

4 Leit zu Lëtzebuerg kréien  
all Dag e Schlag - 112 - Zäit = Gehir

# 2019



**BLËTZ**  
a.s.b.l.

Association luxembourgeoise  
pour concernés d'un accident  
vasculaire cérébral

Sous le Haut Patronage de Son Altesse Royale la Grande-Duchesse Héritière

**PORTE OUVERTE**  
**Centre Louis Ganser**  
9, rue Vieille - L-3284 Bettembourg

Courrier: **BLËTZ a.s.b.l.** - 68, rue du Château L-3217 Bettembourg  
Tél.: 621 88 00 88 - [info@bletz.lu](mailto:info@bletz.lu) - [www.bletz.lu](http://www.bletz.lu)

Stroke Alliance For Europe  
The Stroke Patient Voice in Europe

**S·A·F·E**  
Stroke Alliance For Europe



# Un suivi médical APRÈS un séjour au Rehazenter est-il justifié?

Le suivi médical, c'est-à-dire le traitement étendu sur plusieurs années et la convalescence des patients ayant été victimes d'un AVC, est largement insuffisant dans de nombreux pays, ce qui est malheureusement aussi le cas du Luxembourg. Le suivi médical INTENSIF n'est pas en concurrence avec les institutions privées, mais il complète essentiellement et de façon tout à fait sensée les possibilités de thérapies après un AVC.

AVC → hôpital



phase aiguë → centre de réadaptation  ●●● centre de postcure ?

Après la thérapie qui vise la lutte contre les conséquences aiguës d'un AVC, les besoins des patients changent. Afin d'obtenir une amélioration de leur qualité de vie, il convient de les conseiller et de les aider dans les domaines suivants:

- aide à l'autonomie dans la vie quotidienne
- amélioration de l'endurance, de la résistance et de la motivation
- gérance des déficiences corporelles et cognitives dont souffre le patient suite à l'AVC
- participation à la vie sociale
- stabilisation des efforts de réhabilitation
- aide aux proches prenant soin du patient
- formation continue

Dans le but de remédier à un manque de dispositifs de prise en charge ambulatoire et de garantir une aide adéquate et durable pour les patients au Luxembourg, l'association Blëtz a.s.b.l. s'efforce depuis longtemps à obtenir l'établissement d'un Centre de thérapie neurologique ambulante ou stationnaire pour le traitement à long terme répondant enfin aux besoins des patients AVC.

Actuellement, nous en savons plus sur la plasticité neuronale, c'est-à-dire la variabilité des connexions neuronales au niveau du système nerveux. Après un AVC, les cellules nerveuses, étant restées intactes peuvent créer de nouvelles connexions et des cellules dénervées peuvent être restaurées.

La survie d'une personne ayant subi une lésion cérébrale entraîne cependant très souvent une vie marquée par un handicap (paralysies, troubles de la sensibilité, troubles langagiers, troubles visuels, diminution des fonctions cognitives, trouble psychique). Grâce à un travail assidu, on arrive à obtenir des progrès même encore des années après l'AVC et chaque petit pas vers l'autonomie compte énormément pour le patient. Le support psychologique et une motivation permanente sont également deux facteurs non négligeables.

Grâce au savoir acquis au niveau de la plasticité neuronale chaque patient victime d'un AVC peut bénéficier d'une thérapie consécutive répartie sur des années.

« Une vie sauvée mérite d'être vécue. »

## C'est quoi la mission de Blëtz a.s.b.l.?

L'association a pour objet de venir en aide aux personnes concernées par un accident vasculaire cérébral.

Elle apporte une aide et un soutien aux concernés, à leur famille et à leurs amis.

Elle se propose de veiller à l'intégration des personnes concernées dans la société et d'améliorer et de faciliter leur vie et celle de leur entourage.

Elle fait connaître au public les problèmes liés aux lésions cérébrales ainsi que les besoins que ces lésions font naître.

Elle favorise la recherche médicale et scientifique y afférente.

L'Association est neutre du point de vue idéologique, politique et confessionnel.



Nicole Backes-Walesch  
Trésorière

Marc Schommer  
Membre du Comité

Laurent Van Goidsenoven  
Membre du Comité

Claudia Landa  
Membre du Comité

Chantal Keller  
Présidente

Raoul Klapp  
Webmaster

Karin Magar-Klein  
Membre du Comité

manque: Carina Rogerio



Blëtz a.s.b.l. est content de pouvoir présenter Carina Rogerio, la nouvelle secrétaire du comité.

## Comité scientifique de Blätz a.s.b.l. :

Qu'est-ce un « comité scientifique » ? Le comité scientifique réunit les représentants des associations professionnelles agissant dans les domaines de la médecine, de la réhabilitation et des soins. Ces délégués, au nombre de deux, un représentant et un remplaçant, ont été choisis par les associations elles-mêmes pour mettre leur compétence au service de « Blätz », ce sont nos experts.

