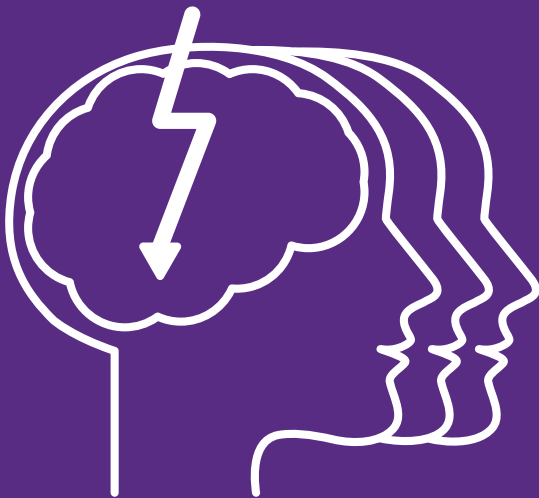


All Dag kréien 4 Leit e Schlag
zu Lëtzebuerg - 112 - Zäit = Gehier

2020



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
Administration : 18, rue Michel Hack L-3240 Bettembourg Tél. : 26 51 35 51 - 621 88 00 88
info@bletz.lu - www.bletz.lu - CCPL LU84 1111 7009 1792 0000

Stroke Alliance For Europe
The Stroke Patient Voice in Europe



PROGRAMME BLÈTZ 2020

JANVIER

25.01. : **Processus mentaux et psychoaffectifs après un AVC.**

10:00 - 11:00 heures

Changements de la cognition et de l'émotion. Lors de cette séance d'information, nous aborderons la prise en charge et la mission du neuropsychologue dans le cadre d'un AVC. Un échange libre suivra après la présentation.

Patricia Santos, membre du comité scientifique de Blètz a.s.b.l. et Aline Becker, (neuropsychologues au CHdN)

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) ! Le chant permet d'exercer l'intonation, la prosodie (diction), la respiration, le rythme, l'improvisation, ainsi que d'autres facteurs et de les influencer 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 l'une de nos plus belles missions. » Camille Kerger est aussi membre du comité scientifique de Blètz a.s.b.l.

FÉVRIER

08.02. : **Assemblée générale**

10:00 – 12:00 heures

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

29.02. : **Vacances**

10:00 – 11:00 heures

Depuis 2009, le « service 321 Vakanz » offre des formules de vacances variées aux personnes adultes en situation de handicap ou à mobilité réduite. Nous proposons des solutions de vacances sous différentes formes : des voyages de groupe, accompagnés par des professionnels et des bénévoles, l'accompagnement individuel de voyage par un bénévole, ainsi que l'aide à la recherche de destinations et d'activités adaptées selon les attentes du client.

La conférence sera tenue par Myriam Faber et Danielle Petesch du Tricentenaire.

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) ! Le chant permet d'exercer l'intonation, la prosodie (diction), la respiration, le rythme, l'improvisation, ainsi que d'autres facteurs et de les influencer 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 l'une de nos plus belles missions. » Camille Kerger est aussi membre du comité scientifique de Blätz a.s.b.l.

MARS

01.03. : Pétanque



10:00 - 12:00 heures

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

Blätz a.s.b.l. peut proposer cette activité sportive grâce à l'aimable collaboration de la Commune de Mondorf et au soutien engagé de son club de pétanque.

28.03. : Speed-Dating

10:00 - 11:00 heures

On rigole, on bavarde, on est au bord des larmes et on n'hésite pas à le refaire ! C'est ça, le speed-dating, un jeu d'interaction et de prise de contact. En dix minutes, les participants font connaissance avec leur vis-à-vis : vacances, maladies, mais aussi plats préférés, activités sportives, compétences spéciales.

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) ! Le chant permet d'exercer l'intonation, la prosodie (diction), la respiration, le rythme, l'improvisation, ainsi que d'autres facteurs et de les influencer 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 l'une de nos plus belles missions. » Camille Kerger est aussi membre du comité scientifique de Blätz a.s.b.l.

