

GROUPE
DES APHASIQUES
du MAINE



La gazette des aphasiques du Maine

Année 2019- N° 65

trimestriel : Avril Mai Juin

Prix : 1 euro

Abonnement annuel : 4 euros

Tirage : 70 exemplaires

Notre site :

<http://bagary.chez.com/GAM72.html>

Notre page Facebook :

Gam Dumaine

Bonnes
vacances
d'été



LE MOT DU PRESIDENT



Nous avons eu plein d'activités en ce second trimestriel. Nous avons poursuivi nos activités hebdomadaires à notre local : Jeux, Gym Douce, Informatique, Aquagym, Chorale, Activités manuelles et Bibliothèque.

Xavier QUILLET et moi sommes intervenus le jeudi 28 mars 2019 à l'institut de formation en soins infirmiers à l'hôpital du Mans de 9h30 à 11h pour témoigner de l'aphasie.

La semaine des 20 ans de notre groupe du mardi 23 au vendredi 26 avril 2019 avec exposition de photos et de gazettes de ces vingt dernières années, s'est bien passée. Le mardi, nous avons eu l'intervention de Madame FOURNIER : « accidents liés aux médicaments » et les créations en ligne du Dossier Médical Partagé aux personnes présentes. Le vendredi, après la chorale et le repas, nous avons eu l'après-midi festive : gâteaux d'anniversaire des 20 ans du GAM avec la présence de Madame Marietta KARAMANLI. Les deux gâteaux étaient délicieux et nous étions nombreux avec une chaleureuse ambiance.

Le dimanche 8 mai, comme l'année dernière, notre groupe a participé au Bric à Brac d'ARNAGE. L'organisatrice était Christine AGEORGES, aidée de nos adhérents. Malgré une pluie gênante au montage des stands, il a fait beau à partir du 10 h. La recette a été correcte.

Notre sortie du vendredi 10 mai au château de Cheverny s'est bien passée. Nous étions 28 participants. Nous avons eu un temps convenable. Nous nous sommes bien régalez au restaurant « Orangerie ». Nous avons visité l'exposition de Tintin : « Les secrets de Moulin-sart » puis eu la visite guidée du château. Tout le monde était content.

Nous irons au centre de l'Arche le lundi 17 juin pour le concert à 16 h suivi de la réunion : « Thérapeutes, Patients et notre groupe » vers 17 h. Le lundi 24 juin 2019, nous irons au centre Gallouédec à Parigné l'Evêque, donner un concert à 14h30.

Nous vous invitons à venir à notre pique-nique le dimanche 23 juin à midi au Lac de la Gèmerie à Arnage. Nous vous attendons dans la salle. L'apéritif est offert ! Venez nombreux.

Informations sur la réunion du conseil d'administration du mercredi 24 avril 2019 à 18h30

Nous avons parlé de ce que nous avons fait depuis notre assemblée générale jusqu'à ce jour du mercredi 24 avril 2019.

Notre trésorière, Maryline DESOMBRE, a fait le point sur la comptabilité :

Le compte d'exploitation édité le 24/04/2019 fait apparaître un bénéfice de 220.89 €

Côté recettes, nous avons enregistré les cotisations des adhérents ces derniers mois et nous en recevons encore. Nous avons reçu la subvention de 400 euros demandée au Crédit Agricole. Les autres subventions sont en cours de traitement.

Les participations Aquagym, Gym douce et Chorale de mars sont élevées.

Côté dépenses, nous avons payé la cotisation de la FNAF de 337 € l'assurance SMACL 200 €. Les autres dépenses Aquagym, gym douce et Chorale sont les factures mensuelles de Déborah et Marie Thérèse

Les avoirs bancaires actuellement sont :

Compte LIVRET 4854.99 €

Compte BANCAIRE 2916.38 €

Les réunions à l'hôpital et dans les deux Centres de Rééducation : « Thérapeutes, Patients et notre Groupe »

Pour l'hôpital, le Président passe tous les trimestres, au service de neurologique au Fontenoy, apporter au Docteur LEGOUT et aux orthophonistes, notre gazette trimestrielle, des exemplaires de l'affiche de nos activités et de notre plaquette.

