



France AVC 37- Service de neurologie
CHRU Bretonneau- 2 bd Tonnelé-
37000 TOURS ☎07.71.07.46.11

✉ france-avc.37@orange.fr

Facebook FranceAVC37 Instagram france_avc37

Président : Docteur Denis SAUDEAU

Vice-Présidente : Mireille ARIGASCI

(Responsable du journal « AVanCer »)

Trésorier : Jean BASTARD

Secrétaire : Frédéric PANETIER

Secrét. Adj. : Docteur Manon VITTIER

Membres du bureau :

Cathy MAGNIEN (orthophoniste-
responsable Hypnose)

Docteur Annie LETOURNEL

Anne MARCHAND (responsable perm)

Docteur Elisabeth ROUMAGNOU

Alain BRIVET (responsable défi : En vélo
couché mais debout contre l'AVC)

Adhésion à France AVC37 : 30€ et

Dons, déductibles des impôts à 66%

Envoyez vos chèques à l'adresse

indiquée, reçu fiscal expédié. Merci

Nos actions : 9/10 Fête du VELO
Tours. Visite de Mr Emmanuel Denis,
maire de Tours, Stand France AVC37.
Le public est venu pour se renseigner
sur les AVC à cette journée festive.
Avec « AVCyclette » et le vélomobile.
Nous remercions la municipalité de
Tours pour son soutien.

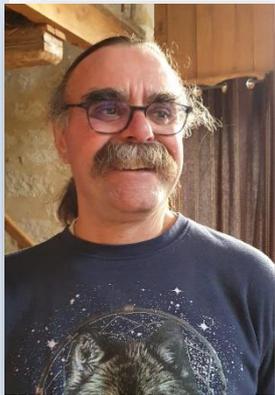


Salon SENIORS Tours 14, 15, 16/10
3 jours de prévention pour France
AVC37. Un bilan très positif avec des
rencontres, des contacts, des échanges
des conférences. Merci au CCAS de
Tours. Ce salon est une réussite.



L'EDITO de Mireille : 3 Visages pour commencer l'année 2023, 3 victimes d'AVC qui ont réalisé des défis personnels pour France AVC37 : Ils nous ont donné tant d'espoir en 2022, je souhaitais commencer l'année avec eux. 3 Aventures formidables qui nous ont permis de parler d'AVC partout, avec des publics très différents. Des ambassadeurs et des soutiens France AVC37.

Merci. ALAIN- CELINE- SARAH



Le mot du président de France AVC37 : Cher(e)s bénévole(s),

Les adhérents et les sympathisants d'une association comme France AVC 37 sont moteur, et nous souhaitons vous voir nombreux à nous rejoindre pour renforcer une équipe dynamique, imaginative, dévouée aux buts fixés.

La mission première de France AVC 37 est d'informer le plus grand nombre sur les raisons qui provoquent un AVC, ce qui permettra de prévenir leur survenue ou leur récurrence. Autre mission capitale liée à la précédente, faire connaître les signes et symptômes annonciateurs d'un AVC afin de pouvoir permettre de débiter dès que possible le traitement adapté. Malheureusement et malgré les progrès obtenus, trop peu de malades peuvent bénéficier d'une unité neuro-vasculaire, d'un traitement visant à détruire ou à extraire le caillot sanguin à l'origine de l'accident.

Nous sommes dans notre rôle en travaillant avec l'Agence Régionale de Santé CVL, le Conseil Général, l'Assurance Maladie ou la Mairie pour rappeler l'importance et la gravité de cette pathologie, et assurer que le malade et ses aidants sont bien au centre de notre système de santé. Prenons notre place parmi les associations de patients actives et enfin mieux écoutées.

Pour ce travail immense, nous avons besoin de vous, et nous remercions celles et ceux d'entre vous qui nous rejoindront. **Docteur Denis Saudeau**

France AVC37 vous souhaite une Belle Année 2023. Prévention Marché de NOËL Tours



Journée Mondiale des AVC le 14/10
Prévention à la gare de Tours organisée par les responsables de la filière AVC du CHRU. Nous étions présents à cette action à la rencontre du public. Nous remercions la filière AVC pour cette invitation, nous étions très heureux de participer à cette grande journée de sensibilisation sur l'AVC Mobilisons-nous tous pour informer.



ACTU : Un espoir pour les victimes d'AVC et pour France AVC37
ARS : le 22/11 France AVC37 a participé à une réunion en visio proposée par le Docteur Katia David sur le Parcours AVC dans la Région Centre Val de Loire dans le cadre d'échanges avec les représentants d'usagers. Alain Brivet et la vice-présidente étaient présents. Nous avons eu un bilan très complet sur les AVC en région et surtout une présentation des grands axes pour améliorer la prise en charge des AVC.

