

# ConTact

N° 23

VOUS AIDER À ÉQUILIBRER VOTRE VIE

## TÉMOIGNAGE

Maryjane, ADEPTE DE  
L'ART & DES MÉDECINES  
ALTERNATIVES

## Actualités

ARRÊT DÉFINITIF DES  
GAMMES Combihésive® IIS  
& ConSecura® en 2022

Vie quotidienne  
REPAS DE FÊTES  
& STOMIE

## Édito

Toute l'équipe du magazine ConTact est heureuse de partager avec vous ce dernier numéro de l'année.

Le mois de décembre est souvent celui des bilans et du chemin parcouru tout au long de l'année. 2021 aura marqué une année de plus à vos côtés, une année qui nous aura permis davantage de proximité pour vous accompagner. Nous avons développé de nouvelles gammes, de nouveaux services et notamment la création de nos pages sur les réseaux sociaux pour tisser encore davantage de lien, de soutien et d'entraide.

Vous êtes de plus en plus nombreux à nous suivre sur Facebook et Instagram, et à échanger entre vous sur des sujets du quotidien, sur vos parcours, et vos astuces... De notre côté, nous vous proposons des contenus pratiques, éducatifs et ludiques avec toujours une pincée de bonne humeur !

## Contact

Venez nous retrouver sur internet et n'hésitez pas à nous contacter si vous souhaitez apporter votre témoignage ou vos recettes :

Site internet  
[www.convatec.fr](http://www.convatec.fr)

Email  
[me+@convatec.com](mailto:me+@convatec.com)

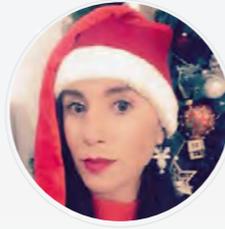
Téléphone  
**0 800 00 47 67**

(service & appel gratuits)

Du lundi au vendredi de 9h à 17h hors jours fériés.

Caroline  
Infirmière Conseil

me+



Emilie  
Infirmière Conseil

me+

En 2022, nous serons toujours à votre écoute et nous avons l'intention de progresser encore. N'hésitez pas à revenir vers nous pour toutes suggestions d'amélioration qui vous seraient utiles.

Toute notre équipe est affairée car **nous sommes toutes et tous engagés à ce que rien ne s'oppose à une vie active et heureuse avec une stomie.**

Pour découvrir nos pages et vous abonner :

@Convatec Me+ Stomie

@convatecmeplusstomie

Vous pouvez aussi retrouver l'intégralité des magazines ConTact sur le site internet de [www.convatec.fr](http://www.convatec.fr)

Nous espérons que ce nouveau numéro vous apportera chaleur, joie, et le plein d'énergie positive pour ces fêtes de fin d'année.

Nous vous souhaitons très sincèrement de belles fêtes !

A l'année prochaine :-)

L'équipe Me+®

Suivez-nous !

Convatec Me+ Stomie

convatecmeplusstomie

ConvaTec France

## 4 TÉMOIGNAGE Maryjane, adepte de l'art & des médecines alternatives

Maryjane est une ancienne stomisée. Directrice artistique, elle brise les tabous sur l'univers de la stomie par le biais de ses illustrations.

## 6 Actualités Conditionnement & arrêt de gammes

Changement de conditionnement des boîtes de poches vidables pour stomie digestive, et arrêt définitif des gammes Combihésive® IIS et ConSecura® supports et poches pour urostomie.

## 9 Vie quotidienne Alimentation & fêtes

Conseils hygiéno-diététiques.

## 10 Recettes de fêtes

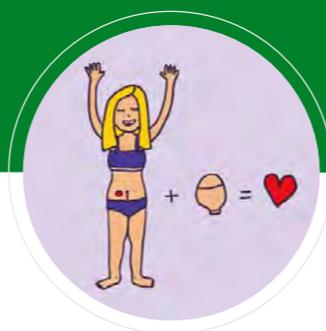
Pain d'épices et verrine de foie gras.

## 11 Stomie Busy BD

Régime post-fête.



