La Lettre d'information de

Association d'aide aux victimes d'Accident Vasculaire Cérébral

N°10 décembre 2025

France AVC Île-de-France

Madame, Monsieur, Chers adhérents

J'ai le plaisir de vous adresser ce nouveau numéro de la lettre d'information de France AVC Île-de-France.

Merci à vous tous qui, par vos adhésions et vos dons, nous aidez à concrétiser nos actions de prévention et d'accompagnement des patients et des aidants, actions qui sont de plus en plus nombreuses. **Pour ceux qui auraient oublié de verser leur cotisation 2025, c'est encore possible,** et ce jusqu'au 31 décembre en cliquant sur ce lien ADHESIONS 2025, ou par chèque adressé à l'association.

Pour œuvrer ensemble à la divulgation du message : AVC, le 15 ! Agissez dès aujourd'hui en faisant un don Vite le 15 pour sauver une vie **et soutenez notre campagne. Merci**

Noter la date de la prochaine Assemblée Générale et du 23ème rendez-vous de France AVC Ile-de-France, auxquels vous êtes tous conviés : le **jeudi 9 avril 2026** après-midi au GHU Sainte-Anne.

En vous souhaitant de très belles fêtes de fin d'année.

France Woimant, présidente de l'association France AVC Île-de-France

La voix de l'association pour ouvrir d'autres voies aux patients

Nous vous annoncions notre volonté de porter la voix du patient auprès des tutelles au printemps dernier…

Ce que nous avons fait !

- Nous avons présenté les conclusions de notre enquête sur la reprise automobile au congrès de la Société Française Neuro Vasculaire (SFNV). Elles ont suscité l'intérêt de l'ARS Île-de-France et de la CRAMIF qui ont pris en compte les obstacles rencontrés par les patients et nous ont proposé leur collaboration à l'amélioration de l'accession au permis de conduire !
- Dans le même temps, nous avons été invités à participer à une commission d'enquête sur l'état de la situation de la prise en charge de l'AVC, menée par la Cour des Comptes et dont le rapport vient d'être rendu publique ! Vous trouverez dans notre prochaine Gazette un article sur les perspectives suggérées…
- Notre présidente a appelé sur les ondes et lors de la SFNV, auprès de David Causse, conseiller référendaire en charge du rapport de la Cour des Comptes à une campagne **grand public** télévisée, expliquant quels sont les premiers signes de l'AVC et l'urgence de l'appel au 15 parce que chaque minute compte. Ses propos ont été repris par l'agence de presse médicale.

Ainsi, France AVC IdF s'inscrit dans un processus consultatif qui lui permet d'être force de proposition pour contribuer à l'amélioration du parcours post AVC ; il nous semble que c'est bien là l'accomplissement de notre mission d'association de patients !

La reprise du sport après un AVC, Une journée dédiée au GHU Sainte Anne – Paris



Reprendre une activité physique après un AVC permet non seulement d'améliorer le contrôle des facteurs de risque vasculaire et de diminuer les récidives d'AVC, mais aussi de favoriser la récupération fonctionnelle, l'autonomie, la cognition, la qualité de vie, le lien social et la santé mentale (anxiété, dépression) …

Le 16 Octobre 2025, dans le cadre d'un partenariat avec la Fédération Handisport d'Ile de France et le GHU Sainte Anne, les bénévoles ont animé de nombreux ateliers afin de montrer aux participants venus en nombre (patients AVC, aidants, professionnels) que la reprise du sport est possible après un AVC.



Parmi les ateliers : la boccia, le basket, le ping-pong, le tennis, la danse, la boxe adaptée, le show-down …

Et le champion de France de fleuret, Thomas Tadjan nous a fait l'honneur d'animer l'atelier escrime. Depuis quelques jours, Thomas est vice-champion du monde de fleuret par équipe. Bravo Thomas !

Pour retrouver l'évènement, suivez ce lien Sport et AVC de retour au GHU Paris Sainte-Anne

De nouveaux groupes de parole en 2026, soutenus par la CRAMIF

Les groupes de parole, de rencontre et les ateliers proposés aux personnes victimes d'AVC et aux aidants continuent à se développer. Les participants sont de plus en plus nombreux.

Trois nouveaux groupes de parole pour ce premier semestre 2026 :

- En visio, pour les jeunes patients AVC animé par Naomie Lévy-Melville, neuropsychologue.
- A l'Institut de Réadaptation de Romainville (93) animé par Sibylle Guemon, Aude Moland et Mélina Arénate, neuropsychologues.
- Au Perreux (94) animé par Patricia Darracq, patiente partenaire.

Durant le premier semestre 2026, nous serons présents, en Île-de-France sur 16 sites et ce sont 135 groupes qui se réuniront en présentiel. S'ajoutent dix groupes en visio pour les parents d'enfants AVC et pour les jeunes patients.

Ces groupes sont animés par des bénévoles, des patientes partenaires, et des professionnels. Merci à eux pour leur engagement.

Plus d'informations sur les dates de ces groupes sur le site internet de France AVC IdF

De nouvelles fiches pour les patients et les aidants

Ces nouvelles fiches portent à14 le nombre de fiches téléchargeables sur le site France AVC IdF. Ces fiches destinées aux patients le sont également aux aidants qui trouveront pour chaque thème abordé quelques suggestions pour faciliter leur accompagnement. Elles ont rencontré un franc succès auprès des professionnels qui les distribuent en nombre aux patients.



- Vivre après un AVC : quand la vie intime reprend ses droits
- Vivre avec la spasticité après l'AVC
- Auto-rééducation après l'AVC et progresser dans toutes les activités quotidiennes

Nous sommes de plus en plus présents sur les réseaux sociaux.

Rejoignez-nous pour faire vivre notre initiative et vous tenir informer, dans l'instant, de nos actions

Si cette lettre vous a été transférée, et que vous souhaitez recevoir directement nos prochaines informations faites-en la demande par mail : france-avc.idf@wanadoo.fr

Conformément à la réglementation relative à la protection des données à caractère personnel, vous disposez d'un droit d'accès, de rectification, de limitation, de suppression ou d'opposition à l'utilisation des données personnelles qui vous concernent. Pour ce faire vous pouvez envoyer un message à : france-avc.idf@wanadoo.fr.

France AVC Île -de-France
5 place du Colonel Fabien 75010 Paris
Tél : 07 87 07 40 69