AVRIL

05.04. : **Pétanque**



10:00 - 12:00 heures

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

Blëtz a.s.b.l. peut proposer cette activité sportive grâce à l'aimable collaboration de la Commune de Mondorf et au soutien engagé de son club de pétanque.

22.04. : **Update AVC au CHL**

17:00 - 20:00 heures

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

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

De plus amples détails seront communiqués ultérieurement

25.04. : **Quand la parole ne vient plus... la rééducation orthophonique, même des années après l'AVC**

10:00 - 11:00 heures

Un AVC peut transformer la parole, l'élocution, la lecture, l'écriture, la compréhension, mais aussi la déglutition du patient. Le public ignore encore souvent 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'offrent à la fois la thérapie orthophonique, et l'accompagnement par un orthophoniste. Un créneau sera prévu pour les questions des concernés.

Avec Myriam Kieffer, membre du comité scientifique de Blëtz a.s.b.l. & Astrid Houwen (orthophonistes)

MAI

03.05. : **Pétanque**



10:00 - 12:00 heures

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

Blëtz a.s.b.l. peut proposer cette activité sportive grâce à l'aimable collaboration de la Commune de Mondorf et au soutien engagé de son club de pétanque.

14.05. : **Séance d'information au sujet de l'AVC (ChdN)**

17:00 - 19:00 heures

Centre Hospitalier du Nord : 10, rue Grande-Duchesse Charlotte, L-9515 Wiltz

Explications sur les aspects médicaux de l'AVC, les conséquences cognitives et psycho-sociales pour le patient et sa famille, le rôle de la famille et informations au sujet des possibilités d'aide et de soutien. Ensuite, il y aura une séance de questions-réponses et la possibilité d'échanger entre participants.

Les soirées d'information se font en coopération avec des neurologues, des médecins de réhabilitation et des thérapeutes du CHdN.

30.05. : Recommandations alimentaires en prévention d'une récurrence d'un AVC

10:00 - 11:00 heures

L'alimentation joue un rôle essentiel dans la récurrence d'un AVC. Lors de cette conférence, le focus sera porté sur les aliments protecteurs, ainsi que sur les aliments qui influencent les facteurs à risque des AVC. Quelles habitudes et quels choix alimentaires adopter ?

Monica Teixeira Morais, Diététicienne hospitalière au Centre Hospitalier Emile Mayrisch et membre du comité scientifique de Blëtzt 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) ! Le chant permet d'exercer l'intonation, la prosodie (diction), la respiration, le rythme, l'improvisation, ainsi que d'autres facteurs et de les influencer 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 l'une de nos plus belles missions. » Camille Kerger est aussi membre du comité scientifique de Blëtzt a.s.b.l.

JUIN

07.06. : Pétanque



10:00 - 12:00 heures

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

Blëtzt a.s.b.l. peut proposer cette activité sportive grâce à l'aimable collaboration de la Commune de Mondorf et au soutien engagé de son club de pétanque.

27.06. : Que faire de mon bras droit ? L'ergothérapie au quotidien en cas de paralysie partielle

10:00 - 11:00 heures

Les paralysies sont des séquelles typiques, survenant après un AVC. Le plus souvent, une partie du corps est concernée. L'hémiplégie (paralysie complète) d'un côté du corps et la parésie (paralysie partielle) du bras rendent les tâches quotidiennes, telles que s'habiller de façon autonome, très difficiles. Un des aspects essentiels de l'ergothérapie en guise de rééducation, consiste à impliquer le bras paralysé dans la vie quotidienne. Les membres de la famille, ainsi que les amis, représentent un soutien important lors de ce processus.

Le bras « hors d'usage » peut provoquer 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 d'intégration du bras paralysé dans la vie quotidienne.

Un échange commun nous permettra d'aborder vos questions.