## MARYJANE ADEPTE DE L'ART et DES MÉDECINES ALTERNATIVES



**QUESTIONS À :** Maryjane : anciennement stomisée, illustratrice, influenceuse.  @emjayuc

**M**aryjane est une ancienne stomisée, elle porte aujourd'hui un réservoir iléo-anal en J. Elle vit à Sydney, en Australie, avec son mari et son chat. Directrice de création et illustratrice, Maryjane est également cartomancienne et guérisseuse reiki. Elle aime aider les autres dans leur parcours de guérison par le biais de son art. Ses œuvres permettent de sensibiliser le public aux stomies, aux maladies inflammatoires de l'intestin et à d'autres maladies chroniques.

### Pouvez-vous me raconter votre histoire ?

On m'a diagnostiqué une **Rectocolite Chronique Hémorragique (RCH)** à l'âge de 17 ans, après avoir souffert de symptômes pendant un an. Cela a coïncidé avec mes examens de fin d'études secondaires (le stress !).

J'ai souffert pendant des années de l'aggravation des symptômes et des effets secondaires des médicaments, notamment prise de poids, chute des cheveux, insomnie, maladie de peau et incidences sur le bon fonctionnement de mon foie...

Après 6 ans d'aggravation, je n'avais plus de médicaments à essayer et on m'a également diagnostiqué des cellules intestinales précancéreuses. **J'ai décidé de subir une colectomie totale et une iléostomie en 2017, et c'est la meilleure chose que j'ai faite ! Ma stomie signifiait que je n'avais plus désormais besoin de médicaments, et en plus cela a vraiment réduit mon anxiété et cela m'a permis de profiter à nouveau de la vie.**

L'un des effets positifs de la **Rectocolite Chronique Hémorragique** est que j'ai exploré des thérapies alternatives et cela a vraiment

« ouvert » mon côté spirituel. Des thérapies comme l'acupuncture, la kinésiologie, la guérison énergétique et la guérison métaphysique sont devenues partie intégrante de mon traitement et je les poursuis encore aujourd'hui. La maladie chronique m'a aidée à devenir plus forte, plus ouverte, plus résiliente, plus consciente de mon propre corps et à avoir plus de gratitude ! Je crois fermement qu'il faut faire confiance à l'univers et que tout arrive pour une raison.

En 2020, j'ai subi une chirurgie qui a permis de former un réservoir iléo-anal (réservoir en J). C'était une décision difficile à prendre car ma stomie fonctionnait si bien pour moi ! Elle a tellement amélioré ma vie, mais j'ai toujours voulu essayer cette chirurgie, alors j'ai procédé aux deux opérations (la formation et le retrait). Se faire opérer pendant le COVID a été difficile, mon mari ne pouvait me rendre visite qu'une heure par jour. Physiquement, mentalement et émotionnellement, ce fut la chirurgie la plus difficile de ma vie, bien plus difficile que la chirurgie pour la stomie. Cela fait presque un an aujourd'hui, et je suis vraiment heureuse car cela marche bien.

Maintenant, je contribue à faire connaître les réservoirs iléo-anaux (j pouch), car il y a beaucoup de perceptions négatives à inverser.

**Il y a beaucoup de perceptions négatives à inverser**

"Si heureuse d'avoir cette petite poche."  
Artwork by @emjayuc



**On dit souvent que l'art rapproche les gens, est-ce aussi un moyen de parler de soi, de la stomie, de se rapprocher des stomisés et des non-stomisés ? De délier les langues ?**

Oui, je pense que l'art est un excellent moyen de susciter une conversation ou de sensibiliser les gens à des sujets considérés comme « difficiles ». L'art peut apporter de la légèreté, de l'humour ou de l'espoir dans certaines situations, et aider les patients à se sentir soutenus.

J'ai toujours aimé dessiner et j'ai rempli de nombreux carnets avec mes illustrations. Lorsque j'étais à l'hôpital pour me remettre de mon opération de stomie, j'ai commencé à dessiner de petites illustrations de stomie. Je les ai partagées sur mon Instagram et j'ai reçu des commentaires tellement positifs ! J'ai même peint une peinture murale à Bondi Beach pour encourager les stomisés : « soyez fiers de qui vous êtes et de ce que vous avez vécu ! » Je décline également mon art sur des produits dérivés : tee-shirts, autocollants et sacs, que les gens peuvent acheter pour afficher fièrement leur statut de stomisés ou leur soutien.

