



24 ème année - N° 74

« À Cœur Ouvert »

Mars 2026

Le journal des Adolescents



SOMMAIRE

Paroles de Jeunes P2 et P3

Interview de Léa ROHMER sur les TCA P4 à P6

Karnaval ka rivé ! P7 à P13

Rétrospective P14




ÉCOLE DE LA PÉDIATRIE

Coordonnatrice du journal:

Mme Florence PEYRON DIT THOUARD



PAROLES DE JEUNES

 Bonjour, je m'appelle S., j'ai 9 ans, j'habite à Cayenne, j'ai trois frères mais pas de sœur. Je suis scolarisé à Anne Marie Javouhey en CM1. Ma matière préférée : les mathématiques. Celle que je déteste : la géométrie.


Je suis venu à l'hôpital avec mes parents car j'ai très mal au genou droit. J'ai glissé en marchant, je me suis fait un bobo et une infection m'a attaqué. Ma maladie s'appelle la dermatomyosite. Mon sport préféré est le rugby, le joueur que j'admire, Lionel MESSI, même s'il est footballeur ! J'aime jouer avec mes amis, regarder des films. Plus tard, j'aimerais être capitaine chez les militaires.

Ce n'est pas la première fois que je viens à l'hôpital. L'année dernière, juste avant les vacances de Noël, je suis resté plus d'une dizaine de jours. Je connais l'école de la pédiatrie. J'aime bien.

L'an dernier, après être sorti de l'hôpital de Cayenne, j'ai été hospitalisé à Lapeyronie, le CHU de Montpellier. Je me suis fait opéré mais je ne suis pas resté très longtemps.

Après, je suis allé skier en Andorre ! C'était la première fois que je voyais la neige !



 Bonjour, je m'appelle N., j'ai bientôt 15 ans, j'habite à Matoury. Je suis l'aînée d'une fratrie de trois enfants. Je suis scolarisée au collège Auxence CONTOUT en classe de 3^{ème}. Mes matières préférées : SVT, physique-chimie et technologie. Je suis plutôt scientifique, pourtant, les mathématiques, ce n'est pas mon fort !

Je ne savais pas qu'il existait une école à l'hôpital ! Elle n'est pas mal, elle est même bien !

Ça permet de pouvoir réviser, de suivre le même rythme scolaire.


Mon sport préféré est le hand-ball. Mes passe-temps : la pâtisserie, sortir, rester sur mon téléphone...

Plus tard, j'aimerais devenir biologiste. J'aime découvrir, faire des recherches, explorer le monde !

Je suis hospitalisée car lors d'une séance d'EPS en course d'orientation (sur le sentier forestier de Montabo), je me suis fait attaquer par une colonie de guêpes !



PAROLES DE JEUNES (SUITE)

 Bonjour, je m'appelle H., j'ai 12 ans, j'habite à Kourou, j'ai trois frères et deux sœurs. Je suis scolarisé au collège Ho Ten You de Kourou en classe de 5^{ème}. Mes matières préférées sont les mathématiques, les SVT et la physique-chimie. Je n'aime pas trop la technologie et le français.

J'ai été transféré de l'hôpital de Kourou à ici le 30 Décembre à 16 heures. Je suis là car j'ai des douleurs chroniques dans les jambes et dans le dos. Parfois, je n'arrive même plus à marcher ! Ce pourrait être articulaire ou musculaire. C'est la première fois que je viens à l'hôpital de Cayenne. Je le trouve bien et les soignants, sympathiques. Même la nourriture me va! Ce midi, nous avons eu en d'œuvre, des carottes, en plat principal, des haricots rouges, du couac (mon père en vend) et une côte de porc et en dessert, une pomme.


C'est la première fois que je viens à l'école de l'hôpital. Je trouve ça chouette !

L'enseignante est gentille, on s'amuse avec elle, on joue à des jeux de société. Cette classe permet de nous exprimer entre enfants malades.

Mes sports préférés sont la natation, le roller, le Krav Maga. Mon sportif préféré est Lionel MESSI. En dehors du sport, j'aime jouer avec mes amis, lire des revues de science.

Plus tard, j'aimerais travailler dans l'ingénierie de l'aérospatiale. Je commencerais au CSG pendant deux / trois ans, puis après, j'irais à Toulouse ou au Canada, car là-bas, ils parlent français ou anglais.



 Bonjour, je m'appelle D., j'ai 14 ans, j'habite à Saint Laurent. J'ai trois frères, une petite sœur et un petit frère. Je suis en troisième 6 au collège Paul Jean-Louis. Mes matières préférées sont l'anglais, la technologie et le français. Les matières que je déteste sont l'espagnol, la physique-chimie et les math..