### Experts pour la neurologie:

Dr Dirk W. Droste (CHL), Dr Michel Hoffmann, (CHdN),  
Dr Dirk Ulbricht (CHEM), Dr Monique Reiff (CHL / SAFE)

### Expert pour la neurochirurgie: Dr Frank Hertel (CHL)

### Expert pour la cardiologie: Dr Jean Beissel

### Experts pour la médecine de réadaptation:

Dr Frédéric Chantraine (Rehazenter), Dr Danielle Ledesch-Camus (CHdN)

### Expertes pour l'orthophonie:

Myriam Kieffer, Renate Bartolini, Tessy Schitter (Rehazenter)

### Expertes pour la neuropsychologie:

Anne-Marie Schuller (Rehazenter), Michèle Pisani, Patricia Santos (CHdN),  
Vannina Pieri (CHL)

### Expertes pour la psychomotricité:

Tilly Jodocy, Mireille Sarrazin (Rehazenter)

### Expertes pour l'ergothérapie:

Dorothea Hemmer, Joëlle Kieffer, Laurent Beer (Rehazenter)

### Experts pour la kinésithérapie:

Sylvie Jackmuth (CHL), Bettina Pratt, Xavier Masson (Rehazenter)

### Experte pour l'orthoptie:

Sophie Antoine (Rehazenter)

### Assistantes sociales:

Yasmine Finck, Monique Gloden, Françoise Schintgen (Rehazenter)

### Expertes diététicienne hospitalière:

Monica Teixeira Morais (CHEM), Anne-Liss Borschette

### Musicologue: Camille Kerger

## **Voulez-vous soutenir notre association?**

Devenez membre de Blätz a.s.b.l pour un montant de 10 euros de cotisation annuelle. Vous pouvez profiter d'une déduction d'impôts sur le montant dépassant les 10 euros. La déduction est calculée à partir d'un total cumulé annuel de 120 euros.

**CCPL LU84 1111 7009 1792 0000**

**NOTE: Un changement des statuts de l'a.s.b.l. prévoit que seuls les membres du comité ont un droit de vote!**

# Centre Louis Ganser



**9, rue Vieille**

L-3284

Bettembourg

Muni d'une rampe  
d'accès pour  
chaises roulantes  
Grand parking  
près de l'église

## **Porte ouverte**

Samedi de 10h00-12h00

26.01, 23.02, 30.03, 27.04, 25.05,  
29.06, 06.07, 28.09, 05.10, 30.11,  
14.12.

## **Conférences**

12.05.: 10h00-12h00  
au Rehazenter

21.05.: Centre Hospitalier du Nord:  
120, Avenue Lucien Salentiny L-9080  
Ettelbruck

15.06.: Update AVC / CHL

27.10.: 16h00 au Château de  
Bettembourg

## **Assemblée générale**

09.02.: de 10h00-12h00  
au Centre Centre Ganser

## **Pétanque**

Premier dimanche du mois au Stade  
John Grün: 1, Route de Remich, L-5650  
Mondorf-les-Bains

03.03, 07.04, 05.05, 02.06, 07.07,  
04.08, 01.09, 06.10, 03.11.



**À votre écoute sur rendez-vous au  
Centre Louis Ganser 9, rue Vieille L-3284 Bettembourg.**

**Chaque lundi BLËTZ vous offre l'opportunité de prendre  
rendez-vous de 10.00 à 12.00 heures pour vous écouter  
et vous conseiller. Écrivez à [info@bletz.lu](mailto:info@bletz.lu)  
ou téléphonez au 621 88 00 88**

# L'accident vasculaire cérébral

L'accident vasculaire cérébral est dû, soit à l'obstruction d'un vaisseau à destination cérébrale par un caillot (85-90%), soit à la rupture d'un vaisseau intracérébral (10-15% des cas). La diminution d'apport sanguin à une région cérébrale, ou la compression de cette région par du sang, entraîne son dysfonctionnement, ce qui conduit le plus souvent brutalement à un déficit clinique.

Les maladies vasculaires cérébrales sont la troisième cause de mortalité et la cause principale d'handicap acquis au Grand-Duché. En 2001, 12% des décès étaient dus à ces maladies. Dans notre pays, on compte en moyenne 4 accidents vasculaires cérébraux par jour.

Reconnaître les symptômes d'un AVC, c'est sauver des vies!



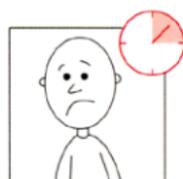
Observez si la bouche est de travers.



Observez si un bras (ou une jambe) ne bouge plus.



Observez si la personne s'exprime de manière confuse.



Notez l'heure du début des symptômes. Les chances de rétablissement sont plus grandes si le traitement est instauré dans les trois heures.

## Les symptômes les plus fréquents sont :

- 1. Faiblesse musculaire :** Une faiblesse musculaire d'apparition brutale peut affecter n'importe quel endroit du corps, mais touche le plus souvent la main, un bras, une jambe ou la moitié du visage. Cette faiblesse entraîne fréquemment une chute.
- 2. Troubles de la sensibilité :** Apparition soudaine d'un endormissement ou de picotements dans le visage, le bras ou la jambe.
- 3. Troubles de la parole :** Apparition soudaine de troubles d'élocution ou de la phonation, ou de difficultés de compréhension.
- 4. Troubles visuels :** Apparition soudaine d'une diminution de l'acuité visuelle, particulièrement d'un seul oeil, ou de vision double.
- 5. Maux de tête :** D'apparition brutale, d'une intensité encore jamais vécue auparavant
- 6. Troubles de l'équilibre :** D'apparition brutale, particulièrement si accompagnés d'un ou de plusieurs des symptômes décrits plus hauts.

Le facteur le plus important dans le traitement aigu de l'accident vasculaire cérébral est le transfert très rapide dans une unité neurologique hospitalière spécialisée, appelée Unité Neurovasculaire Aigue ou Stroke Unit. La rapidité du transfert en Stroke Unit est primordiale, car la réouverture d'un vaisseau sanguin intracérébral (Thrombolyse) ne peut généralement être effectuée qu'endéans les trois premières heures. Cette procédure peut considérablement limiter les dégâts causés par l'accident. De plus, une récurrence de second accident vasculaire cérébral ainsi que de nombreuses complications peuvent aussi être évitées en Stroke Unit.

