

France

AVC  
21

Association  
d'Aide aux Patients Atteints  
d'Accidents Vasculaires Cérébraux

# Le Vaisseau

Décembre 2024

N°42



## LE MOT DU PRESIDENT

Chères adhérentes, chers adhérents de notre association France A V C 21

Chères lectrices, chers lecteurs de notre journal **'Le VAISSEAU'**

La dernière page de notre calendrier 2024 est ouverte et va, très bientôt, se refermer et nous allons, très prochainement, mettre un nouvel agenda en service, celui de l'exercice :

2025

Simultanément, c'est aussi la période où chacun d'entre nous échangeons des souhaits divers avec nos proches, nos amis, les voisins....

Je ne manquerai pas à cette habitude, mais bien au-delà des us et coutumes permettez-moi de présenter **mes vœux les plus sincères et les plus chaleureux !**

Président de notre association France AVC 21 (Accidents vasculaires cérébraux de Côte d'Or) tournée vers la santé, la prévention, je priorise mes vœux en vous souhaitant une très belle santé pour vous même et vos proches.

Au-delà de cette formule consacrée, n'ignorons pas que la santé est un bien précieux dont nous ne mesurons pas toujours l'importance sauf, bien sûr, lorsqu'elle nous fait

défaut.

Cette santé individuelle est fragile, il est donc impératif d'en prendre soin et d'éviter de la malmener. Vieillir en bonne santé ce sont des actions quotidiennes à s'appliquer dès le plus jeune âge et à tout âge. Protéger notre capital santé est essentiel. Bien des causes extérieures, sans action de notre part, viennent la soumettre à rude épreuve n'en rajoutons pas en nous refusant d'appliquer les règles essentielles d'une vie saine, bien dosée, afin de profiter pleinement de tous les instants de la vie.

Ci-après, vous trouverez les ingrédients d'une  
**EXCELLENTE ANNÉE**

- \* Versez une grosse louche de **BONNE SANTE**
- \* Une cuillerée à soupe de **BONHEUR**
- \* Une bonne pincée de **PROSPERITE**
- \* Et un soupçon d'**HUMOUR**



Belle et bonne année à Vous Toutes et Vous tous ainsi qu'à Vos Proches

ALAIN



Que risque un sapin de Noël s'il arrive en retard.....de se faire enguirlander....

Le N°41 de notre journal « LE VAISSEAU » est sorti très récemment et vous avez pu le feuilleter ces jours derniers.

Ce présent numéro, le 42 (oui, oui, déjà...) est, finalement, un numéro de transition entre les deux exercices 2024 et 2025 et vous y trouverez donc un bilan sommaire de l'exercice 2024 et les prévisions de 2025 quant aux activités tournées vers nos adhérents actuels et futurs.

### EXERCICE 2024 : BILAN SOMMAIRE DE NOS ACTIVITÉS INFORMATION/PRÉVENTION

- **Stands** : 17 journées de stand pour un accueil de plus de 1 100 personnes. A noter, une journée en présence du personnel infirmier de l'USINV (Unité de Soins Intensifs Neuro Vasculaires) dont la cadre infirmière d'une médecin urgentiste et d'un neurologue. Prise de tension, du taux de glycémie et de cholestérol (HDL) auprès de 72 personnes et remise d'un document pour le médecin traitant des personnes au vue des résultats. France AVC 21 adresse ses plus vifs remerciements à tous ce personnel pour cette belle initiative !

- **Présentations de l'AVC** dans divers lieux et envers divers publics : 21 Présentations pour une présence de 560 personnes dont 50 étudiants et 200 élèves de collège.

A noter, une présentation traduite en langage des signes lors de la 'Nuit du Handicap'.

- **Réunions 'Grand Public'** animées par Katja Hardenberg Médecin Urgentiste et Animatrice du Réseau AVC sur toute la Bourgogne et le Sud Haute Marne : 6 réunions pour une présence de 260 personnes dont 30 étudiants et 50 élèves de terminales.

Pour ces trois activités tournées vers l'Information/Prévention, un total, 44 actions pour un public divers (Collégiens, Lycéens, Étudiants, Adultes, Seniors) en présence de quasiment 2000 personnes.