**Soyez fiers de qui vous êtes et de ce que vous avez vécu !**

**On dit souvent que même avec une stomie, on peut relever de nombreux défis, quels sont les vôtres ?**

■ Revenir à la vie quotidienne et me sentir « normale » a été une étape importante pour moi, et quelque chose dont j'ai toujours été reconnaissante (ne pas avoir à penser aux toilettes tout le temps !).

■ J'ai beaucoup voyagé avec ma stomie : je suis allée au Japon, en Thaïlande, au Brésil, en avion et j'ai fait des road trips en Australie. Je n'ai jamais eu de problème pour voyager avec ma stomie, il suffit d'emporter beaucoup de matériel !

■ J'ai fait deux peintures murales pendant que j'avais ma stomie, ce que je n'aurais pas eu la force de faire sans.

■ Être capable de me concentrer sur moi,

me sentir plus énergique et vivante, ne pas toujours avoir à penser à une maladie.

■ Faire de grandes randonnées, monter à l'arrière d'une moto, aller nager.

Avoir une stomie ne vous empêche pas de faire quoi que ce soit ! Profitez de la vie !

**La stomie est-elle un sujet « tabou » en Australie ?**

Nous devons faire plus de sensibilisation. Ce n'est pas si tabou, mais la génération plus âgée semble associer plus de honte aux stomies que les jeunes stomisés. En général, les gens l'associent aux personnes âgées et il y a encore des stigmates autour de la poche de stomie. **Mais je me suis toujours sentie acceptée avec ma stomie.** Même en portant mon bikini et mon sac à la plage, je n'ai jamais reçu aucun regard négatif, ce qui est formidable.



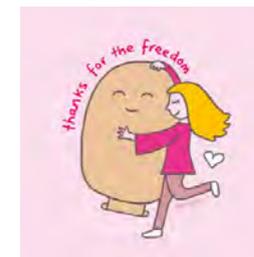
"Mon accessoire préféré. Je l'emmène partout avec moi."  
Artwork by @emjayuc

**Notre communauté me +® vous suit à travers vos illustrations humoristiques sur nos murs Facebook et Instagram, que voudriez-vous leur dire ?**

Trouvez un moment dans votre journée pour exprimer de la gratitude pour votre stomie. Certains jours sont plus difficiles que d'autres, mais si vous pouvez vous concentrer sur un moment positif, cela peut vraiment vous aider lorsque vous vous sentez déprimé ou que vous passez une journée difficile. N'oubliez pas de rire aussi ; parfois, c'est tout ce que nous pouvons faire dans ces moments compliqués ! Il peut être utile d'afficher des petits mémos de bonne humeur sur votre bureau ou dans votre salle de bain. Et prenez le temps d'être gentil avec vous-même.

Je vous encourage à chercher du soutien lorsque vous avez des journées difficiles, il peut être très utile de parler à d'autres personnes stomisées qui vivent la même chose.

 @emjayuc



"Merci pour ma liberté."  
Artwork by @emjayuc

## Nouveauté **Changement de conditionnement**

Nous souhaitons vous informer du changement de conditionnement des boîtes de poches vidables pour les patients porteurs d'une stomie digestive, cela concerne deux de nos gammes :



pour les utilisateurs de poches opaques ou transparentes vidables **Invisiclose®** de la gamme **Natura®** Ⓢ



et pour les utilisateurs de poches vidables **Invisiclose®** opaques ou pré-découpées de la gamme **Esteem®** +

### Service **me+**

Vous pouvez aussi contacter nos infirmières Conseil du service **Me+** des laboratoires ConvaTec afin qu'elles puissent vous informer sur les nouvelles références et les nouveaux conditionnements de vos poches. Sur simple appel du lundi au vendredi de 9h à 17h (hors jours fériés) au

**0800 00 47 67**

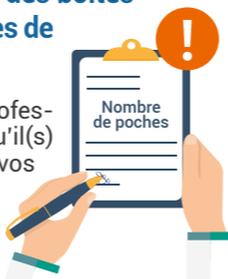
(appel et service gratuits) ou par email **me+@convatec.com**