Pour le centre de l'Arche, c'est le 17 juin 2019 après notre concert là 16 h, qu'aura lieu la réunion organisée par les thérapeutes : « Thérapeutes, Patients et notre Groupe ».

Pour le centre Gallouédec à Parigné l'Evêque, nous donnerons un concert le 24 juin à 14h30. Nous distribuerons des exemplaires de notre gazette, de l'affiche de nos activités et de notre plaquette après ce concert.

Nous avons parlé de cette gazette, de la préparation du Bric à Brac d'Arnage du mercredi 8 mai, de notre sortie du vendredi 10 mai au Château de Cheverny et de notre Pique-Nique en juin.

Avenir du groupe en 2020

Jean-Marc BAGARRY ne se présente plus comme président à l'assemblée Générale de l'année prochaine en janvier 2020. Il n'est pas suffisamment en forme pour assumer cette tâche.

Jean-Marc BAGARRY propose le poste de président au vice-président Xavier QUILLET. Celui-ci a besoin d'un temps de réflexion.

Conscient de la charge importante de travail, Jean-Marc propose de supprimer des activités afin de permettre au repreneur d'avoir moins de travail.

Notre chorale sera maintenue en cas de reprise par Xavier QUILLET.

Jean-Marc aidera le repreneur dans ses démarches administratives.

La réunion se termine à 19h30.

Christine AGEORGES et Jean-Marc BAGARRY

Notre sortie au Château de Cheverny

Nous étions 28 participants. Pour fêter les 20 ans de notre groupe, cette sortie était financée à nos adhérents par notre trésorerie. Le départ était à notre local, en covoiturage, le vendredi 10 mai à 9h15. Nous avons eu une magnifique journée avec un temps convenable. A midi nous avons déjeuné au restaurant « l'Orangerie ». Le repas était délicieux. Ensuite vers 14h, nous sommes allés à l'exposition TINTIN « Les Secrets de Moulinsart ». Puis, vers 15h30, nous avons visité le magnifique château, en visite guidée. Notre guide était très bien, passionnée et passionnante. Après cette visite, certains sont allés au canal et au jardin d'amour... Nous avons passé une splendide journée avec une chaleureuse ambiance. Un super cadeau du GAM pour ses 20 ans aux adhérents.



La CPAM de la Sarthe vous informe :

« Avec vos médicaments, restez maître du jeu ! »



Avec l'âge, le nombre de pathologies augmente et donc le nombre de traitements aussi. Cette polymédication peut entraîner des interactions médicamenteuses, aussi appelée « iatrogénie ». Troubles de l'équilibre, chutes, malaises, perte d'appétit peuvent être des signes annonciateurs qu'il ne faut en aucun cas prendre à la légère ! Pour éviter bien des soucis, adoptez les 10 réflexes des médicaments préconisés par l'Assurance Maladie que vous pouvez retrouver sur le site : accidents-medicaments.fr

DOULEURS NEUROPATHIQUES LIEES A L'AVC

Dans les deux bulletins précédents, nous avons vu les douleurs neuropathiques (DN) en général. Mais qu'en est-il des DN liées à un accident vasculaire : L'AVC, s'il touche le cerveau, mais il existe aussi des Accidents Vasculaires au niveau de la moelle qui peuvent donner des DN si les voies de la sensibilité sont touchées.

Pourquoi moi et pas un autre ? D'abord du fait de la situation de l'AVC.

Un AVC peut ne toucher que les fibres motrices : une ischémie au niveau de la capsule interne va donner une paralysie touchant aussi bien le membre supérieur qu'inférieur mais uniquement cela, sans troubles sensitifs, ni troubles du langage ou autre.

