

## PREVENIR LA MALADIE RENALE CHRONIQUE EN LIMOUSIN

Le thème de la Semaine Nationale du Rein, qui se déroule du 08 au 15 mars 2025, suit le thème mondial proposé par la World Kidney Fondation :

**"Comment vont vos reins ?  
Une détection précoce protège la santé de vos reins."**

Cette année, l'ALURAD, le CH de Brive, le CHU de Limoges, France Rein Limousin et Yellow Rein, s'unissent pour sensibiliser la population du Limousin aux maladies rénales chroniques. La couleur associée à la campagne est le orange, couleur prioritaire de France Rein, porteur de la Semaine Nationale du Rein.

### Je deviens acteur de la campagne

Pour sensibiliser la population, nous proposons aux mairies, aux entreprises, aux établissements de santé et à toutes les autres structures volontaires de s'impliquer dans la campagne de sensibilisation des maladies rénales chroniques, **chacun à sa façon et selon ses possibilités.**

### Je passe à l'action

#### ENTRE LE 08 ET LE 15 MARS 2025, JE VOIS LA VIE EN ORANGE !

- 1- Je décore la Mairie, la ville ou commune, mon entreprise, mon établissement de santé aux couleurs de la Semaine Nationale du rein**, en témoignage de soutien aux patients insuffisants rénaux chroniques : ballons, rubans, etc. Création, imagination, recyclage sont les maîtres mots de cette semaine !
- 2- J'illumine la façade de la Mairie en orange !**

#### JE PARTAGE DES MESSAGES DE PREVENTION

- 3- J'utilise mes canaux de communication** pour diffuser des messages de prévention : bulletin communal, magazine de la ville, réseaux sociaux, panneaux d'affichage lumineux, panneaux d'affichage, site internet, intranet, etc.
- 4- Je réalise la prévention des maladies rénales chroniques auprès de la population locale, des agents de la ville ou commune, des salariés en utilisant les messages de prévention suivants :**

##### **Pourquoi surveiller régulièrement le fonctionnement de ses reins ?**

1 personne sur 10 en France, est concernée par la maladie rénale. Un fléau qui ne cesse de progresser d'environ 2% par an. Nos reins sont essentiels à la vie. La maladie rénale est dite silencieuse car, la plupart du temps, elle ne se manifeste par aucun symptôme perceptible. C'est généralement à un stade très avancé de la maladie que l'on se rend compte que les reins ne fonctionnent plus correctement. Découvrir une insuffisance rénale chronique à un stade précoce de la maladie permet de bénéficier d'une prise en soins adaptée qui peut stabiliser ou ralentir son évolution.

### Etes-vous concerné(e) par les maladies rénales chroniques ?

Tout le monde peut être concerné un jour par la maladie rénale. Les personnes qui ont une maladie diabétique, hypertensive, cardio-vasculaire, une obésité, un traitement par chimiothérapie et/ou psychiatrique (lithium) ou des antécédents familiaux, sont plus à risque.

### Comment agir pour préserver ma fonction rénale ?

Adopter des comportements favorables à un bon état de santé général permet de limiter le risque de développer ou d'aggraver une insuffisance rénale chronique : manger une alimentation équilibrée, limiter les apports en sel, pratiquer une activité physique régulière, diminuer voire arrêter le tabac, éviter l'automédication, limiter sa consommation d'alcool, sont autant de comportements à adopter au quotidien pour prendre soin de ses reins.

### Où et quand me faire dépister pendant la semaine nationale du rein?

A l'occasion de la semaine nationale du rein, des actions de sensibilisation sont proposés dans tout le Limousin en présence de professionnels des santé. Un stand d'information, ainsi que des tests de dépistage des maladies rénales chroniques seront proposés :

- Lundi 10 mars 2025 de 9h à 16h au CHU (Dupuytren 1 et 2)
- Mardi 11 mars 2025 de 10h à 16 dans le hall d'entrée du CH de Guéret
- Mercredi 12 mars 2025 de 9h à 12h30 sur la Place du Marché à Bourgneuf
- Jeudi 13 mars 2025 de 10h à 16h dans la hall d'entrée du CH de Brive
- Vendredi 14 mars 2025 de 10h à 17 dans la galerie marchande de Super U Cognac à Limoges
- Samedi 15 mars 2025 de 9h à 13h à la Braderie du Secours Populaire Français à St-Junien
- Samedi 15 mars 2025 de 10h à 16h Place Saint-Michel dans le centre-ville de Limoges

### 4- J'utilise les supports de communication mis à disposition pour la campagne :

- Illustrations pour les réseaux sociaux
- Affiches pour les manifestations de sensibilisation et de dépistage des maladies rénales
- Bannière à ajouter à votre signature email

Je les télécharge sur le site internet de l'Alurad :

<https://www.alurad.fr/professionnels-de-sante/depistage/semaine-nationale-du-rein-2025-supports-de-communication/>

Ou je flash le QR code ci-dessous pour y accéder :



Contact : [prevention@alurad.asso.fr](mailto:prevention@alurad.asso.fr) - 05 55 71 23 84