Dorothea Hemmer, membre du comité scientifique de Blëtzt 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) ! Le chant permet d'exercer l'intonation, la prosodie (diction), la respiration, le rythme, l'improvisation, ainsi que d'autres facteurs et de les influencer 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 l'une de nos plus belles missions. » Camille Kerger est aussi membre du comité scientifique de Blëtzt a.s.b.l.

JUILLET

05.07. : Pétanque



10:00 – 12:00 heures

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

Blëtzt a.s.b.l. peut proposer cette activité sportive grâce à l'aimable collaboration de la Commune de Mondorf et au soutien engagé de son club de pétanque.

11.07. : Numéro de secours 112

10:00 – 12:00 heures

Lors d'un accident vasculaire cérébral (AVC) chaque minute compte. Dès les premiers symptômes d'un AVC, il est primordial d'appeler immédiatement les secours via le numéro d'urgence « 112 » et de répondre aux questions posées. Les services de secours sont formés pour vous envoyer rapidement des secours qualifiés.

Dr Pascal STAMMET, Directeur médical et de la santé du Corps grand-ducal d'incendie et de secours (CGDIS)

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) ! Le chant permet d'exercer l'intonation, la prosodie (diction), la respiration, le rythme, l'improvisation, ainsi que d'autres facteurs et de les influencer 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 l'une de nos plus belles missions. » Camille Kerger est aussi membre du comité scientifique de Blëtz a.s.b.l.

AOÛT

02.08. : Pétanque



10:00 - 12:00 heures

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

Blëtz a.s.b.l. peut proposer cette activité sportive grâce à l'aimable collaboration de la Commune de Mondorf et au soutien engagé de son club de pétanque.

SEPTEMBRE

06.09. : 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.

26.09. : Que devient le membre supérieur après un AVC?

10:00 – 11:00 heures

Cet exposé tentera de vous éclairer sur les facteurs pronostics, les capacités de récupération, les séquelles éventuelles, mais également sur la grande hétérogénéité et la complexité d'évolution du membre supérieur après un AVC.

Sylvie Jackmut & Ralph Delire, kinésithérapeutes, 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) ! Le chant permet d'exercer l'intonation, la prosodie (diction), la respiration, le rythme, l'improvisation, ainsi que d'autres facteurs et de les influencer 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 l'une de nos plus belles missions. » Camille Kerger est aussi membre du comité scientifique de Blëtz a.s.b.l.

OCTOBRE

03.10. : Les jeunes et l'AVC

10:00 - 12:00 heures

En Allemagne, environ 300 enfants par an sont touchés par un AVC. Au Luxembourg, les chiffres sont inconnus à ce jour. Dès cette année, Blëtzt a.s.b.l. organisera trois groupes pour les concernés : Pour parents et enfants jusqu'à 12 ans, pour jeunes adultes jusqu'à 30 ans, pour adultes jusqu'à 40 ans. Les concernés ont souvent beaucoup de mal à gérer leur vie quotidienne et se posent des questions existentielles. Nous proposons des projets et groupes de soutien.

04.10. : Pétanque



10:00 - 12:00 heures

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

Blëtzt a.s.b.l. peut proposer cette activité sportive grâce à l'aimable collaboration de la Commune de Mondorf et au soutien engagé de son club de pétanque.

25.10. : « Journée mondiale de l'AVC »

16:00 - 19:00 heures

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

De plus amples détails seront communiqués ultérieurement.

NOVEMBRE

28.11. : Après un AVC, il faut bouger pour aller mieux !

10:00 - 11:00 heures

Travail pratique en groupe, prenant en compte les capacités individuelles afin de rester mobile après un AVC.

Que ce soit assis ou debout, on va mouvoir 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.

Bettina Pratt, membre du comité scientifique de Blëtzt a.s.b.l. et Hélène Pirenne (kinésithérapeutes)

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, l'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.

DECEMBRE

12.12. : « 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

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

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

Dr. Michèle Pisani, psychologue diplômée, spéc.neuro.clin., Sophrologue diplômée, 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, l'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.