### Bonne nouvelle



**Fin d'année 2021/ début de l'année 2022, et suivant l'état des stocks de votre pharmacien ou de votre prestataire de santé, le conditionnement des boîtes de 10 poches sera remplacé par des boîtes de 30 poches.**

Parlez de ce changement avec le ou les professionnels de santé qui vous suivent afin qu'il(s) établisse(nt) votre nouvelle prescription de vos dispositifs. Il est important de savoir que par conséquent la référence de votre produit change, ainsi que son code ACL (code pour le revendeur ou le pharmacien).



## 2022 - Arrêt définitif de commercialisation des gammes **Combihésive® IIS** & **ConSecura®**

Cet arrêt avait débuté en 2021 par la suppression des poches vidables et fermées pour les appareillages de stomie digestive. Puis elle se conclut par l'arrêt des supports et des poches pour urostomies de ces deux gammes. Elles sont donc remplacées intégralement par la Gamme **Natura®** et **Natura®** Ⓢ.

Nous vous offrirons de nombreux modèles de supports : support à découper, en gomme modelable et enfin des modèles qui offrent un emboîtement facilité grâce au soufflet adaptateur pour vous aider à minimiser la pression faite sur votre abdomen lors de l'assemblage de la poche sur le support. Cette gamme contient la même qualité de protecteurs cutanés (**Stomahésive®** ou **Durahésive®**) au contact de votre peau péristomiale. Pour les patients urostomisés, nous vous proposerons des poches avec robinet, tube de vidange, ou bien tube en silicone en modèle opaque ou bien transparent.

**Le conditionnement de vos boîtes de poches pour urostomie sera de 30 raccords + 30 poches par boîte.**



**Natura®** Ⓢ  
Support soufflet à découper Convexe



**Natura®**  
Poche urostomie avec tube en silicone



### Nous attirons votre attention :

suivant les stocks de votre pharmacien ou de votre prestataire de santé, celui-ci pourra vous proposer encore votre appareillage en **Combihésive® IIS**, **ConSecura®** courant année 2022.

Du fait de la présentation en 2-pièces des appareillages concernés, **il est important de vous assurer que les supports et les poches délivrées sont issues de la même gamme** : une poche **Natura®** Ⓢ / **Natura®** s'associe avec un support **Natura®** Ⓢ.

**POUR VOTRE PLUS GRAND CONFORT**, l'ensemble des gammes de nos poches pour stomies urinaires comme la gamme **Natura®** sont compatibles avec des **poches de nuit** et des **poches de jambe**.

	Référence produit	Code ACL	Dénomination du produit
	508713	3701174002339	Poche à urine de nuit 2L boîte de 30 poches
	508714	3701174002322	Careline® Poche de jambe 0,5 L boîte de 30 poches + 30 raccords
	508715	3701174002315	Attaches Careline® accessoire pour poche de jambe Careline® boîte de 2

**Combihésive® IIS** - Les produits de la gamme Combihésive® IIS, fabriqués par ConvaTec, sont destinés à appareiller les stomies digestives et urinaires. Ces dispositifs médicaux sont des produits de santé réglementés qui portent, au titre de cette réglementation, le marquage CE. Il est conseillé de lire attentivement la notice d'instruction du produit avant utilisation. En cas de besoin, consulter un professionnel de santé. **ConSecura®** - Les produits de la gamme ConSecura®, fabriqués par ConvaTec, sont destinés à appareiller les stomies digestives et urinaires. Ces dispositifs médicaux sont des produits de santé réglementés qui portent, au titre de cette réglementation, le marquage CE. Il est conseillé de lire attentivement la notice d'instruction du produit avant utilisation. En cas de besoin, consulter un professionnel de santé. **Poche de nuit 2L** - La poche de nuit 2L, fabriquée par ConvaTec, est destinée à collecter et à mesurer le volume urinaire. Ce dispositif médical est un produit de santé réglementé qui porte, au titre de cette réglementation, le marquage CE. Il est conseillé de lire attentivement la notice d'instruction du produit avant utilisation. En cas de besoin, consulter un professionnel de santé. **Poche de jambe Careline®** - La poche de jambe Careline®, fabriquée par ConvaTec, est destinée à collecter et à mesurer le volume urinaire. Ce dispositif médical est un produit de santé réglementé qui porte, au titre de cette réglementation, le marquage CE. Il est conseillé de lire attentivement la notice d'instruction du produit avant utilisation. En cas de besoin, consulter un professionnel de santé. **Attache Careline®** - L'attache Careline®, fabriquée par ConvaTec, permet la fixation des poches de jambe Careline®. Ce dispositif médical est un produit de santé réglementé qui porte, au titre de cette réglementation, le marquage CE. Il est conseillé de lire attentivement la notice d'instruction du produit avant utilisation. En cas de besoin, consulter un professionnel de santé.