## L'accident ischémique transitoire (AIT) = une alerte

L'AIT ( diminution de perfusion transitoire d'une région cérébrale) ou « petit » accident vasculaire peut durer de quelques secondes à 24 heures au maximum. Il ne doit pas être minimisé, car il représente souvent le précurseur d'un accident vasculaire cérébral plus grave. Un patient avec un tel AIT doit être traité avec le même degré d'urgence dans une Stroke Unit que celui avec un accident plus complet.

Prof. Dr Dirk W. Droste

## AVC: les gestes qui sauvent appelez le 112

Reconnaître les signes de l'AVC est le meilleur moyen d'obtenir une aide médicale rapide. Chaque minute de perte fait perdre au patient 1,9 millions de neurones pouvant affecter la parole, la motricité, la mémoire et bien plus de fonctions cérébrales.

Apprenez à distinguer autant de signes d'AVC que possible pour le reconnaître rapidement et sauver ainsi une vie. Act FAST !

### F.A.S.T:

**F: Face = visage:** Demandez au patient de sourire. Le sourire est-il asymétrique?

**A: Arms = bras:** Demandez-lui de lever les deux bras. Un des deux bras tombe?

**S: Speech = parole:** Faites-le parler ou répéter une phrase simple. A-t-il du mal à parler ou à articuler?

**T: Time = temps:** Si le patient présente l'un de ces signes, appelez immédiatement le 112 !!!!



### Informations importantes pour les secours :

- Heure exacte de début des symptômes
- Antécédents médicaux et traitement actuel

### Entretemps :

Dégagez les voies respiratoires!  
Évitez toute alimentation solide ou liquide!

## Objectifs pour le futur

soutien

prévention

•• centre de posture ?



recherche



## Présence sur Internet



www.bletz.lu



facebook.com/bletzasbl



linkedin

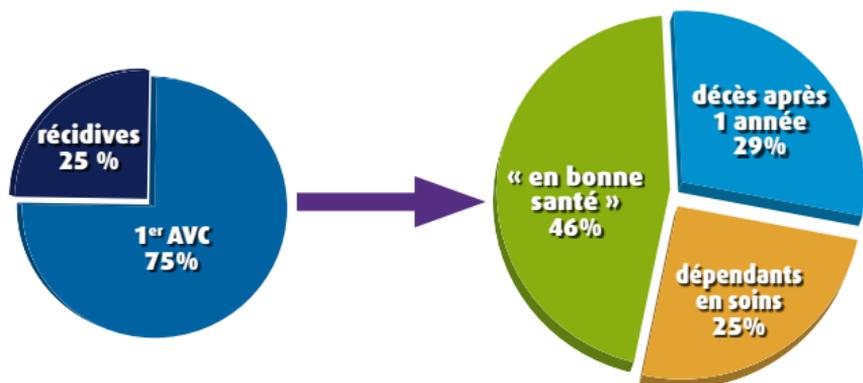
<b>2016</b>	<b>27.622</b> visiteurs	<b>331</b> likes	<b>385</b> connexions
<b>2017</b>	<b>2.035.986</b> visiteurs	<b>523</b> likes	<b>591</b> connexions
<b>2018</b>	<b>4.320.600</b> visiteurs	<b>825</b> likes	<b>832</b> connexions

- **Sous le Haut Patronage de Son Altesse Royale la Grande-Duchesse Héritière**
- **Blëtz a.s.b.l. reconnue d'utilité publique**
- **Membre du «conseil supérieur des personnes handicapées»**
- **Membre de «info handicap»**
- **Membre fondateur et membre de « FLASS »** 
- **Membre de S.A.F.E (Stroke Alliance for Europe)**

« Stroke Alliance for Europe » a été fondée à Bruxelles en 2004 avec 16 organisations d'AVC européennes comme membres: Allemagne, Autriche, Danemark, Espagne, Finlande, France, Hongrie, Irlande, Israël, Italie, Norvège, Pays-Bas, Royaume-Uni, Slovénie, Suède. Depuis l'Alliance a été rejointe par la Belgique, la République Tchèque, l'Écosse Géorgie, Pologne, Portugal, et le Luxembourg.

**L'association respecte une stricte neutralité idéologique, politique et religieuse.**

**1400 PERSONNES** sont touchées **CHAQUE ANNÉE** par un AVC



Source: Droste D., Metz R., Hoffmann M., Kruger M., 2004

### Facteurs à risques

hypertension artérielle  
diabète mellitus  
cholestérol  
prédisposition génétique  
stress  
cocaïne/méthamphétamine

### Conseils

contrôler régulièrement:  
sa tension artérielle  
son taux de glycémie  
son taux de cholestérol  
gérer son stress  
ne pas fumer !  
ne pas consommer de drogues!

évolution probable

dépendance physique  
(maison de retraite?)

perte du travail  
(problèmes financiers)

isolation sociale  
(partenaire, amis)

dépression

**Un AVC change TOUT, mais la vie CONTINUE**

Court film de sensibilisation de Blëtz a.s.b.l.

JANGLI FILM  
presentiert

RTL



Blëtz  
a.s.b.l.

## DEN HELD VUM DAG

**Grâce à RTL le court film d'animation « DEN HELD VUM DAG » ainsi que 6 spots de concernés ont été réalisés en vue de la « Journée mondiale de l'AVC » le 29 octobre.**

Le court film sert à faire connaître au grand public les symptômes d'un AVC afin de pouvoir réagir dans le plus bref délai.