En revanche, quand il y a une aphasie associée à une hémiplégie, celle-ci touche essentiellement le membre supérieur et s'accompagne de troubles de la sensibilité. Les douleurs neuropathiques y sont cependant très rares. Et je n'en ai pas de souvenirs. Probablement par destruction homogènes des zones de la sensibilité. Il peut s'observer des crises douloureuses épileptiques, mais rarissimes.

L'AVC qui va donner des douleurs intenses est celui qui siège au niveau du thalamus, comme je l'avais décrit. Douleurs atroces, très intenses, touchant l'hémicorps controlatéral, rebelles au traitement antalgiques, exaspérées par l'effleurement, les attouchements, la mobilisation, la moindre stimulation. Un de mes patients ne pouvait entrer dans une église, car le son de l'orgue déclenchait une douleur majeure. L'AVC peut être très limité sur quelques minutes. Heureusement, les AVC thalamiques sont rares

D'autres lésions, au niveau du tronc cérébral, peuvent entraîner des douleurs, soit au niveau de la face, par atteinte du noyau du trijumeau, soit sur l'hémicorps controlatéral, par atteinte des fibres de la sensibilité thermo-algique. Elles n'ont jamais l'intensité des douleurs thalamiques mais sont très pénibles par leur persistance agaçante et rebelle aux antalgiques.

A côté de ces DN proprement dites, d'autres douleurs peuvent être déclenchées par des contractures ou des dystonies. Elles favorisent des déformations articulaires et des dysfonctionnements qui peuvent entraîner des usures anormales des cartilages incriminés. L'on se trouve alors devant des douleurs nociceptives secondaires à une atteinte neurologique.

Tout cela explique l'extrême diversité des douleurs après un AVC.

Traitement

Ceux que nous avons décrits précédemment.

Mais en cas d'échec

La stimulation du cortex moteur. Elle peut être réalisée par des électrodes implantées au niveau du cortex moteur avec une corrélation entre la position du contact (cathode) au niveau du cortex précentral et l'analgésie obtenue lorsque l'anode est placée sur la zone du cortex stimulé correspondant à la zone douloureuse. (Voir la somatotopie * des aires de la sensibilité sur le schéma ci-dessous).

Ou une stimulation magnétique transcutanée. Il s'agit de techniques encore en voie d'étude non prises en charge par la SS. On ne peut envisager ces solutions qu'après une étude approfondie et l'échec des autres techniques.

Les injections de toxine botulique en cas de dystonie

Les myorelaxants ou antispastiques en cas de contracture.

Les douleurs complexes, et certaines DN, le sont particulièrement, nécessitent une approche par des spécialistes de la douleur en réunion polydisciplinaire.

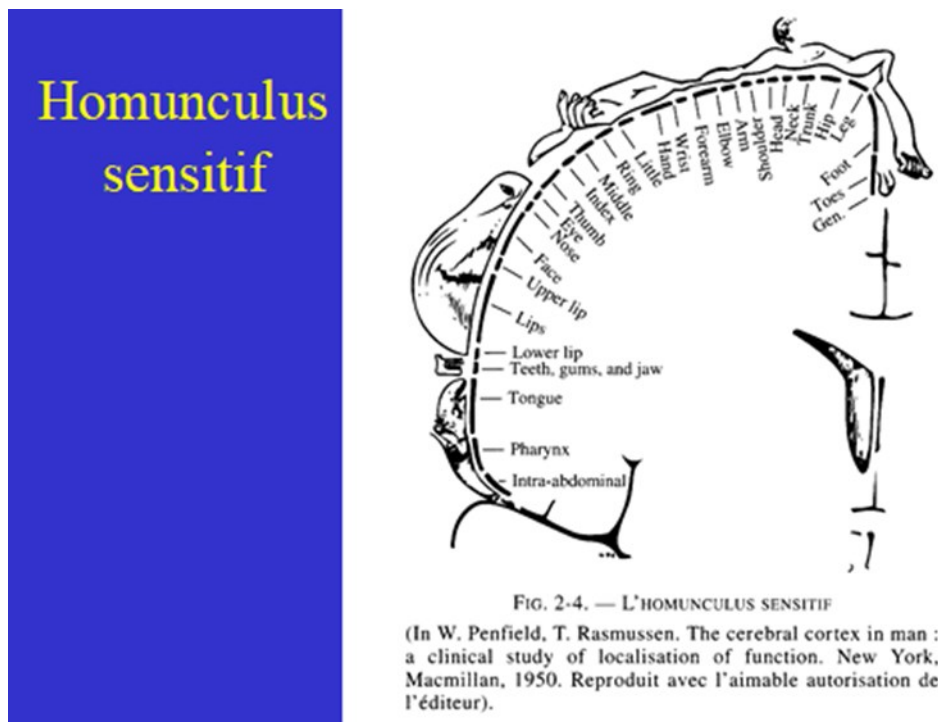
Il ne faut pas viser la disparition de la douleur mais son atténuation à un niveau supportable ;