Je suis arrivé à l'hôpital mercredi, en hélicoptère, car j'ai eu un accident de scooter sur le bord de la route. Ce n'est pas la première fois que je viens à l'hôpital, j'étais venu quand j'avais 10 ans.

L'école à l'hôpital me plaît bien, j'apprends des choses. Ce sont les mêmes matières mais ici je comprends mieux. J'aime tous les sports et le joueur que j'admire est Cristiano Ronaldo. J'aime jouer, danser, faire des exercices de cardio. Plus tard, je voudrai être militaire comme mes frères et mon père . C'est un peu comme une tradition pour nous !

Ce qui me plaît à l'hôpital, c'est que c'est rassurant ! Parce que j'aime bien être seul, être juste calme.

Je fais des dessins, je réfléchis, je me pose des questions ... Quand je regarde le paysage par la fenêtre de ma chambre (d'hôpital), j'imagine que ce sera encore plus beau dans le futur !



Les TCA d'après une interview de Léa ROHMER (13 / 01 / 26)

« Bonjour, je m'appelle L., j'ai quatorze ans et je suis en classe de 3^{ème} à Ste Thérèse. Je suis hospitalisée au CHUC depuis quatre mois car je souffre de troubles de la conduite alimentaire. Ce sujet m'interroge alors permettez-moi de vous interviewer »:

Pouvez-vous vous présenter ?

Bonjour, je m'appelle Léa ROHMER, je suis diététicienne depuis maintenant onze ans à l'Hôpital de Cayenne, principalement en pédiatrie. J'accompagne de jeunes patients qui sont hospitalisés ou qui consultent en hôpital de jour. Nous travaillons autour de leur alimentation, en lien avec leur pathologie.

Que sont les troubles des conduites alimentaires ?

Un trouble du comportement alimentaire (TCA) est une pratique alimentaire « anormale » associée à une grande souffrance psychique, qui s'installe durablement et dont les conséquences pour la santé de l'individu peuvent être graves. Les TCA concernent l'anorexie mentale (préoccupation très forte du poids corporel), la boulimie nerveuse (surconsommation alimentaire suivie de comportements compensatoires) et l'hyperphagie boulimique (crises boulimiques non suivies de comportements compensatoires). Il existe d'autres TCA spécifiés ou non spécifiés.

Quelles sont les causes des troubles des conduites alimentaires et comment apparaissent-ils ?

Les TCA touchent surtout les adolescentes ou jeunes femmes adultes des pays occidentaux et ils résultent d'un ensemble de facteurs biologiques, psychologiques et environnementaux.

L'élément moteur, généralement considéré, est celui du désir de contrôle de soi et de ses émotions trop fortes.

Les TCA sont la manifestation visible d'un mal être général. Ils peuvent apparaître progressivement.

Ils touchent plus les adolescents car c'est d'abord une période compliquée: la construction de sa personne adulte (image corporelle, estime de soi, anxiété), le questionnement sur son devenir, sur son avenir, le questionnement sur son passé, sur des traumatismes liés à l'enfance.



Les TA d'après une interview de Léa ROHMER (*suite 1*)

Est-ce que ces troubles sont dangereux ?

Les TCA sont des troubles psychiatriques, et même potentiellement mortels pour l'anorexie mentale. Ils entraînent une perturbation de la relation à l'alimentation, altérant de façon significative la santé physique (des complications somatiques nombreuses et graves) comme l'adaptation psychosociale.

À l'adolescence lorsque le patient perd trop de poids parce que ce qu'il mange ne suffit plus pour couvrir tous ses besoins caloriques, il y a alors un ralentissement des fonctions cognitives, le cerveau a plus de mal à réfléchir, à donner ses ordres au reste du corps. On peut marcher au ralenti, avoir du mal à se déplacer, les cours de sport, ça devient compliqué, suivre à l'école aussi. On perd de la masse musculaire, l'immunité peut être fragilisée, on est plus sensible à certaines infections.

Pour les jeunes filles les TCA ont des répercussions sur leurs menstruations.

Est-ce que ces troubles se soignent ?

Oui, ces troubles se soignent. Le traitement repose sur une prise en charge pluridisciplinaire comprenant un suivi médical, une psychothérapie, cognitivo-comportementale ou familiale, et un suivi nutritionnel. Plus ils sont pris en charge tôt, plus les chances de guérison sont importantes. Même si le traitement peut s'étaler sur plusieurs années et être parfois difficile à vivre, pour le patient lui-même et pour sa famille, les chances de rémission sont importantes.

Pouvez-vous nous donner une définition de l'anorexie ?