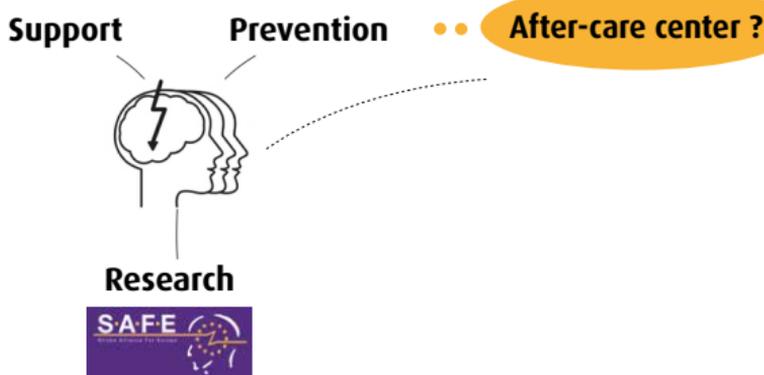
C'est avec un grand enthousiasme que Jang Linster s'est engagé pour la production du film et en a créé les textes. Rhian Jones et Phil Jeffrey ont réalisé, pendant leur temps libre, leurs propres images pour la production à la « fabrique d'images » de Kehlen. Au niveau de l'encadrement musical les jeunes chanteurs Noël Tani et Mia Conter ont interprété, en coopération avec les musiciens Ab Van Goor et Marty Townsend, les textes réalisés par Jang Linster de façon magnifique. Voir [www.bletz.lu](http://www.bletz.lu)

De même, la production de 6 spots, sous la plume de RTL, a pu être réalisée avec l'aide de Steve Schmidt et Eric Steichen.

Présentés sont des concernés de tout âge et sexe, qui ont été touchés par un AVC. Le but est de faire du courage aux gens. Il faut être un battant. Plus de détails sur [www.bletz.lu](http://www.bletz.lu)

**MERCI à RTL et Jang Linster**

## Objectives for the future:

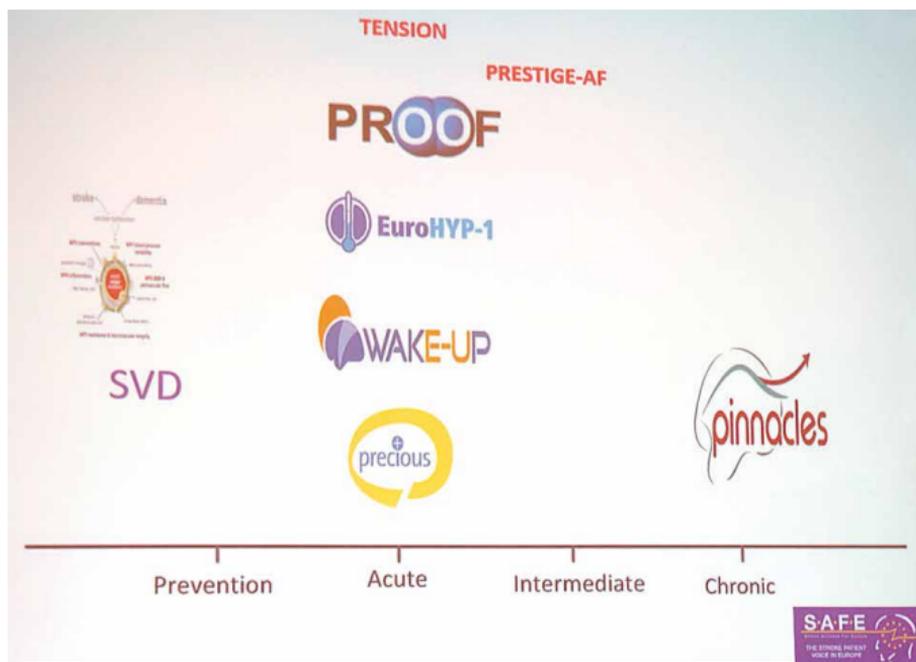


The Stroke Alliance for Europe (SAFE) was formed in October 2004 in Brussels with a membership of European Stroke Organisations: Austria, Belgium, Czech Republic, Denmark, Finland, France, Germany, Georgia, Hungary, Ireland, Israel, Italy, the Netherlands, Norway, Portugal, Slovenia, Spain, Scotland, Sweden, United Kingdom, and **Luxembourg, with Blütz asbl, joined in 2016.**

A stroke is a sudden and devastating condition which can take and transform lives in an instant.

The annual number of strokes in the EU is predicted to increase from 613.148 in 2015 to 819.771 in 2035, an average increase of 34 %.

With the generally improved survival after stroke, this will lead to a significant increase in the number of people living with a stroke as a chronic condition from 3.718.785 in 2015 to 4.631.050 in 2035, an increase of almost one million or 25% across the EU.



### What can we do?

The Stroke Alliance for Europe (SAFE), participates in EU-funded research projects. SAFE is a not-for-profit organisation that represents stroke survivors and the Research Manager is Dr. Gary Randall.

# PROGRAMM BLËTZ 2019

## JANVIER

### 26.01. **Après un AVC, il faut bouger pour aller mieux !**

10:00 - 11:00 heures

Travail pratique en groupe, en considérant les possibilités individuelles, pour rester mobile après AVC.

