors de cette belle journée !

Merci également au traiteur « La table de CANA » pour ce buffet savoureux, sain et convivial qui a régalé tous les participants.

Et surtout, merci aux participants, aux orateurs et aux animateurs pour leur présence, leur fidélité et leur énergie communicative : c'est grâce à vous que cette journée a été une vraie réussite, co-construite dans le partage et la bonne humeur. 😊



A la prochaine ! 😊

Notre prochain événement : Paris Plage 2026 🌊

Retrouvez nous les **Vendredi 10, 17, 24 et 31 Juillet** et le **21 août** au **65 Quai de la Seine, Paris 19ème** pour tester vos connaissances sur le cœur et sur l'alimentation. 😊