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

25.01, 29.02, 28.03, 25.04, 30.05,
27.06, 11.07, 26.09, 03.10,
28.11, 12.12.

Conférences

22.04. : Update AVC

17.00-20.00 au CHL, 4, rue Ernest
Barblé, L-1210 Luxembourg

14.05. : 17h00-19h00 au Centre
Hospitalier du Nord : 10, rue Grande-
Duchesse Charlotte, L-9515 Wiltz

25.10. : 16h00-18h00 au Château
de Bettembourg, 13, rue du Château
L-3217 Bettembourg

Assemblée générale

08.02. : 10h00-12h00
au Centre Louis Ganser

Pétanque

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

01.03, 05.04, 03.05, 07.06, 05.07,
02.08, 06.09, 04.10.



Voulez-vous soutenir notre association ?

Devenez membre de BlëtZ 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 annuel cumulé 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 !

Comité de Blëtzt a.s.b.l.

Le Comité se compose de concernés, famille et amis. Chantal Keller (présidente, infarctus du myocarde et AVC), Carina Rogerio (secrétaire du comité, mère/AVC), Nicole Backes-Walesch (trésorière, mari/AVC), Karin Magar-Klein (membre du comité, AVC), Joëlle Halsdorf (membre du comité, AVC), Malou Wagner (membre du comité, amie de Blëtzt), Raoul Klapp (webmaster, famille/AVC)

Secrétariat: Audrey Speitel (assistante de direction)

Comité scientifique de Blëtzt a.s.b.l.

Qu'est-ce un « comité scientifique » ? Le comité scientifique réunit les représentants des associations professionnelles impliqués dans la prise en charge des patients atteints d'un AVC. En tant qu'experts ils valident le matériel d'information mis à disposition par Blëtzt a.s.b.l. Avec leur savoir ils aident à transmettre les projets éducatifs et scientifiques de Blëtzt lors des « Portes Ouvertes ». Comme représentants d'organisations du métier ils ne sont pas éligibles dans le conseil d'administration de Blëtzt a.s.b.l. (à l'exception des experts retraités). Afin de garantir une indépendance des deux parties une collaboration avec Blëtzt a.s.b.l. est strictement consultative et exclut toute relation à leur activité à des fins professionnelles.

Experts pour la neurologie :

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

Experts pour la neurochirurgie : Dr Frank Hertel (CHL), Dr Harald Standhardt (CHL)

Experts pour la neuroradiologie :

Dr Frédéric Mataigne (CHL), Dr Nidhal Ben Achour (CHL)

Expert pour la cardiologie : Dr Jean Beissel (CHL)

Experts pour la médecine de réadaptation : Dr Frédéric Chantraine (Rehazenter), Dr Danielle Ledesch-Camus (CHdN), Dr Yassine Bouhnik (CHEM)

Expertes pour les Stroke Units :

Patrice Lepère (CHL), Nadine Scholtes (CHEM), Gilles Martin (CHdN), Alina Enita (HRS)

Expertes pour l'orthophonie : Myriam Kieffer, Renate Bartolini, Tessy Schitter (Rehazenter), Anne Schmit (CHEM/Esch), Leslie Rein (CHdN), Aline Bernard (HRS)

Expertes pour la neuropsychologie, psychologie et sophrologie :

Dr Anne-Marie Schuller (psychologue, neuropsychologue), Dr Michèle Pisani (psychologue, neuropsychologue, sophrologue), Patricia Santos (neuropsychologue, sophrologue/CHdN), Vannina Pieri (neuropsychologue/CHL), Romaine Birden (psychologue, neuropsychologue, psychothérapeute/CHEM), Alessandra Lops (neuropsychologue/HRS)

Expertes pour la psychomotricité : Tilly Jodocy, Mireille Sarrazin (Rehazenter), Berangere Nichil (CHEM/Dudelange), Manuela Schneider (HRS)

Expertes pour l'ergothérapie :

Dorothea Hemmer, Simone Theis (CHdN), Laurent Beer (Rehazenter)