Projet régional de santé : l'Agence Régionale de Santé Centre-Val de Loire a fait le choix de consacrer un chapitre dédié au parcours de soins des patients victimes d'un AVC. Dans ce chapitre il est expliqué tous les objectifs opérationnels qui sont fixés par l'ARS afin de répondre à un enjeu majeur de santé publique :

Prendre en charge le plus de patients AVC possibles, le plus rapidement possible à la phase initiale, de leur assurer un parcours de soins le plus pertinent et un suivi aussi longtemps que nécessaire.

Nous remercions le docteur Katia David pour cette invitation et nous sommes très heureux de voir toute l'attention portée à ce sujet qui nous tient tant à cœur : l'amélioration de la prise en charge des AVC. Nous avons grand espoir après ces riches échanges avec l'ARS. Nous nous battons depuis des années pour voir changer les choses, améliorer la prévention, le post AVC comme la prise en charge des AVC. **Un enjeu de santé publique majeur**, nous sommes bien d'accord. Nous vous informerons vite.

Témoignage : « Ma Découverte de l'hypnose »

Dans mon parcours de soins accompagné par le centre anti-douleur de Bretonneau, la pratique de l'hypnose avait été évoquée. A cette époque je restais très perplexe à concevoir l'hypnose comme outil thérapeutique au vu de l'intensité de mes douleurs chroniques.

Après avoir rencontré et échangé avec Cathy sur celles-ci et de leurs impacts dans ma vie de personne « handicapée », nous avons débuté par une séance sur la gestion de la douleur.

Ainsi au cours des différentes séances, j'ai pu par la suite mieux appréhender la douleur et mieux la gérer.

L'hypnose m'a permis aussi de me préparer à accepter une greffe d'un neuro-stimulateur avec risque de rejet.

Le travail accompli a eu aussi un effet thérapeutique sur mes cycles de sommeil. Plus régulier et une meilleure récupération.

De même, à travers les séances, j'ai appris à mieux connaître mon corps. Comprendre mes ressentis et ainsi permettre de verbaliser certaines émotions (angoisses).

J'ai eu cette chance d'être accompagnée par Cathy. Ce fut aussi bien bénéfique physiquement, psychologiquement (accès à un emploi en CDI et obtention d'un concours), que bénéfique pour mon entourage (vie de famille).

L'hypnose est complémentaire à mon traitement médicamenteux. Ses effets thérapeutiques me permettent de vivre au quotidien dans de meilleures conditions et de moins « subir ». Raphaëlle

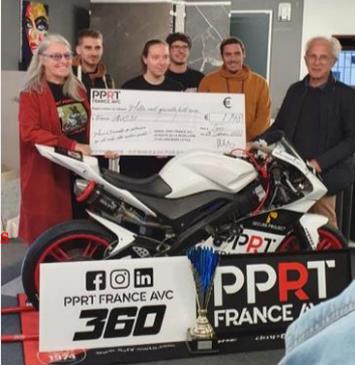
Depuis quelques mois, Cathy Magnien, orthophoniste, membre fondatrice de France AVC37 et praticienne en Hypnose thérapeutique propose des séances d'hypnose aux adhérents de France AVC37. C'est une grande chance et nous la remercions.

Que peut apporter l'hypnothérapie ? Pratiquée par un praticien formé, elle peut permettre de traiter en quelques séances (souvent 3 ou 4) les situations d'angoisse, de dépression, les traumatismes anciens, les peurs du vide, les troubles du comportement alimentaire, les deuils. Elle peut aussi s'intégrer dans le traitement des douleurs chroniques, et participer à l'arrêt des addictions, comme le tabac. Depuis nous avons des témoignages positifs et nous pouvons voir à quel point l'hypnose est bénéfique pour les personnes. Vous pouvez essayer en toute confiance avec elle. Ces séances sont gratuites. Pour les personnes qui ne sont pas adhérentes, un don libre à l'association est demandé.

Pour tous renseignements, demande de rdv, appeler le : 07 71 07 46 11.



Nouveau : On aime les affiches de la campagne de prévention sur l'AVC avec France AVC.
Un message : Appelez le 15 en cas de signes d'AVC



Une Image, un don de 1148€ une équipe, un engagement, des sponsors : Remise d'un chèque par les PPRT France AVC après leur course moto au Mans pour France AVC37. Merci à tous pour votre générosité. Bravo !

