



Invitation presse

Nîmes, le 15 octobre 2026

« Reprendre sa vie après un AVC »

Le CHU de Nîmes mobilisé pour la Journée mondiale de l'AVC

Jeudi 29 octobre 2026 – de 11h à 14h - CHU de Nîmes, site de Carémeau

À l'occasion de la Journée mondiale de l'AVC, le CHU de Nîmes organise, le 29 octobre 2026, une journée d'information et de sensibilisation consacrée à l'après-AVC, autour de la thématique « Reprendre sa vie après un AVC ».

Cette journée mettra en lumière les facteurs de risques qui peuvent entraîner un AVC et les professionnels présents vous donneront des conseils de prévention.

L'après-AVC : un enjeu majeur de santé publique

L'accident vasculaire cérébral (AVC) fait une victime toutes les quatre minutes en France soit environ **140 000 personnes chaque année**. L'AVC demeure la première cause de handicap acquis chez l'adulte, la deuxième cause de démence et la troisième cause de décès. 75% des AVC touchent des personnes de plus de 65 ans.



Au-delà de l'urgence médicale et de la prise en charge initiale, l'AVC peut entraîner des séquelles durables touchant notamment la mobilité, la parole, les capacités cognitives et l'autonomie dans la vie quotidienne.

Au programme : comprendre l'AVC, agir pour le prévenir

De 11h à 14h, les équipes du CHU de Nîmes et les associations partenaires accueilleront le public autour de **stands et d'ateliers interactifs** consacrés à l'accident vasculaire cérébral (AVC). Tout au long de cette journée, des temps d'information et d'échange permettront de mieux reconnaître les signes d'alerte, d'identifier les principaux facteurs de risque et de découvrir les gestes du quotidien qui contribuent à prévenir l'AVC et à mieux vivre après celui-ci.

Reconnaître les signes de l'AVC : chaque minute compte

Avec un assistant de régulation médicale du SAMU, un médecin urgentiste et un infirmier des urgences.

Comment reconnaître un AVC et quelle conduite adopter ? Ce temps d'information permettra d'identifier les principaux signes d'alerte et de rappeler l'importance d'appeler immédiatement les secours.

Alimentation et activité physique : des alliées pour la santé

Avec une diététicienne de l'Unité d'Évaluation, de Réentraînement et d'Orientation Sociale et Professionnelle (UEROS APSH30).

Une alimentation équilibrée et une activité physique régulière contribuent à préserver sa santé et à réduire certains facteurs de risque de l'AVC. Des conseils concrets pour intégrer ces habitudes au quotidien.

Contacts presse

Michaël VIDEMENT – Directeur de la Communication et des Affaires culturelles
06 61 43 28 12 / michael.videment@chu-nimes.fr

Direction de la Communication et des Affaires culturelles
04 66 68 33 04 / direction.communication@chu-nimes.fr

Fibrillation auriculaire : dépister pour mieux prévenir

Avec un infirmier du service de cardiologie.

Certains troubles du rythme cardiaque, comme la fibrillation auriculaire, augmentent le risque d'AVC. Ce stand permettra de mieux comprendre ce trouble et l'intérêt de son dépistage.

Santé vasculaire : mieux connaître ses artères

Avec un médecin vasculaire.

Le Doppler permet d'explorer la circulation sanguine et de rechercher certaines anomalies des artères. L'occasion de mieux comprendre l'athérome, son rôle dans la survenue de certains AVC et les moyens de prévention.

Après un AVC : retrouver ses repères et avancer

Avec l'association Entraide et Solidarité et des patients experts.

Vivre après un AVC implique parfois de réorganiser son quotidien. Les échanges avec les personnes concernées permettront de partager des expériences, de mieux connaître les ressources disponibles et d'aborder les étapes du retour à la vie quotidienne.

Hypertension artérielle : surveiller sa tension au quotidien

Avec une infirmière des soins intensifs de neurologie.

L'hypertension artérielle est un facteur de risque majeur de l'AVC. Apprendre à mesurer correctement sa tension à domicile, comprendre les valeurs obtenues et savoir quand demander conseil sont autant de clés pour mieux la contrôler.

Tabac, alcool et AVC : agir sur les facteurs de risque

Avec une infirmière de l'Équipe de liaison et de soins en addictologie (ELSA).

Le tabac et une consommation excessive d'alcool peuvent augmenter le risque d'AVC. Ce temps d'échange présentera des pistes pour réduire ces risques et les possibilités d'accompagnement vers un changement des habitudes de consommation.

Diabète : dépister pour prévenir les complications

Avec des infirmières en pratique avancée.

Le diabète augmente le risque cardiovasculaire, notamment celui d'AVC. Ce stand permettra de mieux comprendre ce lien, de s'informer sur le dépistage et de rappeler l'importance d'un suivi adapté.

Traitements médicamenteux : comprendre pour mieux suivre

Avec un pharmacien.

Le bon usage des médicaments et la régularité des prises jouent un rôle essentiel dans la prévention de l'AVC et de ses récives. Des conseils pratiques permettront d'aborder l'observance des traitements, la prévention des effets indésirables et les questions à poser à son pharmacien.

Retrouver progressivement autonomie et qualité de vie

Cette journée sera également l'occasion de rappeler qu'**après un AVC, un nouveau quotidien est possible**. Avec un accompagnement adapté, une réadaptation personnalisée et le soutien des professionnels, des associations et des proches, les patients peuvent progressivement retrouver leurs repères, leurs activités et leur autonomie.

Une mobilisation du CHU de Nîmes

À travers cette journée, le **CHU de Nîmes réaffirme son engagement aux côtés des patients et de leurs proches**, avant, pendant et après l'AVC.

Contacts presse

Michaël VIDEMENT – Directeur de la Communication et des Affaires culturelles
06 61 43 28 12 / michael.videment@chu-nimes.fr

Direction de la Communication et des Affaires culturelles
04 66 68 33 04 / direction.communication@chu-nimes.fr

« Selon l'Organisation mondiale de la Santé, l'AVC était en 2021 la troisième cause de décès et de handicap dans le monde, avec 11,9 millions de nouveaux cas. Ces chiffres soulignent l'importance de la prévention et de l'accompagnement après l'AVC. Rééducation, réadaptation et suivi sont essentiels pour favoriser l'autonomie et la reprise de la vie quotidienne. Le temps, c'est du neurone ! »

Dr Anne Wacongne

Neurologue, responsable de l'USINV et de la consultation post-AVC, CHU de Nîmes

Informations pratiques

Journée mondiale de l'AVC – « Reprendre sa vie après un AVC »

Jeudi 29 octobre 2026

De 11h à 14h

CHU de Nîmes – Carémeau – Hall central

Stands et ateliers ouverts au public

Plus d'infos : chu-nimes.fr

Contacts presse

Michaël VIDEMENT – Directeur de la Communication et des Affaires culturelles

06 61 43 28 12 / michael.videment@chu-nimes.fr

Direction de la Communication et des Affaires culturelles

04 66 68 33 04 / direction.communication@chu-nimes.fr