Experts pour la kinésithérapie : Sylvie Jackmuth, Bettina Pratt, Xavier Masson (Rehazenter), Ralph Delire (CHL), Françoise Schmickrath (CHEM/Esch), Emanuelle Guiges (CHEM/Dudelange), Lena Schmitt (HRS)

Experte pour l'orthoptie : Sophie Antoine (Rehazenter)

Assistantes Sociales :

Yasmine Finck, Monique Gloden, Françoise Schintgen (Rehazenter), Marilyn François (CHEM/Esch), Catherine Jungen (CHEM/Dudelange)

Expertes pour la diététique hospitalière : Monica Teixeira Morais (CHEM), Anne-Liss Borschette (CHdN), Stéphanie Rosquin (CHL), Cynthia Schweich & Brigitte Trommer (HRS)

Musicologue : Camille Kerger

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 perdue fait perdre au patient 1,9 million 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 possibles pour le reconnaître rapidement et sauver ainsi une vie. Act FAST ! (Agissez vite !)

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-t-il ?

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 du début des symptômes
- Antécédents médicaux et traitement actuel

Entretemps :

Dégagez les voies respiratoires !

Évitez toute alimentation solide ou liquide !

Dr Monique Reiff

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 vers une région cérébrale, ou la compression de cette région par du sang, entraîne son dysfonctionnement, ce qui conduit le plus souvent à un déficit clinique brutal.

Les maladies vasculaires cérébrales sont la troisième cause de mortalité et la cause principale de handicap 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.

L'accident ischémique transitoire (AIT) = une alerte

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

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



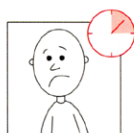
Observez si la bouche est de travers.



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 une 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.

Prof. Dr Dirk W. Droste

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



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

Le film sert à faire connaître les symptômes d'un AVC au grand public afin de pouvoir réagir dans les plus brefs délais. C'est avec un grand enthousiasme que Jang Linster s'est engagé pour la production du film et en a écrit 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. Concernant la musique, les jeunes chanteurs Noël Tani et Mia Conter ont magnifiquement interprété, en coopération avec les musiciens Ab Van Goor et Marty Townsend, les textes écrits par Jang Linster. Voir **www.bletz.lu**

De même, 6 spots, sous la direction de RTL, ont pu être réalisés avec l'aide de Steve Schmidt et Eric Steichen. On y présente des personnes de tout âge et sexe, touchées par un AVC. Le but est de transmettre du courage aux gens. Il faut se battre. Plus de détails sur **www.bletz.lu**

MERCI à RTL et Jang Linster

Présence sur Internet



www.bletz.lu




facebook.com/bletzasbl



linkedin

2016	27.622 visiteurs	331 likes	385 connexions
2017	2.035.986 visiteurs	523 likes	591 connexions
2018	4.320.600 visiteurs	825 likes	832 connexions
2019	4.800.000 visiteurs	961 likes	873 connexions

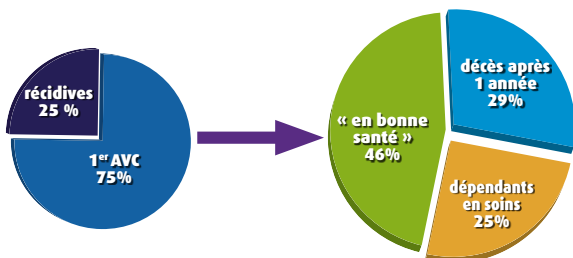
L'accident vasculaire cérébral

- Sous le Haut Patronage de Son Altesse Royale la Grande-Duchesse Héréditaire
- Blëtzt 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)

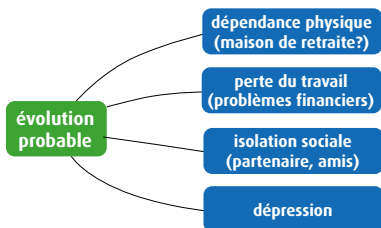
« Stroke Alliance for Europe » a été fondée à Bruxelles en 2004 avec 30 organisations d'AVC européennes comme membres : Allemagne, Autriche, Danemark, Espagne, Finlande, France, Hongrie, Irlande, Israël, Italie, Norvège, Pays-Bas, Royaume-Uni, Slovaquie, Suède. Depuis l'Alliance a été rejointe par la Belgique, la République Tchèque, l'Écosse, la Géorgie, la Pologne, le Portugal, et le Luxembourg.