Balade d'automne

France AVC37.
 Bords de Loire Tours.
 Marcher ensemble,
 se parler, partager
 un moment, un
 café et une brioche.
 Merci aux participants
 A bientôt.



6/10 Journée Nationale des Aidants, stand marché de Ballan Miré, après Château Renault avec les plateformes de répit « Bulles d'R » et « Agevie ». Visite du maire de Ballan Thierry Chailloux. Une belle action et des échanges avec les bénévoles du stand Octobre Rose.



ACTU : Le Clos Saint Victor de Joué les Tours, centre de réadaptation a invité France AVC37 à participer aux travaux pour la rédaction d'un projet pour les Usagers. Des thèmes de réflexions très intéressants ont été abordés : La parole des patients, l'expérience patient, le droit des usagers, l'accès aux soins, la prévention, le lien social, la prise en charge etc....

De nombreuses pistes de travail sont proposées et font l'objet de discussions avec des anciens malades, des représentants de d'usagers, des soignants, Madame Karine Lourdel de la direction, des cadres de santé et des associations comme France AVC37.

Un projet dont nous ne manquerons pas de parler par la suite. Nous remercions Madame Karine Lourdel, directrice du Clos St Victor pour cette invitation et ces échanges passionnants.

Des travaux à la MDPH depuis octobre : plus de permanences donc jusqu'à fin janvier. Nous vous donnerons des informations. Nous vous rappelons que nous pouvons vous donner un rdv pour toute demande ou question en lien avec la MDPH. Appeler notre responsable de la permanence à notre numéro de l'association.

Des travaux au Pôle Bel Air, le Centre de réadaptation de la Membrolle-sur-Choisille : Création d'un espace des usagers, plus adapté, dans lequel nous tiendrons nos permanences mensuelles. Le jour va changer pour le premier lundi du mois mais nous serons bien là pour échanger avec les malades et les familles.

Adhérents : Nous souhaitons la bienvenue à tous les nouveaux adhérents de France AVC37 pour l'année 2022. Nous vous remercions, nous espérons vous rencontrer à la prochaine assemblée générale, ou bien lors d'une action de l'association. Merci pour votre soutien. Cette association est la vôtre n'hésitez pas à nous contacter, à participer ou à témoigner. Vos suggestions et idées sont attendues. Contactez-nous.

Dates Permanences : CHRU Forum des Usagers 13H30 à 15H (se renseigner), **Bel Air** : 1^{er} lundi /mois 16H18H- **Clos st Victor** : dernier mardi/mois 16H18H, **MDPH** : 2^{ème} vendredi/mois 10H12H suspendues en raison de travaux. **CHINON** Hôpital tous les 2 mois dernier vendredi 15H17H **TÉL** : message en cas d'absence, rappel avec la responsable. **RDV** possible sur demande, contactez-nous.

14/ 01/ 23- 10H12H : ASSEMBLEE GENERALE France AVC37 au CHRU Bretonneau salle fléchée bat principal B3. Venez nombreux. Votre présence est indispensable pour tenir cette AG. En cas d'absence nous demandons de bien vouloir nous renvoyer le pouvoir complété par courrier, mail et même photo sur le portable de l'association. Votre vote est important. Coordonnées de France AVC37 au dos.

Pour 2023 la cotisation est de 30€. Nous vous remercions pour votre adhésion. Votre soutien nous permet de poursuivre nos actions.

Rencontres amicales mensuelles, pour échanger, se connaître, s'informer, parler. RDV espace Usagers CHRU Bretonneau, **le 2^{ème} mardi/ mois 15h à 16h30.** Sur Inscription uniquement, nombre limité

Judis de la santé, Conférences à 18H30 à la mairie de Tours :

19/01 « Des os solides pour toute la vie »

16/03 « Urgences en Indre et Loire, quelle offre ? » Un sujet qui nous concerne **L'AVC est une urgence absolue et il faut vite appeler le 15.**

Hypnose avec Cathy Magnien, orthophoniste France AVC37. Gratuit pour les adhérents, rdv à fixer ensemble, infos par tél 07 71 07 46 11

25/01/23 Intervention à la MFR Rougemont Tours sur les AVC devant les élèves en CAPA 1, services aux personnes et au territoire avec un médecin de France AVC37 et des témoignages de bénévoles.

28/01, 10h12h Balade d'Hiver, promenade autour du lac de Tours. RDV parking piscine du lac. Arrêt Bus. Pour tous, victimes d'AVC, familles, aidants, soignants. Inscriptions. Annulé par mauvais temps.

2023 : RDV, projets, actions, tournée « AVCyclette, infos à suivre...