

COMMENT EN PARLER AUX AUTRES  
ET ÊTRE COMPRIS ?

EN PARLER OU PAS AU TRAVAIL ?

QUE PUIS-JE MANGER ?

COMMENT GÉRER MA FATIGUE ?

PUIS-JE BÉNÉFICIER D'AIDES ?

OÙ EN EST LA RECHERCHE ?

**C'EST  
NORMAL  
D'AVOIR DES  
QUESTIONS.**

Vous avez une maladie de Crohn ou une rectocolite hémorragique (RCH) ?  
L'afa Crohn RCH France est à votre disposition pour répondre à vos questions et vous donner les clés pour mieux vivre au quotidien !

Contactez l'afa, c'est avoir à sa disposition :

Une ligne d'écoute : le **01 801 821 81** (prix d'un appel local) pour répondre à vos questions et vous accompagner.

Une information claire et fiable et des **outils disponibles gratuitement sur le site [www.afa.asso.fr](http://www.afa.asso.fr)** : fiches thématiques, brochures spécialisées, géolocalisation des services et spécialistes MICI ...

**Partout en France** : des temps d'écoute et de convivialité, des ateliers, des conférences, des **événements thématiques organisés** par les bénévoles formés et concernés par les MICI.

→ Retrouvez l'agenda de votre région sur le site de l'afa !



L'afa

## L'ASSOCIATION DE MALADES DE MICI ET LEURS PROCHES

L'afa Crohn RCH France est l'unique association nationale, reconnue d'utilité publique, de personnes malades et de proches engagée dans la lutte contre les maladies inflammatoires chroniques de l'intestin (maladie de Crohn et rectocolite hémorragique).

### VOUS ÊTES CONCERNÉ ?

L'afa vous informe, vous soutient et vous accompagne sur toutes les problématiques du quotidien. Elle défend vos droits et porte votre voix et celles des 300 000 malades en France.

Acteur incontournable de la recherche MICI, elle contribue grâce à vos dons et ses propres études aux avancées pour mieux comprendre et soigner ces pathologies.



### CONTACTEZ-NOUS !

**01 801 821 81** ► Choix numéro 4

**[www.afa.asso.fr](http://www.afa.asso.fr)**

**15 rue de la forge royale, 75011 Paris**



**MICI**  
*& stomie*

Vous avez une **maladie de Crohn** ou une **rectocolite hémorragique** et une **stomie digestive** temporaire ou définitive ?

**C'EST  
NORMAL  
D'AVOIR DES  
QUESTIONS.**

Qu'est-ce qu'une stomie, soins, vie quotidienne, scolarité / travail, vie affective, estime de soi...

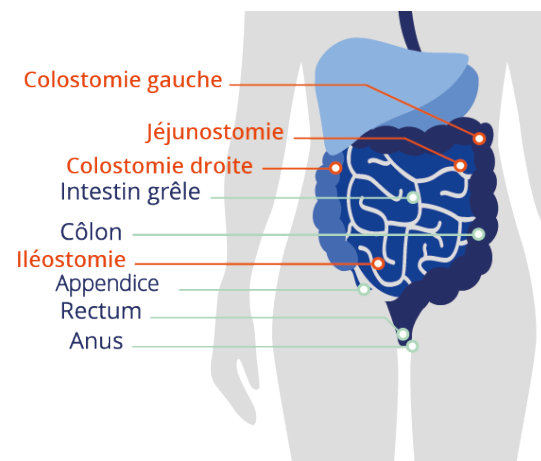
L'afa Crohn RCH France vous informe, vous soutient et vous accompagne !



# QU'EST-CE QU'UNE STOMIE DIGESTIVE ?

Une stomie digestive, ou entérostomie, est une petite ouverture créée entre l'intestin et la peau pour permettre l'évacuation des selles dans une poche de recueil. Cette zone, appelée stomie, est de couleur rouge, ronde ou ovale, et totalement indolore.

La stomie peut être temporaire, par exemple en cas de colite grave, de péritonite ou d'abcès, ou définitive. Dans certains cas de maladie active persistante, une stomie de dérivation peut être proposée. Cette solution permet de reposer le reste du tube digestif sans enlever de l'intestin, en déviant simplement le transit. Cela donne le temps d'explorer de nouveaux traitements ou de préparer une éventuelle remise en continuité du tube digestif.