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

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



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



Un AVC change TOUT, mais la vie CONTINUE

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!

Quelle est la mission de Blëtzt a.s.b.l. ?

L'association a pour but de venir en aide aux personnes victimes d'un accident vasculaire cérébrale (AVC) et à leurs familles et leur entourage durant tous les stades de la maladie.

• Prévention :

Blëtzt a.s.b.l. a su réaliser d'importants progrès en termes de sensibilisation concernant l'AVC. Des conférences et des campagnes réalisées dans les établissements scolaires permettront aux différents groupes d'âges d'identifier les symptômes d'un AVC au plus vite.

• 112 :

Le soutien du Dr Ulbricht et du Dr Droste a permis à Blëtzt a.s.b.l. de créer un lien entre le service de secours 112 (CGDIS) et l'hôpital concerné. Celui-ci sera averti de l'arrivée d'un patient victime d'un AVC, ce qui permettra une prise en charge rapide du patient et sans perdre de temps.

• Certification des « Stroke Units »

Le Luxembourg compte quatre « Stroke Units » : Le **CHL** et l'**HRS** (Luxembourg), le **CHEM** (Esch/Alzette) et le **ChdN** (Ettelbruck). Blëtzt a.s.b.l. a contacté les quatre centres et apprécie les efforts qui y sont accomplis. Un grand merci à la direction, aux médecins, ainsi qu'aux collaborateurs qui prennent en charge les patients victimes d'un AVC. Ils font preuve d'un engagement extraordinaire.

Une « Stroke Unit » est un centre spécialisé dans le traitement de patients ayant été victimes d'un AVC. Des soins et une assistance adaptés augmentent le taux de survie et les chances de pouvoir continuer à vivre chez soi. Le personnel a suivi une formation spéciale. Il a accès à tous les appareils nécessaires. La certification de la « Stroke Unit » garantit des normes de qualité élevées en termes de diagnostic, d'équipement, du personnel et de l'organisation. Ce n'est que par ce biais que les chances de survie après un AVC peuvent augmenter considérablement.

Afin d'obtenir les soins médicaux nécessaires, nous avons besoin du soutien financier du ministère car nous nécessitons une augmentation considérable du nombre de médecins et de collaborateurs. On retrouve la certification des « Stroke Unit » dans le programme législatif.

• Réhabilitation :

Le Luxembourg compte quatre centres de réhabilitation : **Le Rehazenter** (Luxembourg/Kirchberg) – **l'Hôpital Intercommunal** (Steinfort) – **le Centre Hospitalier du Nord** (Wiltz) – **le Centre Hospitalier Emile Mayrisch** (Dudelange).

Les lésions neurologiques peuvent avoir différentes conséquences : paralysies, aphasies, troubles de la déglutition ou troubles de la sensibilité.

Nous entretenons d'excellentes relations avec ces centres et nous leur offrons notre collaboration.

Chacun a droit à une prise en charge adéquate !

- **Post-traitement :**

Il y a une vie avant et une vie après l'AVC. Elle ne reste jamais sans conséquences.

Après un an de traitement, on met fin à la réhabilitation. Reste un traitement hebdomadaire en kinésithérapie ou en orthophonie. Les consultations psychologiques, ergothérapeutiques ne sont pas remboursées par les caisses de maladie. ET ENSUITE ?