### Service **me+**

**Votre accompagnement dans ce changement est primordial.**

Besoin d'aide pour trouver le produit qui vous correspond le mieux en remplacement de votre appareillage **Combihésive® IIS** et **ConSecura®** ? Contactez nos infirmières Conseil du service **Me+** si vous avez besoin d'informations, d'échantillons, de renseigner votre professionnel de santé, afin de trouver les équivalences de produits que vous utilisez.



## Alimentation et stomie

Comment bien gérer les repas des fêtes de fin d'année et votre stomie ?

Les fêtes de fin d'année arrivent à grand pas. Ces fêtes sont synonymes d'un bon repas gourmand auprès de nos proches, et surtout de cette notion de **PLAISIR**.

Afin de ne pas regretter les excès alimentaires qui peuvent vous occasionner maux de ventre, ballonnements, diarrhées et nausées..., et qui sont souvent douloureux pour les personnes stomisées, **voici quelques conseils que nous vous préconisons pour passer de bons repas de fêtes.**



### AVANT

Nous vous conseillons avant vos repas de fête de :

- **bien vous hydrater** environ 1,5 à 2 litres par jour (privilégiez l'eau, le thé, le café et les tisanes) sauf contre indications médicales.
- **Pratiquer une activité physique** quotidienne (par exemple une demi-heure de marche, celle-ci favorisera une bonne digestion et élimination).
- **Mangez normalement**, en favorisant une bonne mastication, ne pas sauter de repas et jeûner.



### PENDANT

Dîner de fêtes : faites vous plaisir et abordez ce repas avec sérénité.

- Portez une belle tenue dans laquelle vous vous sentez beau / belle et dans laquelle vous êtes à l'aise.
- Ne nous forcez jamais pour faire plaisir à vos hôtes.
- Ne vous privez pas, mais n'oubliez pas d'**équilibrer la qualité et la quantité dans votre assiette.**



### APRÈS

Les lendemains de fêtes :

- privilégiez une **activité physique** (une petite demi-heure de marche).
- Un **repas léger**.
- Une **hydratation** : l'eau, les tisanes, le thé, des eaux et jus détox qui favoriseront une bonne digestion et une bonne élimination.



## Rappels



Pour les patients porteurs d'une stomie **digestive**

### Les aliments qui peuvent accélérer votre transit

- Les fruits frais ou secs (orange, raisin, prunes, pruneaux)
- Les sauces et la friture
- Les aliments gras (foie gras)

### Les aliments qui peuvent vous constiper

- Le chocolat
- Les fruits oléagineux (noix, amandes, noisettes)
- Le vin rouge



Pour les patients porteurs d'une stomie **urinaire**

### Les aliments acidifiant le PH des urines (PH < 7)

- Les myrtilles, les airelles, les cranberries
- Les viandes rouges et la charcuterie
- Les poissons gras et les fruits de mer

### Aliments alcalinisant les urines (PH > 8)

- Pomme de terre, patate douce, chataîgne, potiron, potimarron
- Les volailles
- Les fruits oléagineux (amandes, noisettes...)
- Eau gazeuse (souvent riche en bicarbonate)
- Les poires

## Recette eau détox pour vos lendemains de fêtes

Une boisson saine à boire tout au long de la journée ou bien à jeun, qui vous redonne énergie et détoxifie votre organisme.