L'emplacement de la stomie dépend de la partie de l'intestin grêle, du côlon ou du rectum qui a été retirée par le chirurgien ou de l'opération effectuée.

• **ILÉOSTOMIE :**  
la partie terminale de l'intestin grêle nommée iléon

• **COLOSTOMIE :**  
le côlon appelé aussi gros intestin

• **JÉJUNOSTOMIE :**  
le jéjunum est une partie de l'intestin grêle, située entre le duodénum et l'iléon.

En France, on estime à environ **80 000** le nombre de personnes vivant avec une stomie digestive.

**2/3** des stomies sont provisoires.

**76%** des personnes atteintes d'une MICI et stomisées témoignent de la rémission de leur maladie et d'une amélioration de leur qualité de vie

\*Observatoire des MICI

**LA STOMIE OUVRE LES PORTES À UNE NOUVELLE VIE,  
RICHE EN POSSIBILITÉS.  
ET AVEC LE BON ACCOMPAGNEMENT,  
TOUT DEVIENT PLUS SIMPLE !**

## Découvrez LES NOMBREUX SERVICES

Partout en France et en ligne, proposés par l'afa :

- Une **ligne d'écoute** 01.801.821.81 (choix N°4)
- Une adresse mail : **stomie@afa.asso.fr**
- Des **ateliers d'accompagnement** en ligne aux thématiques variées (vivre avec, alimentation, activité physique...)
- Des **conférences en ligne** et en présentiel avec des spécialistes
- Des **rencontres conviviales**
- Des **informations claires et fiables**, des fiches thématiques, des témoignages et de **nombreux outils** qui sont disponibles via :
  - Le **Portail Stomie** de notre site internet **www.afa.asso.fr** (Onglet Vivre avec)
  - La plateforme d'accompagnement **www.MICIConnect.com**



# BULLETIN D'ADHÉSION

## JE VEUX SOUTENIR LES ACTIONS DE L'AFA

NOM : \_\_\_\_\_ PRÉNOM : \_\_\_\_\_

Mon numéro d'adhérent si je le connais : \_\_\_\_\_

ADRESSE : \_\_\_\_\_

CP : \_\_\_\_\_ VILLE : \_\_\_\_\_

TEL : \_\_\_\_\_ PROFESSION : \_\_\_\_\_

DATE DE NAISSANCE : \_\_\_\_\_

E-MAIL : \_\_\_\_\_

JE SUIS ATTEINT DE : ☐ Maladie de Crohn ☐ RCH ☐ MICI Indeterminée  
☐ Je suis proche de malade ☐ Autre

Vous pouvez mettre à jour vos informations sur votre espace personnel sur [www.afa.asso.fr](http://www.afa.asso.fr)

## MES ATTENTES VIS-À-VIS DE L'AFA

- ☐ Je souhaite adhérer et bénéficier des services de l'association, mon adhésion valant don.
- ☐ Je préfère recevoir l'afa magazine par mail
  - ☐ Je préfère recevoir l'afa magazine par courrier (à partir de 15€ de don)

OU

- ☐ Je souhaite être donateur et soutenir notre cause
- ☐ Je souhaite être contacté(e) par l'afa pour me présenter les services de l'association
- ☐ Je souhaite aider en tant que bénévole

## MON DON PONCTUEL À L'AFA

Je souhaite faire un don de \_\_\_\_\_ euros à l'afa

### MON DON SERA AFFECTÉ\* :

- ☐ Suivant les besoins
- ☐ À la recherche
- ☐ Aux actions de terrain pour les malades et leurs proches

\*10% du montant du don sont affectés aux frais de gestion de l'association.

Vous pourrez télécharger votre reçu fiscal à partir de 15€ de don sur votre espace personnel.

L'afa est reconnue d'utilité publique. 66% du montant de votre don ou adhésion sont déductibles de l'impôt sur le revenu dans la limite de 20% des revenus nets imposables.

**MERCI DE RENVoyer CE BULLETIN À AFA,  
15 RUE DE LA FORGE ROYALE, 75011, PARIS**