Un suivi médical INTENSIF, pendant 3-6 semaines : 6 heures de thérapie par jour pour les concernés et une prise en charge psychologique pour les enfants et les familles serait une innovation et ne constituerait aucune concurrence envers les institutions privées.

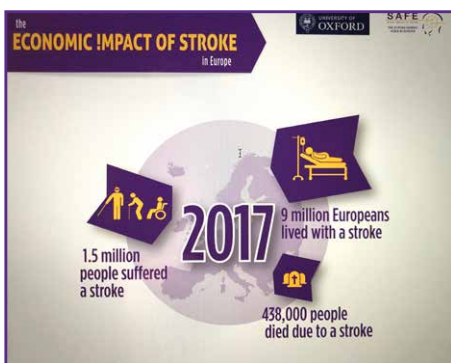
Ce suivi servirait essentiellement à compléter la thérapie après un AVC. Ce centre de post-traitement figure dans le programme législatif.

Une vie sauvée mérite d'être vécue. Reprendre pied dans la vie professionnelle est même envisageable.

- **S.A.F.E. :**

Blëtz a.s.b.l. est membre de S.A.F.E. (Stroke Alliance for Europe) depuis 2016 et profite ainsi d'un droit de codécision sur tous les sujets importants en termes d'accidents vasculaires cérébraux. Nous nous engageons pour une baisse du nombre d'AVC et pour la meilleure thérapie possible pour les concernés, avec l'aide de 33 pays européens. Nous participons régulièrement avec la présidente de Blëtz a.s.b.l., Chantal Keller et avec la neurologue, Dr Monique Reiff (CHL) à des colloques scientifiques et à des réunions internationales afin de rester informés quant aux dernières évolutions de la recherche.

L'association est neutre d'un point de vue idéologique, politique et confessionnel.



Chaque lundi, BLËTZ vous offre l'opportunité de prendre rendez-vous de 10.00 à 12.00 heures pour vous écouter et vous conseiller. Contactez-nous à info@bletz.lu au 26 51 35 51 ou au 621 88 00 88

Objectifs pour le futur :

Soutien

Prévention

• • Centre de traitement



Recherche



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. Hélas, c'est aussi le cas au Luxembourg. Le suivi médical INTENSIF ne concurrence pas les institutions privées, mais il complète essentiellement la thérapie suivant un AVC.

AVC → hôpital



phase aiguë → centre de réadaptation



• • • centre de post-traitement ?

Après la thérapie visant à combattre les séquelles 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
- gestion 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 qui s'occupent du patient
- formation continue

Afin de pallier un manque de dispositifs de prise en charge ambulatoire et de garantir une aide adéquate et durable pour les patients au Luxembourg, Blëtzt a.s.b.l. s'efforce d'obtenir l'établissement d'un centre de thérapie neurologique ambulante ou stationnaire pour le traitement à long terme. Celui-ci pourrait enfin répondre aux besoins des patients victimes d'un AVC.

Actuellement, nous en savons plus sur la plasticité neuronale - soit la variabilité des connexions neuronales au niveau du système nerveux. Après un AVC, les cellules nerveuses restées intactes peuvent former 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 du langage, troubles visuels, diminution des fonctions cognitives, troubles psychiques). Grâce à un travail acharné, on peut obtenir des progrès, même des années après l'AVC. Chaque petit pas vers l'autonomie compte énormément pour le patient. Le soutien psychologique et une motivation permanente sont également deux facteurs non négligeables.

Grâce au savoir acquis en termes de plasticité neuronale, chaque patient victime d'un AVC peut bénéficier d'une thérapie adéquate, répartie sur plusieurs années.

« Une vie sauvée mérite d'être vécue. »

Plan d'action AVC pour l'Europe 2018-2030

En 2017, L'Alliance européenne contre l'AVC (Stroke Alliance for Europe - SAFE), en coopération avec l'Organisation européenne de l'AVC (European Stroke Organisation - ESO), a entrepris une synthèse complète de l'AVC et de sa prise en charge en Europe. Le rapport „Le fardeau de l'AVC en Europe“ a révélé des disparités choquantes entre les pays et à l'intérieur de ceux-ci, tout au long du parcours de soins de l'AVC, le suivi post-AVC étant négligé par tous les pays.