Que ce soit assis ou debout, on va bouger tout le corps en recherchant une symétrie dans la mobilisation du tronc, un étirement des muscles hypertoniques ainsi que des exercices globaux actifs.

On pourra également travailler les transferts, faire quelques exercices d'équilibre et vous montrer des exercices simples à faire seul à domicile. L'importance d'un entraînement physique régulier a été démontrée maintes fois, et ceci même après plusieurs années suivant l'AVC.

Sylvie Jackmuth, kinésithérapeute, service de neurologie/ Stroke- Unit CHL et Bettina Pratt, kinésithérapeute, profession libérale, membre de l'Association Luxembourgeoise des Kinésithérapeutes, membres du comité scientifique Blëtz et Hélène Pirenne kinésithérapeute, profession libérale, toutes 3 spécialisées en neurologie.

### **Séance de chant avec Camille Kerger**



11:00 - 12:00 heures

Pourquoi un aphasique (incapable de parler) sait-il chanter ? L'hémisphère sain du cerveau (hémisphère droite) aide le centre du langage du cerveau (hémisphère gauche) ! Par le chant, d'intonation, la prosodie (diction), la respiration, le rythme, l'improvisation ainsi que d'autres facteurs sont entraînés et influencés de manière positive.

Camille Kerger, compositeur, chanteur et ancien directeur de « l'Institut européen de chant choral, Luxembourg » (INECC). «Faire chanter les gens pour rester en bonne santé ou pour la recouvrer, est une de nos plus belles tâches.» Camille Kerger est aussi membre du comité scientifique de Blëtz a.s.b.l.

## FÉVRIER

### 09.02. **Assemblée générale**

10:00 – 12:00 heures

Centre Louis Ganser: 9, rue Vieille L-3284 Bettembourg

## 23.02. Emotion et Cognition: le rôle du neuro-psychologue après un AVC

10:00 - 11:00 heures

En fonction des séquelles, différents professionnels accompagnent le patient : kinésithérapeutes, ergothérapeutes, orthophonistes, psychologues...

Nous aborderons lors de cette séance d'information, la prise en charge et la mission du neuropsychologue dans le cadre d'un AVC. Un échange libre suivra après la présentation. Patricia Santos, neuropsychologue au CHdN, membre du comité scientifique de Blëtz a.s.b.l.

## Séance de chant avec Camille Kerger



11:00 - 12:00 heures

Pourquoi un aphasique (incapable de parler) sait-il chanter ? L'hémisphère sain du cerveau (hémisphère droite) aide le centre du langage du cerveau (hémisphère gauche) ! Par le chant, d'intonation, la prosodie (diction), la respiration, le rythme, l'improvisation ainsi que d'autres facteurs sont entraînés et influencés de manière positive.

Camille Kerger, compositeur, chanteur et ancien directeur de « l'Institut européen de chant choral, Luxembourg » (INECC). «Faire chanter les gens pour rester en bonne santé ou pour la recouvrer, est une de nos plus belles tâches.» Camille Kerger est aussi membre du comité scientifique de Blëtz a.s.b.l.

## MARS

### 03.03. Pétanque



10:00 - 12:00 heures

Stade John Grün : 1, Route de Remich, L-5650 Mondorf-les-Bains

C'est grâce à la bienveillante collaboration de la part de la Commune de Mondorf et avec l'appui engagé de son Club Pétanque que Blëtz a.s.b.l. peut offrir cette activité sportive.

### 30.03. Droit du travail

10:00 - 12:00 heures

Vous êtes en incapacité de travail prolongée suite à une maladie ou à un accident du travail?

Des professionnels du terrain sont à votre disposition afin de vous éclairer sur la matière.

L'accent sera surtout mis sur les nouvelles mesures -introduites en 2016- en matière de reclassement professionnel.

Par Yasmine Finck et Monique Gloden, assistantes sociales au Rehazenter, membres du comité scientifique Blëtz.

## AVRIL

### 07.04. Pétanque

10:00 - 12:00 heures

Stade John Grün : 1, Route de Remich, L-5650 Mondorf-les-Bains

C'est grâce à la bienveillante collaboration de la part de la Commune de Mondorf et avec l'appui engagé de son Club Pétanque que BlëtZ a.s.b.l. peut offrir cette activité sportive.

### 27.04. Quand la parole ne vient plus... la rééducation orthophonique, même des années après l'AVC

10:00 - 11:00 heures

Un AVC peut changer la parole, l'élocution, la lecture, l'écriture, la compréhension, mais aussi la déglutition du patient. Le public ignore souvent encore qu'une grande partie de ces soucis se soignent à l'aide d'une thérapie orthophonique, même des années après l'AVC. Lors de cette rencontre, nous évoquerons les perspectives qu'ouvrent à la fois la thérapie orthophonique, et l'accompagnement par un orthophoniste. Une place sera prévue pour les questions des concernés.

Avec Myriam Kieffer & Renate Bartolini, orthophonistes, membres du comité scientifique BlëtZ.

## LITERATOIR

11:00 -12.00 Uhr

Dans le cadre de « LiteraTour 2018 » il y aura une lecture de « Il faut être un battant. Vivre après un AVC »



### Séance de chant avec Camille Kerger

11:00 - 12:00 heures

Pourquoi un aphasique (incapable de parler) sait-il chanter ? L'hémisphère sain du cerveau (hémisphère droite) aide le centre du langage du cerveau (hémisphère gauche) ! Par le chant, d'intonation, la prosodie (diction), la respiration, le rythme, l'improvisation ainsi que d'autres facteurs sont entraînés et influencés de manière positive.