*Le chat de mon voisin, le jour de Noël est tombé dans un pot de peinture. Pas grave m'a-t-il dit cela me fait deux 'chats peints' !!!!!*



## EXERCICE 2024 : BILAN SOMMAIRE DE NOS ACTIVITÉS TOURNÉES VERS LES PATIENTS, AIDANTS ET ADHÉRENTS

- **Réunions 'Non à l'AVC'** : 6 réunions tenues sur 10 programmées (Annulations du fait des travaux à la maison des Associations et des dates communes avec d'autres activités).

- **Permanences au Centre DIVIO** : 12 permanences tenues sur les 12 programmées.

- **Permanences au CHU de Dijon** : 7 sur 11 programmées dont 2 remplacées par une présence toute la journée avec un stand (Journée sans tabac et journée mondiale de l'AVC).



Mon premier est une consonne

Mon second est une note de  
musique

Mon tout s'offre à Noël

(Un cadeau : K do)

## EXERCICE 2024 : BILAN DES ACTIVITÉS PROPOSÉES AUX ADHÉRENTS (PATIENTS ET AIDANTS) :

- **Groupes de parole** : Le groupe n° 6 s'est tenu durant cet exercice suivi du n° 7 qui démarre dès ce mois de décembre. Merci Dominique pour l'organisation de ces groupes.

- **APA (Activité Physique Adaptée)** : Les deux séances collectives hebdomadaires (sauf vacances scolaires) ont été suivies par 20 à 25 personnes suivant les obligations, le niveau de santé de chacun. Deux personnes suivent ces séances individuellement à domicile.

- **Séances de Shiatsu** : Nouveau pour cet exercice 2024. Deux cycles de 6 séances pour 6 groupes de 3 personnes ont été ouvertes pour une participation totale de 36 personnes pour ces 2 cycles. Vif succès rencontré pour ces séances.

*Merci à RESEDA pour l'aide apportée dans la recherche des financements afin de pouvoir maintenir et faire progresser ces actions et bien sûr, merci à l'ARS Bourgogne France Comté qui assure, en grande partie, ce financement.*



## EXERCICE 2024 : BILAN DES ACTIVITÉS CARITATIVES ET MÉDIATIQUES :

A noter pour cet exercice 2024 le **Concert caritatif** offert par le **Club INNER WHEEL** en collaboration très étroite avec le **ROTARY CLUB DIJON TOISON d'OR** le 21 avril 2024 au couvent des Cordeliers à DIJON. Madame Catherine TROTTMANN (Soprano) et son pianiste Karolos ZOUGANELIS ont enchanté, par leur prestation de très haut niveau, les quelques 250 personnes présentes.

N'oublions pas que la totalité de la recette de ce concert a fait l'objet d'un don à notre association France AVC 21 d'un montant de 6 000 €. Nous ne pouvons qu'être admiratif du travail accompli par la présidente du Club INNER WHEEL et de ses membres pour le travail accompli pour finaliser un tel événement et nous leur adressons, à nouveau, nos plus vifs remerciements pour avoir choisi France AVC 21 et ses actions pour la finalité de cette action caritative.

Ce concert nous a permis également de parler de notre association tant à **RCF** (Radio Chrétienne Française en Bourgogne) qu'à **France Bleue Bourgogne** pour une durée globale de plus de 50 minutes.



Lors de la remise du don, un encart d'une demi page a également été publié dans le journal l' **HEBDO**.

Mon premier est une plante  
que l'on cueille souvent à Noël  
Mon second est un préfixe qui  
indique la répétition  
Mon troisième veut dire pays  
en anglais

(guirlande : qui se lève)

### Autres opérations médiatiques durant cet exercice 2024 :

Trois émissions d'une durée unitaire de 12 minutes ont été diffusées sur RCF Bourgogne dans le programme 'SANTÉ +'. Ces trois émissions font partie d'une série de 10 émissions de 12 minutes chacune (7 seront diffusées en 2025). Émissions consacrées en totalité à l'AVC en abordant toutes les phases de l'AVC (Avant, Pendant, Après). Elles sont animées par KATJA HARDENBERG et moi-même sans intervention d'un journaliste. Merci KATJA, c'est un énorme travail de préparation afin de tenir dans le format de 12 minutes et d'aborder la totalité de ce sujet de façon simple, compréhensible et pour l'auditeur d'avoir envie d'écouter la suivante... c'est en 10 épisodes... chacun étant espacé d'un mois... Ils sont disponibles à l'écoute sur <https://www.rcf.fr/bien-etre-et-psychologie/sante>