Nous avons tous observé combien le fait d'être dans les bras de sa mère atténuait la douleur de l'enfant qui vient de tomber. Ou l'inverse que le manque d'empathie ou le mépris parfois observé dans des approches médicales ne font qu'entretenir une situation de détresse.

Sachez que vous n'êtes pas seuls et que la médecine fait des progrès. Ce qui était vrai, ne l'est plus forcément.

Notes

La somatotopie est la position relative dans le système nerveux des structures correspondant à différentes parties du corps. La somatotopie sensitive en particulier est la représentation de la surface cutanée sur la surface du cortex de manière proportionnelle à la densité des récepteurs.



Docteur Jean-Michel VERRET

Bric à Brac



Le bric à brac a eu lieu à ARNAGE le 8 Mai et nous avons fait une recette de 98 €

Nous avions RDV à 6h au parking Super U avec Alain COIRAULT, André GUILBERT et nous.

Christine AGEORGES et Jean-Claude HOUEL nous ont rejoints à notre stand peu de temps après.

Cette année, nous avons eu de la pluie jusqu'à 10 heures, mais le beau temps est revenu.

Catherine HOUEL nous a offert des pains au chocolat et Christine du café.

La famille HERSENT et Michèle LEGEAY sont venus l'après midi .

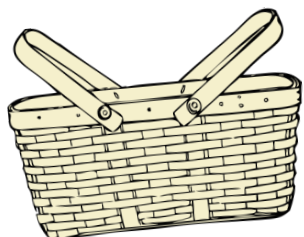
Michèle et Frédérique HERSENT nous ont gentiment aidés à remballer avec le renfort d'Alain et André qui sont revenus pour nous aider à charger.

Il était 18 H et tous très fatigués.

Nous avons tous passé une BONNE JOURNEE, fatigante mais agréable.

Jean-Marc et Annie BAGARRY

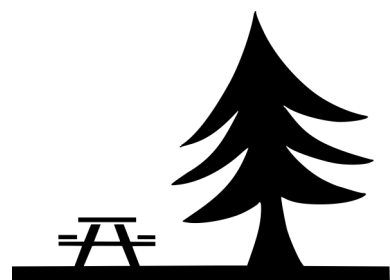
L'association organise son pique-nique



Le dimanche 23 juin 2019 à midi
au plan d'eau de la Gémerie à Arnage.

(une salle est à notre disposition ainsi que les sanitaires).