Le rapport montre qu'entre 2015 et 2035, le nombre d'AVC devrait augmenter de 34% en raison du vieillissement de la population et qu'en Europe, le nombre de survivants d'un AVC devrait augmenter d'un million pour atteindre le chiffre de 4 631 050 personnes.

La bonne nouvelle, c'est que l'AVC est une maladie souvent évitable, traitable et guérissable!

OBJECTIFS GLOBAUX POUR 2030

- Réduire de 10% le nombre absolu d'AVC en Europe
- Traiter au moins 90% des patients victimes d'AVC en Europe au sein d'une unité dédiée de prise en charge des AVC constituant le premier niveau de soins (Stroke unités)
- Établir des plans nationaux de prise en charge de l'AVC qui englobent toute la chaîne de soins, de la prévention primaire à la vie après l'AVC
- Mettre pleinement en oeuvre des stratégies nationales d'interventions de santé publique pluridisciplinaires destinées à promouvoir et favoriser l'adoption d'un mode de vie sain, et à réduire les facteurs socioéconomiques, éducatifs et environnementaux, (y compris la pollution atmosphérique), qui augmentent le risque de l'AVC.

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 Blütz 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 Blütz a.s.b.l.

Voulez-vous soutenir notre association?

Devenez membre de Blütz 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 annuel cumulé de 120 euros.

CCPL LU84 1111 7009 1792 0000

Voici un livre que j'ai plaisir à vous recommander : « Il faut être un battant - vivre après un AVC » de Chantal Keller. L'ouvrage nous présente les témoignages de 24 personnes qui ont subi un accident vasculaire cérébral et 24 personnes partenaires à un moment de leur vie. Des personnes de tous les âges, nationalités et extractions sociales, qui racontent en toute franchise comment leur monde a basculé d'un moment à l'autre, mais aussi comment, après la phase la plus aiguë, elles ont pu se reconstruire et retrouver une activité quotidienne et une certaine sérénité d'esquivalents, mais la principale est certainement la sincérité et les accents de vécu qui émanent de chaque récit individuel. On n'est pas dans le tire-larmes ni la dramatisation, mais dans l'énoncé des faits et l'histoire d'une renaissance. Un autre aspect très intéressant est le fait d'inclure les points de vue des proches, conjoints, enfants, frères. Comment la famille et l'entourage ont-ils ressenti cette expérience, apporté un soutien, aidé à garder le cap...

Chantal Keller, auteur du livre et présidente de l'Asbl Blëtz, a été atteinte elle-même d'un AVC, ce qui explique le tact avec lequel elle aborde le sujet. A travers cette publication, Chantal poursuit un objectif simple : informer et encourager les personnes ayant subi un AVC aussi bien que leurs proches. Le message est positif : il faut vous battre, faire preuve de volonté et de caractère, mais vous pouvez retrouver une vie et une place dans la société.

Le livre est illustré par des images réalisées par Raymond Clement et Caroline Martin: simples et lumineux, les portraits photographiques sont en adéquation parfaite avec la clarté du contenu. Ils représentent les individus de façon honnête et belle.

Comme les AVC ne font aucune discrimination parmi les victimes, ces dernières proviennent de tous les horizons possibles. Pour cette raison, Chantal Keller a tenu à ce que les expériences soient présentées dans les quatre langues les plus courantes dans le pays : allemand, français, portugais et anglais.

Enfin, le livre est complété par 26 articles d'information - d'une part, des professeurs en médecine expliquent en détail la signification d'un accident vasculaire cérébral, et d'autre part, des responsables de différentes organisations en relation avec le traitement des AVC renseignent sur les possibilités de réhabilitation des patients et de soutien aux membres de leurs familles.

Paulo Lobo, Journaliste/Photographe Magazin/ LuxE