Camille Kerger, compositeur, chanteur et ancien directeur de « l'Institut européen de chant choral, Luxembourg » (INECC). «Faire chanter les gens pour rester en bonne santé ou pour la recouvrer, est une de nos plus belles tâches.» Camille Kerger est aussi membre du comité scientifique de BlëtZ a.s.b.l.

## MAI

### 05.05. Pétanque

10:00 - 12:00 heures

Stade John Grün : 1, Route de Remich, L-5650 Mondorf-les-Bains

C'est grâce à la bienveillante collaboration de la part de la Commune de

Mondorf et avec l'appui engagé de son Club Pétanque que Blëtz a.s.b.l. peut offrir cette activité sportive.

## 12.05. Journée contre l'AVC

10:00 - 12:00 heures

Rehazenter: 1, rue André Vésale L-2674 Luxembourg

1999 la « Stiftung Deutsche Schlaganfallhilfe » a créé la « Journée contre l'AVC ». Blëtz a.s.b.l. organise chaque année, ensemble avec Dr. Anja Dekant, directrice du Rehazenter, une formation pour les différentes professions de santé. L'année passée, c'était le tour des ergothérapeutes. Cette année une formation sera organisée pour les diététiciens.

**Samedi le 11.05 :** Formation pour diététiciens

**Dimanche le 12.05 :** Conférence ouverte au grand public.

De plus amples détails seront communiqués ultérieurement

## 21.05. Séance d'information au sujet de l'AVC

17:00 - 19:00 heures

Centre Hospitalier du Nord : 120, Avenue Lucien Salentiny, L-9080 Ettelbruck.

Programme : Explications sur les aspects médicaux de l'AVC, des conséquences cognitives et psycho-sociales pour le patient et sa famille, le rôle de la famille et des informations au sujet de possibilités d'aide et de support. Par après, il y aura une séance questions-réponses et la possibilité d'échange entre participants. Les soirées d'information se font en coopération avec des neurologues, des médecins de réhabilitation et des thérapeutes du CHdN.

## 25.05. (2<sup>ème</sup> rendez-vous: 05.10.) Jeunes et AVC

10:00 - 12:00 heures

En Allemagne, environ 300 enfants sont concernés d'un AVC par année. Au Luxembourg, les chiffres sont inconnus à jusqu'à présent. A partir de cette année, Blëtz a.s.b.l. organise trois groupes de concernés suivants :

Pour parents et enfants jusqu'à 12 ans, pour jeunes gens jusqu'à 30 ans, pour adultes jusqu'à 40 ans. Les concernés ont souvent de grands problèmes à gérer et se posent des questions existentielles. Nous proposons des projets et groupes de support.

# JUIN

## 02.06. Pétanque



10:00 - 12:00 heures

Stade John Grün : 1, Route de Remich, L-5650 Mondorf-les-Bains

C'est grâce à la bienveillante collaboration de la part de la Commune de Mondorf et avec l'appui engagé de son Club Pétanque que Blëtz a.s.b.l. peut offrir cette activité sportive.

## 15.06. UPDATE AVC

09:00 - 13:00 heures

Amphithéâtre CHL : 4, rue Ernest Barblé, L- 1210 Luxembourg

Sous la direction de Dr Prof. Dirk W. Droste et Dr. René Metz avec la participation de BlëtZ a.s.b.l.

De plus amples détails seront communiqués ultérieurement

## 29.06. Que faire de mon bras droit ? Ergothérapie au quotidien en cas de paralysie partielle

10:00 - 11:00 heures

Des paralysies sont des séquelles typiques après un AVC. Le plus souvent, une partie du corps est concernée. Une hémiplégie (paralysie complète) d'un côté du corps et une parésie (paralysie partielle) du bras, mènent à une situation dans laquelle des tâches quotidiennes telles que s'habiller de façon autonome deviennent impraticables.

Un des aspects essentiels de l'ergothérapie en rééducation consiste à impliquer le bras paralysé dans la vie quotidienne. Les membres de la famille ainsi que les amis représentent des partenaires importants au niveau du support dans ce processus.

Le bras « hors d'usage » peut mener à de multiples problèmes.

Au cours de cette rencontre nous allons :

- aborder les différentes formes d'hémiplégie du bras
- évoquer les problèmes pouvant résulter de ces formes de paralysie partielle
- montrer différentes possibilités comment intégrer le bras paralysé dans la vie quotidienne.

Un échange en commun nous permettra de pouvoir aborder vos questions.

Dorothea Hemmer et Joëlle Kieffer CHEM, membres du comité scientifique de BlëtZ a.s.b.l.

## Séance de chant avec Camille Kerger



11:00 - 12:00 heures

Pourquoi un aphasique (incapable de parler) sait-il chanter ? L'hémisphère sain du cerveau (hémisphère droite) aide le centre du langage du cerveau (hémisphère gauche) ! Par le chant, d'intonation, la prosodie (diction), la respiration, le rythme, l'improvisation ainsi que d'autres facteurs sont entraînés et influencés de manière positive.

Camille Kerger, compositeur, chanteur et ancien directeur de « l'Institut européen de chant choral, Luxembourg » (INECC). «Faire chanter les gens pour rester en bonne santé ou pour la recouvrer, est une de nos plus belles tâches.» Camille Kerger est aussi membre du comité scientifique de BlëtZ a.s.b.l.

## JUILLET

## 06.07. Touché par un AVC: Conséquences neuropsychologiques et impacts sur la famille

10:00 - 11:00 heures

Anne-Marie Schuller, Dr. Dipl. Psychologin SLP / Rehazenter / Université du Luxembourg, membre du comité scientifique de BlëtZ a.s.b.l.