## JOURNEE MONDIALE DE LUTTE CONTRE LES AVC

Pour cet exercice 2024 et afin de marquer fortement la **Journée Mondiale de lutte contre les AVC** du 29 octobre de chaque année, plusieurs opérations ont été menées :

1) **Affichage dans la moitié du parc (60 véhicules) des bus urbains** de la métropole de Dijon durant la semaine du 21 au 27 octobre 2024. Cet affichage reprenait l'ensemble de notre marque page AVC et AIT

2) Mention du **stand au CHU le 29/10/2024** (Voir rubrique 'Stands') sur les journaux lumineux de la Ville de Dijon durant 4 journées

Merci à la métropole de Dijon et à la ville pour ces deux opérations relatives à nos actions.

3) Distribution de **30 000 sacs à baguettes** dans 3 boulangeries dijonnaises. Distribution réalisée, selon les boulangeries entre le 28 septembre et le 20 décembre 2024. 10 000 sacs étaient consacrés au 'RISKOMETRE' et 20 000 faisaient mention de notre marque page AVC et AIT (Symptômes et appel au 15)

4) Dans le **journal l'HEBDO**, deux pages consacrées à l' AVC via des interviews de Mr le Professeur BEJOT Chef du service de neurologie au CHU de Dijon , de Mr le Docteur OSSEBY (Responsable de l'USINV du Chu de Dijon) et du président de France AVC 21.



## EXERCICE 2025 : PRÉVISIONS D'ACTIVITÉS

**Information/Prévention** : des contacts divers sont déjà pris pour la tenue de stands, des interventions de présentation de l'AVC, des demandes pour des réunions 'Grand Public' sont en cours.

6 émissions de 12 minutes chacune sont programmées à RCF en Bourgogne.

Demande d'affichage dans les bus urbains de la métropole en cours.

### Activités tournées vers nos adhérents :

Poursuite de l'A P A et préparation du cycle 3 des séances de Shiatsu et demande du financement 2025 pour ces deux activités en cours, réponse attendue en début d'exercice 2025

Le 7ème groupe de parole commencé en décembre 2024 verra sa poursuite jusqu'en mai 2025.  
Préparation d'un 8ème groupe en fin d'exercice 2025.

Quant à nos réunions 'Non à l'AVC' et les permanences tant à DIVIO qu'au CHU, les calendriers sont établis.

Le calendrier des réunions 'NON à L'AVC' sera envoyé conjointement à ce journal.

A noter que ces réunions ne seront plus mensuelles mais au nombre de 7 au lieu des 10 habituellement prévues du fait des travaux à la maison des associations ainsi que de la baisse des adhérents présents.

Celle du mois d'AVRIL sera réservée à la tenue de notre Assemblée Générale. Cette dernière ne pourra se tenir à la Maison des Associations du fait des travaux et du manque temporairement de salle suffisamment grande. Une recherche de salle est en cours. Vous en serez informé en temps voulu.

Mon premier se trace souvent  
avec un crayon et un erègel

Mon second veut dire non en  
anglais

Mon tout transporte le père  
Noël

(Traiveau : Trait no)



## DECES

Rubrique malheureusement trop présente dans les numéros successifs de notre journal :

Décès de **EMMANUELLE ALIBERT** survenu le 13 novembre 2024 à l'âge de 55 Ans.

Emmanuelle était la fille de Madame et Monsieur ALIBERT adhérents à notre association et très présents au sein de nos activités.

A cette famille, nous réitérons nos plus sincères condoléances et partageons leur peine pour ce moment difficile.

## LE VAISSEAU 42

Ont participé :  
Hélène, Alain, Alex...

[associationfranceavc21@gmail.com](mailto:associationfranceavc21@gmail.com)

06 62 69 83 11

Continuez à prendre soin de VOUS et des AUTRES

**BONNES FÊTES DE FIN D'ANNEE**

**NOS VOEUX LES MEILLEURS POUR 2024**

*Toute reproduction est autorisée et encouragée, voire recommandée*

***Ne pas hésiter à diffuser ce journal autour de vous.***

***Nous vous en remercions par avance***