- ✓ 1L d'eau minérale ou du robinet
- ✓ 1 citron ou citron vert *riche en Vitamine C*
- ✓ 1 concombre *vertu diurétique*
- ✓ 10 feuilles de menthe *vertu antioxydante*
- ✓ 1 morceau de racine de gingembre frais *favorise la digestion & booste votre énergie*

- Bien laver les fruits et légumes et les feuilles de menthe.
- Éplucher la racine de gingembre et la couper en morceaux.
- Découper le concombre et le citron en rondelles (le fait de garder la peau du concombre favorise les vitamines contenues dans celle-ci).
- Dans une carafe, ajouter les fruits et légumes, épices et aromates à votre eau. Laisser infuser une heure et le tour est joué.

À déguster comme vous le souhaitez à température ambiante ou bien un peu plus fraîche.



Service **me+**

Afin de répondre à vos besoins et de retrouver l'ensemble de ces conseils hygiéno-diététiques, n'hésitez pas à contacter le service **Me+** afin d'obtenir un exemplaire du livret alimentation et stomie. Par téléphone au

**0800 00 47 67**

(service et appel gratuits) du lundi au vendredi de 9h à 17h (hors jours fériés) ou par email à [me+@convatec.com](mailto:me+@convatec.com)

## Recette de notre patiente Josette C. PAIN D'ÉPICES

### Ingrédients

- 275 g farine
- 125 g sucre
- 1 c à café anis vert en poudre
- 1 c à café bicarbonate de soude
- 75 g beurre
- 75 g beurre
- 1 verre de lait bouillant
- 200 g miel
- 1 œuf (facultatif : écorces confites d'orange).

Mélanger dans une terrine farine + sucre + anis + bicarbonate.  
Former un puits, y verser le miel et le beurre dissous dans le lait bouillant.  
Mélanger le tout, ajouter le jaune d'œuf. Laisser reposer 1 heure.  
Incorporer le blanc d'œuf battu en neige et mettre au four aussitôt.  
Utiliser un moule à cake chemisé de papier alu, à sec, ne pas beurrer.



**Cuisson 1h environ,  
à feu doux (185°)**  
Chacun compose  
avec son four...

## VERRINES DE POMMES, FOIE GRAS & CRUMBLE DE PAIN D'ÉPICES

### Ingrédients

- 300 g de foie gras mi-cuit
- 4 pommes (golden ou reinette)
- Poivre
- 100 g de pain d'épices
- Beurre

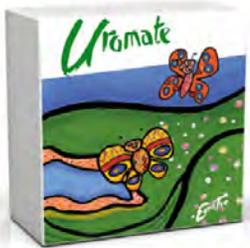
Éplucher les pommes et les couper en dés.  
Faire fondre le beurre dans une poêle et ajouter les cubes de pommes.  
Cuire entre 10 et 15 mn afin que les cubes restent un peu fermes.  
Poivrer.  
Couper des tranches de pain d'épices, y ôter la croûte puis les mixer.  
Disposer la préparation de pain d'épices sur une plaque de cuisson et mettre au four 5 mn (180°).  
Découper des cubes dans votre bloc de foie gras, saupoudrer de poivre.  
**Dressage** : disposer les cubes de pommes au fond des verrines, puis les cubes de foie gras et enfin, rajouter une cuillère à soupe de pain d'épices.



Les aventures de Juliette continuent !  
Grâce à ses illustrations humoristiques,  
elle vous aide à prendre du recul par  
rapport à votre vie avec une stomie.  
Découvrez toutes ses petites histoires sur  
Instagram sous le nom de [@stomiebusy](#)



# Uromate®



1 pièce vidable plat  
1 pièce vidable convexe souple  
Disponible en pré-découpé et à découper

### Pourquoi la convexité en Stomathérapie ?

- ✓ Maintien de l'étanchéité entre la poche et la peau<sup>1,2</sup>
- ✓ Protection contre les fuites et la dégradation de la peau péristomiale<sup>1,3</sup>
- ✓ Faire ressortir la stomie lorsqu'elle est peu turgescente<sup>4</sup>
- ✓ Atteindre la stomie qui serait dans un creux ou un pli<sup>2</sup>
- ✓ Plus de sécurité et de confort pour le patient<sup>1</sup>