Il y a des définitions médicales (perte de poids intentionnelle, trouble psychopathologique complexe et spécifique au cours duquel il n'y a pas de perte de l'appétit mais au contraire une lutte active contre la faim et l'absorption d'aliments), mais moi, je vais te donner ma définition : « L'anorexie, c'est le fait de ne pas s'alimenter suffisamment par rapport à ses besoins ».



Les TA d'après une interview de Léa ROHMER (*suite 2*)

Y a-t-il différentes sortes d'anorexie ?

Oui, l'anorexie, qui est liée au fait que l'on tombe malade et que l'on n'a plus faim, que l'on n'a pas envie de manger (quand on a une gastro, une grippe par exemple).

Puis, à côté, il y a l'anorexie mentale, c'est le contrôle du mental sur les prises alimentaires, que l'on veut diminuer.

Comment la diététicienne peut aider les personnes qui souffrent de TCA ?

Après une évaluation pluri professionnelle somatique, nutritionnelle et psychiatrique hospitalière spécialisée, on calcule le besoin en calories du patient car le but est de faire reprendre du poids.

On reçoit la famille, dialogue, essaye de voir comment faire manger en petite quantité, des « choses » appétentes. Le but est de retrouver ce lien de plaisir que l'on doit avoir avec l'alimentation. Si l'alimentation solide est insuffisante ou n'est pas possible, on décide de poser une sonde. On surveille la tolérance à la sonde, (vomissements, diarrhées, débit correct, bon dosage ...) On adapte le protocole chaque fois que c'est nécessaire.

Les personnes qui souffrent de TCA peuvent-elles manger ce qu'elles veulent ?

Quand on est atteint de TCA, ce qu'on veut ne correspond pas forcément à ce qu'on doit manger pour combler nos besoins caloriques spécifiques. Donc, manger ce que l'on veut dans le sens qualitatif (plaisir), OUI, mais manger ce que l'on veut dans le sens quantitatif (en trop petites portions), NON. Là, ça ne va pas suffire !

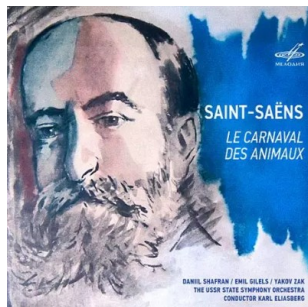
En résumé, il faut manger ce qu'il y a sur les plateaux repas : des protéines, (nécessaires pour les muscles, les ongles, les cheveux, toute la structure du corps), des féculents qui vont apporter des glucides (nécessaires pour le fonctionnement du cerveau), et des fruits et / ou légumes pour les vitamines.

À l'hôpital, les repas sont élaborés conjointement avec les diététiciens, les responsables des cuisines et le responsable du magasin alimentaire. Interviennent aussi les cuisiniers et les agents de cuisine qui font les assemblages des plateaux. Plusieurs facteurs entrent en jeu, les visées nutritionnelles, les apports qualitatifs et quantitatifs des aliments, les capacités humaines et matérielles (possibilités locales d'approvisionnement et de ravitaillement) et le budget.



KARNAVAL KA RIVÉ !

L'école aux couleurs du Carnaval



Le carnaval des animaux



On va danser le carnaval !



KARNAVAL KA RIVÉ ! (Suite)

Les contes du Mercredi



Cette année encore, Madame Lwiza Lentin nous régale de contes créoles qu'elle nous fait vivre à sa manière.

Le 28 Janvier, à l'occasion de la période carnavalesque, elle nous a présenté les costumes traditionnels guyanais (extraits du livret « Touloulou ... Lagwiyan, Nou tradisyon » s'adressant à la jeunesse guyanaise pour la transmission du patrimoine immatériel du territoire , crédit photos : Bernard MAJDA) et raconté « Comment le personnage de Jé Farine est né ? ».



À vous de **jouer** maintenant !

Trouvez la bonne réponse parmi les trois propositions

Il tient une boîte et il faut payer pour voir ce qu'il y a dedans :

- Le Djabrouj
- Le Roi Vaval
- Le Djab dan bwèt



Elle chante et danse au rythme du son traditionnel du Kaséko :

- La Toulou des dancings
- La Coupeuse de cannes
- Le Bobi



Elle porte son mari sur le dos, de peur qu'on ne le lui prenne :

- La Touloulou sale
- La Karolin
- La Balayeuse



Accompagné d'un dompteur, il danse et s'agite aux sons de la flûte, du ti bwa ou de l'harmonica :

- Le Bobi
- Le Béf volo béf
- Le chouval two pat



Il représente les morts vivants et les esprits malveillants qui danse la nuit autour des fromagers :

- Le Vidangeur
- Le Neg' marron
- Le Zombi baré yo



En compagnie de son maître qui le tient en laisse, il inspire la terreur et fait peur aux enfants:

- Le Bêf volo bэф
- Le Vidangeur
- Le Neg' marron



Il représente les âmes mortes qui errent :

- Le Soussouris
- Le Zombi baré yo
- Lanmô



Il rappelle le temps où l'on vidangeait les tinettes (toilettes). Son costume rappelle celui des bagnards :

- L'Anglé bannan
- Le tirailleur sénégalais
- Le Vidangeur



Ce sont des femmes déguisées de la tête aux pieds qui invitent les hommes à danser aux bals paré-masqué du samedi soir :

- Les Balayeuses
- Les Touloulous des dancings
- Les Drag-queens



Tout de blanc vêtu, il ouvre la marche des Touloulous :

- Le Jэфarin
- Le Tololo
- La Touloulou



Il apparaît uniquement le mardi gras en cherchant à attirer Vaval en enfer :

- Le Jэфarin
- Le Tololo
- Le Djабrouj





5



15'



20'



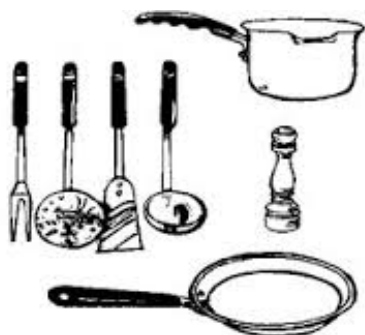
facile



*



Farine	125 grammes
Sucre	20 grammes
Œufs	3
Beurre	70 grammes
Eau ou lait	220 ml
Noix de muscade	1 cuillerée à café
Sel	1 pincée
Zeste de citron vert	1
Vanille Bourbon	1 gousse
Cannelle	1 cuillerée à café
Rhum	5 cl
Huile	pour la friture
Sucre glace	pour le saupoudrage



1 verre doseur
 1 tamis
 1 casserole
 1 saladier
 cuillères à café et à soupe
 1 cuillère en bois
 1 spatule en bois
 1 bassine à frire



1- Versez dans une casserole le lait, le beurre, le sucre, les épices en poudre, la vanille grattée ainsi que le zeste de citron vert.

2-Lorsque le beurre est fondu, retirez la casserole du feu et ajoutez la farine tamisée et mélangez.

3-Une fois que vous avez obtenu une boule de pâte, remettez la casserole sur le feu et bien la faire dessécher.

4-Transférez la préparation dans un saladier, laissez tiédir, mouillez avec le rhum et ajoutez les œufs un par un en mélangeant énergiquement.

5-Laissez reposer la pâte pendant 30 minutes.

6-Faites chauffer votre huile, lorsqu'elle est à la température idéale, formez des boules de pâte à l'aide de deux petites cuillères et plongez les dans l'huile.

7-Quand les beignets antillais sont cuits, placez-les sur du papier absorbant, laissez tiédir, saupoudrez-les de sucre glace et régalez-vous !



Envie de varier les plaisirs ? Vous pouvez aussi les beignets saupoudrer de noix de coco râpée ou les accompagner d'un coulis de chocolat !





On va danser le carnaval !

Comment fait-on le chocolat ?
Dlo cho e pi kako
Comment fait-on le chocolat ?
Dlo cho e pi kako

refrain

**O ka mete kannel adan
Dlo cho e pi kako
O ka mete miscad adan
Dlo cho e pi kako
O ka mete vanni adan
Dlo cho e pi kako**

Comment fait-on le chocolat ?
Dlo cho e pi kako
Comment fait-on le chocolat ?
De l'eau chaude avec du chocolat

refrain

Graje, graje, graje kannel la oui
Graje, graje, graje miskad la
Graje, graje, graje kako la
Graje, graje, graje po citron la

Râpez, râpez, râpez la cannelle
Râpez, râpez, râpez la muscade
Râpez, râpez, râpez le cacao
Râpez, râpez, râpez le citron

Comment fait-on le chocolat ?
Dlo cho e pi kako
Comment fait-on le chocolat ?
Dlo cho e pi kako

refrain

RÉTROSPECTIVE

Ce trimestre encore, tous les élèves-patients ont pu partager de beaux moments conviviaux.

Un **goûter festif** a été offert, notamment lors de la venue du Lions Club de Montjoly Force et Action organisée avec Madame **Dominique TOQUET** du Pôle Animation du service Pédiatrie.

Les **galettes des Rois** étaient savoureuses, les **cadeaux** bienvenus, les **jus de fruits** exquis et l'**ambiance joyeuse** !



Petit goûter « Galette » et distribution de cadeaux, offert par le Lions Club de Montjoly Force et Action, jumelé avec le Lions Club Commewijne du Surinam, le 30 / 01 / 2026

Et pour continuer dans la gaieté, Joyeux mois d'Avril 2026, à Tous !