L'apéritif est offert ! Venez nombreux



les fleurs du printemps

mots cachés

Entoure dans la grille les mots correspondant aux images suivantes.
Tu peux barrer les images au fur et à mesure.

j	l	y	s	k	b	p	e	s	l	i	l	a	s	b	n	q	r
a	c	t	r	è	f	l	e	g	f	c	r	o	c	u	s	s	o
c	s	w	g	n	o	l	h	n	h	e	m	u	g	u	e	t	s
i	s	p	j	a	l	p	z	k	s	v	i	o	l	e	t	t	e
n	d	â	o	r	u	r	b	c	d	é	k	n	b	w	x	c	b
t	q	q	n	c	e	i	o	o	g	g	e	s	o	u	c	i	v
h	m	u	q	i	z	m	u	c	o	q	u	e	l	i	c	o	t
e	m	e	u	s	n	e	t	i	f	b	u	n	j	y	f	u	m
y	a	r	i	s	q	v	o	f	o	r	s	y	t	h	i	a	i
x	u	e	l	e	s	è	n	s	i	b	c	f	c	c	z	t	m
d	v	t	l	e	a	r	d	t	i	r	p	a	o	p	k	u	o
m	e	t	e	o	y	e	o	v	u	a	i	p	u	h	j	l	s
o	n	e	d	m	d	b	r	f	w	m	u	s	c	a	r	i	a
m	y	o	s	o	t	i	s	c	h	b	f	h	o	f	j	p	h
z	s	x	p	i	s	s	e	n	l	i	t	z	u	h	i	e	m



Un mot aimable est comme un jour de printemps.

Mon premier vient après H mais avant J
 Mon deuxième se danse souvent dans la cour d'une école
 Les oiseaux et les avions ont deux de mon troisième
 Mon tout annonce le printemps

Mon premier est un oiseau qui aime les objets brillants
 Les chiens remuent mon deuxième lorsqu'ils sont contents
 Les oiseaux construisent mon troisième
 Les chiens remuent mon quatrième lorsqu'ils sont contents
 Mon tout se fait souvent au printemps

C'est le printemps. Deux gars discutent assis sur un banc :
 – Regarde comme c'est superbe, tout sort de terre, tout revit...
 – Déconne pas, j'ai enterré ma belle-mère cette semaine.

Marie-Anne KERVAGORET

les fleurs du printemps

 bouton d'or	 coquelicot	 coucou	 crocus	 forsythia
 iris	 jacinthe	 jonquille	 lilas	 lys
 mauve	 mimosa	 muguet	 muscari	 myosotis
 narcisse	 pâquerette	 pensée	 pissenlit	 primevère
 rose	 souci	 trèfle	 tulipe	 violette



GROUPE DES APHASIQUES DU MAIN

66 rue Alfred-de-Vigny - 72100 Le Mans

☎ local : 02.43.75.97.82 uniquement aux heures d'ouverture

☎ Portable du Président : 06.71.42.47.75

COTISATION ANNUELLE 2019 ou DON

Un membre aphasique.....30 euros

Un membre aphasique et son accompagnant40 euros

Un thérapeute..... 20 euros

Un membre bénévole.....20 euros Couple de thérapeute ou bénévole.....30 euros

Si vous désirez envoyer votre don à notre association considérée d'intérêt général, vous recevrez en retour, un reçu fiscal vous donnant droit à des réductions d'impôts.

✂.....

NOM.....