Fenêtre de contrôle



Valve anti-reflux



Bouchon à ouverture large et repliable

## Les solutions Convexes souples de ConvaTec : Uromate®, l'appareillage qui s'adapte au relief de votre stomie !

Les produits de la gamme Uromate®, fabriqués par EuroTec B.V. sont destinés à appareiller les stomies urinaires. Ces dispositifs médicaux sont des produits de santé réglementés qui portent, au titre de cette réglementation, le marquage CE. Il est conseillé de lire attentivement la notice d'instruction du produit avant utilisation. En cas de besoin, consulter un professionnel de santé.  
1. Mount Laurel, NJ. Wound, Ostomy and Continence Nurses Society. Convex Pouching Systems: A Best Practice Document for Clinicians.; 2007 2. Rolstad BS. Principles and techniques in the use of convexity. Ostomy Wound Manage. 1996; 42(1):24-32. 3. Turnbull GB. The convexity controversy. Ostomy Wound Manage. 2003; 49(1):16-17. www.o-wm.com/article/1203 Accessed 29 February, 2016. 4. Hanley J. Convex stoma appliances: are we getting it right? British Journal of Nursing (Stoma Supplement). 2013; 22 (16).

Vous souhaitez recevoir des échantillons de la poche Uromate®, remplissez ce coupon-réponse et renvoyez le SANS AFFRANCHIR à l'adresse suivante : **Laboratoires ConvaTec, Libre réponse 53920, 92259 La Garenne-Colombes**

### \* Informations obligatoires

Appareillage plat  ou convexe  Taille de votre stomie\*..... Tél\*..... Email\*.....@.....

Madame  Monsieur

Nom\*.....Prénom\*.....

Adresse\*.....CP\*.....Ville\*.....

En cochant cette case, vous acceptez d'être mis en relation avec le service Me+®, vous permettant ainsi de recevoir gratuitement notre magazine conTact™, nos livrets conseils, des invitations à participer à des enquêtes, des informations sur nos produits de stomathérapie ainsi que celles relatives à votre vie privée.

La société laboratoires ConvaTec, Immeuble Le Sigma, 90 boulevard National - 92250 La Garenne-Colombes, est responsable du traitement des informations personnelles collectées dans ce formulaire. Nous collectons vos données afin de vous faire bénéficier des services offerts par Me+®. La base légale du traitement de vos données et le consentement donné ci-dessous. Celui-ci est libre et peut être retiré à tout moment. ConvaTec est susceptible de partager vos informations avec des tiers, tels que des prestataires techniques ou informatiques, en lien avec les finalités décrites et conformément à nos instructions uniquement. Nous conserverons vos informations personnelles aussi longtemps que vous nous le permettrez, à moins que la réglementation applicable, prévoit une durée plus longue. Pour obtenir de plus amples informations, veuillez nous contacter comme indiqué ci-dessous. Vous disposez d'un certain nombre de droits relatifs à vos informations personnelles. Par exemple, vous avez un droit d'accès à toute information que nous détenons sur vous, le droit de faire rectifier cette information (si elle est incorrecte ou incomplète) ou de la faire effacer, un droit d'opposition ou de limitation du traitement ainsi que le droit de nous demander de partager vos données avec une tierce partie. Si vous souhaitez exercer l'un de vos droits ou pour toute question relative au traitement de vos données, veuillez contacter le Délégué à la protection des données (DPO) du Groupe ConvaTec à l'adresse mail suivante [dataprivacy@convatec.com](mailto:dataprivacy@convatec.com). Si vous souhaitez introduire une réclamation concernant la façon dont ConvaTec traite vos informations personnelles, vous avez le droit de contacter la commission nationale de l'informatique et des libertés ("CNIL") à l'adresse [www.cnil.fr](http://www.cnil.fr). Nous souhaiterions toutefois avoir la possibilité de répondre à vos préoccupations avant que vous en fassiez part à l'autorité de contrôle et nous vous demandons ainsi de bien vouloir contacter dans un premier temps la DPO du Groupe ConvaTec.

Date et signature\*