## Séance de chant avec Camille Kerger



11:00 - 12:00 heures

Pourquoi un aphasique (incapable de parler) sait-il chanter ? L'hémisphère sain du cerveau (hémisphère droite) aide le centre du langage du cerveau (hémisphère gauche) ! Par le chant, d'intonation, la prosodie (diction), la respiration, le rythme, l'improvisation ainsi que d'autres facteurs sont entraînés et influencés de manière positive.

Camille Kerger, compositeur, chanteur et ancien directeur de « l'Institut européen de chant choral, Luxembourg » (INECC). «Faire chanter les gens pour rester en bonne santé ou pour la recouvrer, est une de nos plus belles tâches.» Camille Kerger est aussi membre du comité scientifique de Blëtz a.s.b.l.

## 07.07. Pétanque



10:00 - 12:00 heures

Stade John Grün : 1, Route de Remich, L-5650 Mondorf-les-Bains

C'est grâce à la bienveillante collaboration de la part de la Commune de Mondorf et avec l'appui engagé de son Club Pétanque que Blëtz a.s.b.l. peut offrir cette activité sportive.

## AOÛT

## 04.08. Pétanque



10:00 - 12:00 heures

Stade John Grün : 1, Route de Remich, L-5650 Mondorf-les-Bains

C'est grâce à la bienveillante collaboration de la part de la Commune de Mondorf et avec l'appui engagé de son Club Pétanque que Blëtz a.s.b.l. peut offrir cette activité sportive.

## SEPTEMBRE

## 01.09. Pétanque



10:00 - 12:00 heures

Stade John Grün : 1, Route de Remich, L-5650 Mondorf-les-Bains

C'est grâce à la bienveillante collaboration de la part de la Commune de Mondorf et avec l'appui engagé de son Club Pétanque que Blëtz a.s.b.l. peut offrir cette activité sportive.

## 28.09. Le neuro-feedback en réhabilitation neuro-psychologique

10:00 - 11:00 heures

Le neuro-feedback ou bio-feedback électroencéphalographique est une méthode de traitement psychologique, à l'aide de laquelle les patients peuvent apprendre à réguler consciemment leur activité cérébrale et ainsi à influencer de manière positive également en cas de troubles neurologiques et cognitifs (épilepsie, déficit de l'attention et troubles du sommeil, etc.).

Dans le cadre de l'exposé, les possibilités d'utilisation du neuro-feedback pour la rééducation neuro-psychologique après un AVC seront présentées.

Gilles Michaux. Dr. Ès sc., psychologue diplômé. Psychothérapeute auprès du GesondheitsZentrum de la Fondation Hôpitaux Robert Schuman. Thérapeute spécialisé en bio-feedback certifié par la Société allemande de Bio-feedback (DGBFb).

## Séance de chant avec Camille Kerger



11:00 - 12:00 heures

Pourquoi un aphasique (incapable de parler) sait-il chanter ? L'hémisphère sain du cerveau (hémisphère droite) aide le centre du langage du cerveau (hémisphère gauche) ! Par le chant, d'intonation, la prosodie (diction), la respiration, le rythme, l'improvisation ainsi que d'autres facteurs sont entraînés et influencés de manière positive.

Camille Kerger, compositeur, chanteur et ancien directeur de « l'Institut européen de chant choral, Luxembourg » (INECC). «Faire chanter les gens pour rester en bonne santé ou pour la recouvrer, est une de nos plus belles tâches.» Camille Kerger est aussi membre du comité scientifique de BlëtZ a.s.b.l.

## OCTOBRE

### 05.10. Jeunes et AVC

10:00 - 12:00 heures

En Allemagne, environ 300 enfants sont concernés d'un AVC par année. Au Luxembourg, les chiffres sont inconnus à jusqu'à présent. A partir de cette année, BlëtZ a.s.b.l. organise trois groupes de concernés suivants :

Pour parents et enfants jusqu'à 12 ans, pour jeunes gens jusqu'à 30 ans, pour adultes jusqu'à 40 ans. Les concernés ont souvent de grands problèmes à gérer et se posent des questions existentielles. Nous proposons des projets et groupes de support.

### 06.10. Pétanque



10:00 - 12:00 heures

Stade John Grün : 1, Route de Remich, L-5650 Mondorf-les-Bains

C'est grâce à la bienveillante collaboration de la part de la Commune de Mondorf et avec l'appui engagé de son Club Pétanque que BlëtZ a.s.b.l. peut offrir cette activité sportive.

### 27.10. « Journée mondiale de l'AVC »

16:00 - 19:00 heures

Château de Bettembourg : 13, rue du Château, L- 3201 Bettembourg

Au paravent de la journée mondiale de l'AVC, une campagne de sensibilisation et de prévention est organisée par BlëtZ, en coopération avec les pharmacies du pays. Pendant une semaine, toute personne a la possibilité de se laisser mesurer la tension gratuitement en pharmacie.

Comme chaque année, les éclairs-BlëtZ seront en vente le weekend du 25.10. De plus amples détails seront communiqués ultérieurement.

## NOVEMBRE

### 03.11. Pétanque



10:00 - 12:00 heures

Stade John Grün : 1, Route de Remich, L-5650 Mondorf-les-Bains

C'est grâce à la bienveillante collaboration de la part de la Commune de Mondorf et avec l'appui engagé de son Club Pétanque que BlëtZ a.s.b.l. peut offrir cette activité sportive.