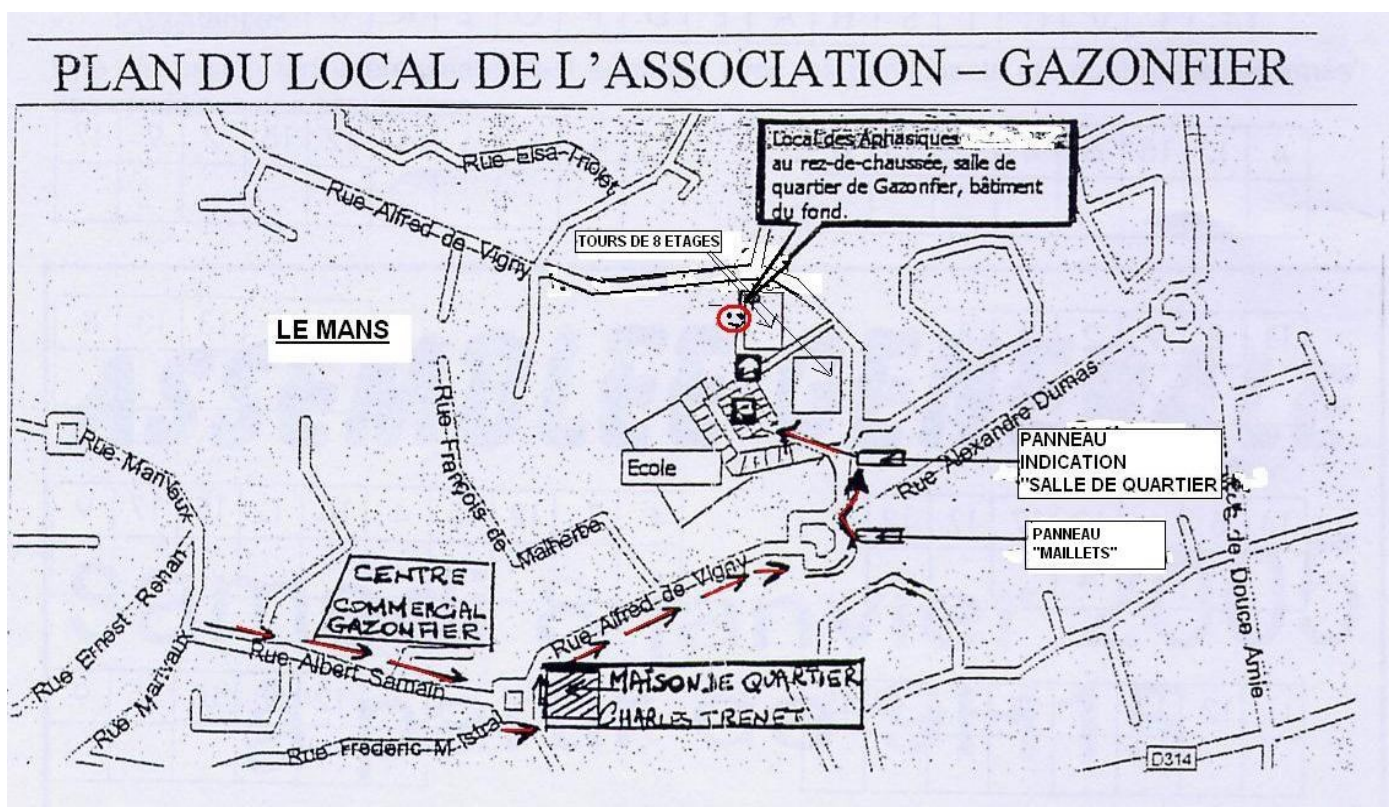
Prénoms (de la personne aphasique et de son conjoint)

Adresse..... Tél :

Email..... Portable.....

COTISATION CHOISIE : EUROS

DON DÉDUCTIBLE..... EUROS TOTAL : EUROS



Vous pouvez régler par chèque à l'ordre du « Groupe des Aphasiques du Maine » et l'adresser : Groupe des Aphasiques du Maine 66, rue Alfred de Vigny 72000 LE MANS

Le local des aphasiques du Maine est situé 66, rue Alfred de Vigny 72000 LE MANS, dans le quartier de Gazonfier, à gauche de l'avenue Bollée après la Sécurité sociale en direction de Paris- Yvré l'Evêque. Desservi par le bus n° 5 Arrêt : Guillaume APOLLINAIRE.

Heures d'ouverture du local :

LUNDI, MARDI de 14H à 17h et VENDREDI de 11 h à 17 h

Directeur de la publication : Jean-Marc BAGARRY
Rédactrice : Christine AGEORGES
Mise en page et maquette: Jean-Marc BAGARRY
Groupe des Aphasiques du Maine
66 rue Alfred-de-Vigny 72000 Le Mans,
Dépôt légal DRLP N° 49 du 23/02/2001

Portable du Président : 06.71.42.47.75