### 30.11. La prévention secondaire

10:00 - 11:00 heures

La prévention secondaire cherche à éviter un deuxième AVC après la survenue d'un premier événement ischémique cérébral. Elle devra être entamée le plus vite possible après l'événement initial. La connaissance et le traitement des facteurs de risque vasculaire jouent un rôle primordial dans la prévention secondaire afin d'éviter une récurrence ou des complications secondaires.

Dr Michel Hoffmann, neurologie au CHdN Ettelbruck et membre du comité scientifique de BlëtZ a.s.b.l.

## DEZEMBRE

### 14.12. « Dans quelle mesure la relaxation peut-elle contribuer à la gestion du stress après un AVC ou d'autres lésions cérébrales ? »

10:00 - 11:00 heures

Aux conséquences neurologiques d'une lésion cérébrale, ou plus spécifiquement d'un AVC, s'ajoutent souvent des difficultés dans différents domaines de la vie quotidienne. Le présent exposé tentera de donner des ébauches de gestion de ces problématiques. En premier lieu, différentes techniques de relaxation seront présentées.

Ensuite, leur utilité dans la gestion des conséquences physiques et émotionnelles d'une lésion cérébrale, tant sur le patient que sur son entourage, seront exposées.

Dr. Michèle Pisani. Psychologue diplômée, spéc.neuro.clin., Sophrologue diplômée, membre du comité scientifique BlëtZ.

### Séance de chant avec Camille Kerger



11:00 - 12:00 heures

Pourquoi un aphasique (incapable de parler) sait-il chanter ? L'hémisphère sain du cerveau (hémisphère droite) aide le centre du langage du cerveau (hémisphère gauche) ! Par le chant, d'intonation, la prosodie (diction), la respiration, le rythme, l'improvisation ainsi que d'autres facteurs sont entraînés et influencés de manière positive.

Camille Kerger, compositeur, chanteur et ancien directeur de « l'Institut européen de chant choral, Luxembourg » (INECC). « Faire chanter les gens pour rester en bonne santé ou pour la recouvrer, est une de nos plus belles tâches. » Camille Kerger est aussi membre du comité scientifique de BlëtZ a.s.b.l.

Chantal Keller

# MAN MUSS EIN KÄMPFER SEIN !

*Das Leben nach einem Schlaganfall*

# IL FAUT ÊTRE UN BATTANT !

*Vivre après un AVC*



L'ouvrage est publié par Blätz a.s.b.l.  
(Relié ; format A4 ; 204 pages) Prix : 45,00 €  
Prix pour membre : 35 €

Par virement au : LU84 1111 7009 1792 0000 ou commande  
en ligne via: <http://bletz.lu/book>  
En vente en librairie et chez Blätz a.s.b.l.

## Voulez-vous soutenir notre association?

Devenez membre de Blätz a.s.b.l pour un montant de 10 euros de cotisation annuelle. Vous pouvez profiter d'une déduction d'impôts sur le montant dépassant les 10 euros. La déduction est calculée à partir d'un total cumulé annuel de 120 euros.

CCPL LU84 1111 7009 1792 0000

Für “Blätz” hat die Präsidentin Chantal Keller, die selbst einen Schlaganfall erlitten hat, mit 24 Betroffenen und deren Familien dieses Buch geschrieben.

Des Weiteren wird das Buch durch 26 informative Artikel ergänzt. Diese Artikel dienen dazu, dem Leser viele Informationen über das Thema Schlaganfall zukommen zu lassen.

Die allerwichtigste Information ist jedoch, dass man in jedem Fall ein Kämpfer sein soll und weiterkämpfen muss, um sein Leben weiterleben zu können.

Diese persönlichen Geschichten sind in 4 Sprachen geschrieben: in Deutsch, Französisch, Englisch und Portugiesisch.

Pour “Blätz asbl”, Chantal Keller, présidente, étant elle-même touchée par un accident vasculaire cérébral (AVC), présente dans son livre les témoignages de 24 personnes atteintes d’un AVC ainsi que de leurs familles.

De plus cet ouvrage est complété par 26 articles de nature informative qui expliquent en détail la signification d’un accident vasculaire cérébral.

L’information la plus importante est pourtant celle qu’il faut être un battant, c’est-à-dire trouver la force de travailler sur soi-même et de ne jamais résigner pour pouvoir continuer à vivre sa vie.

Ces textes sont rédigés en quatre langues différentes : allemand, français, anglais et portugais.

For ‘Blätz’, Chantal Keller, president of the organisation, herself affected by a stroke, describes the fate of 24 concerned people and their family members in their own words in her book.

The book is completed by 26 informative articles about what a stroke really means.

The most important fact is that one needs to work at oneself and be a fighter in order to be able to continue one’s life.

These personal stories are written in 4 different languages: German, French, English and Portuguese.

Chantal Keller, presidente de Blätz a.s.b.l. Luxemburgo, ela mesma vítima de um AVC, expõe no seu livro o testemunho de 24 pessoas que sofreram um AVC assim que o de as respetivas famílias. Além disso, 26 artigos informativos vêm completar o livro : professores de medicina que explicam o significado de um AVC e responsáveis de diferentes organizações que informam sobre as diferentes possibilidades de reabilitação do paciente e de apoio aos familiares. A mensagem mais importante que o livro transmite é o facto de ter de se ser um lutador ou seja, ter forças para continuar o processo de recuperação e seguir em frente.

Estes textos são redigidos em quatro línguas diferentes : alemão, francês, inglês e português.