



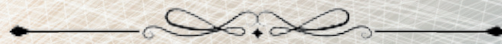
Mot du Président,

C'est avec plaisir que je vous adresse le n° 100 de notre journal A TOUT COEUR.

Oui, n°100 ! C'est une étape importante, signe que notre association a traversé toutes ces années sans prendre une ride. Des équipes se sont succédé pour rendre ce journal attractif. Il est un lien entre nous, lien qui nous permet de suivre la vie d'A TOUT COEUR : actions, manifestations, articles de santé divers... La commission mise en place espère encore en améliorer le contenu par des sujets toujours aussi utiles qu'attrayants. Mais ce journal est aussi le "vôtre". Nous attendons vos idées, vos suggestions pour qu'il soit réellement un journal d'échanges et de partage.

C'est aussi l'occasion de revenir sur notre assemblée générale où vous êtes venus en nombre (nous étions près de 140 participants). Elle a été suivie d'un moment de détente avec le chansonnier humoriste Bruno GILBERT qui manie les mots avec habileté en mêlant humour, chansons et rires. Il n'oublie pas au passage d'égratigner nos politiques avec ses jeux de mots. Enfin un beau moment de convivialité bien mérité dans ces temps mouvementés où rien ne va en France et dans le monde.

Eugène MONTASSIER



Ce que fait A TOUT COEUR

*L'hiver, où la Vendée fut couverte de neige,
En créant de la sorte merveilleux sortilège,
S'éloigne peu à peu pour faire place au printemps
Ramenant avec lui l'agréable beau temps.*

*A TOUT COEUR, en Vendée où il y a son siège,
Partout il participe à tout ce qui protège
Des maladies cardiaques ses nombreux adhérents.
Mais il veille aussi, à longueur de temps,*

*Il tient informer sur ce que la médecine,
En matière de recherche, aujourd'hui imagine
Pour vaincre peu à peu les maladies du cœur.*

- Tout au long de l'année, A TOUT COEUR organise,
- Conférences, rencontres et souvent préconise
- Des moyens de lutter pour fuir la langueur.

Raymond Bachon



AVC (Accident Vasculaire Cérébral) et infarctus

Quels sont les signes d'alerte ?

Selon une source de Santé Publique France de 2025, sur 1,2 million d'hospitalisations dues à l'infarctus, on compte 140 000 décès chez l'adulte, soit 1 décès sur 5. Quant aux AVC, on dénombre plus de 30 000 décès par an dont 18 000 chez les femmes.

Pour ces 2 pathologies, 2 acronymes à connaître vous indiquent les signes d'alerte qu'il ne faut pas négliger.

VITE pour l'Accident Cardio-Vasculaire

V comme **Visage paralysé**
I comme **Inertie des membres**
T comme **Trouble de la parole**
E comme **Extrême urgence**



EPOF pour l'infarctus

E comme **Essoufflement à l'effort**
P comme **Prise de poids importante**
O comme **Œdèmes des membres inférieurs**
F comme **Fatigue inhabituelle**

Dans les 2 cas il faut appeler le 15 ou 112

Maladies chroniques : mauvaise observance

Des médecins ont alerté récemment l'Organisation de la Santé. Ils ont constaté que **près d'un malade chronique sur deux ne prend pas son traitement tel qu'il est prescrit**, ce qui occasionne des rechutes et un coût majeur pour la société. De nombreuses pathologies sont concernées (diabète, Parkinson, cancer). Les causes sont multiples : manque d'explication sur la maladie, défaut de confiance du patient, effets indésirables importants, nombre élevé de comprimés à avaler.



L'observance pourrait être améliorée avec davantage d'éducation thérapeutique.

Source Ouest-France du 16/03/26

La tension, c'est quoi ?

C'est la pression qui s'exerce sur les parois des artères pendant la circulation sanguine. Elle se mesure au repos. Elle est maximale quand le sang, poussé par le cœur, afflue vers les organes et dilate les gros vaisseaux (pression systolique). A l'inverse, elle est minimale quand le sang reflue vers les veines et que les artères retrouvent leur diamètre (pression diastolique). Son calcul prend donc en compte les deux mesures.



Pour une prise de tension, l'automesure devient la règle à la maison. On la réalise avec un **tensiomètre électronique** validé (vendu en pharmacie). Elle se prend au bras plutôt qu'au poignet. Les montres et bracelets connectés sont à exclure car peu fiables et n'ont pas fait la preuve de leur intérêt.

Source : Femme Actuelle

Comptes-rendus des 2 Bals

Le bal de Saint-Denis-la-Chevasse s'est déroulé dans une ambiance cordiale et conviviale. Les danseurs, qui pour la plupart sont des habitués de ces bals des salles moyennes ont apprécié l'orchestre qui a animé cet après-midi.

Aux Herbiers, à l'espace Herbauges, les danseurs viennent chaque année, des départements voisins ou d'ailleurs pour partager ce rendez-vous devenu incontournable. L'orchestre Jérôme ROBERT, reconnu et apprécié, attire de nombreux fidèles séduits par l'ambiance festive. Il y déploie toute son énergie.



Pour A TOUT COEUR, ces évènements constituent une source essentielle de revenus, permettant de soutenir la recherche en cardiologie.

Information

A la suite de l'assemblée générale, le conseil d'administration s'est réuni pour élire le bureau. Vous trouverez ci-joint, pour les adhérents, la liste des membres du C.A. et la photo.

Deux membres actifs Jean-Claude Arnaud et Jean-Claude Arrivé quittent le conseil d'administration. Avec leur épouse respective, ils demeurent adhérents. Nous aurons le plaisir de les retrouver lors de certaines manifestations. Nous leur souhaitons de profiter pleinement de cette nouvelle étape.

Nous les remercions chaleureusement pour leur engagement au sein de l'association où ils ont su se rendre disponibles et fait part de leurs idées.

Un cadeau de reconnaissance leur a été offert lors du dernier conseil d'administration.



Histoire drôle

Un couple part en vacances en laissant son fils à la maison. Trois jours après leur arrivée sur les lieux de leur séjour, la femme téléphone chez elle :

- Alors, mon chéri, ça va ?
- Oui, maman, tout va bien.
- Tu me rassures. Et notre petit chat, comment va-t-il ?
- Ah, le chat... il est mort.
- Quoi ? Mort ? Tu m'annonces ça comme ça ? Tu aurais pu me dire, par exemple : "Le chat jouait avec sa baballe sur le balcon, elle lui a échappé, il est tombé en voulant la rattraper !" Tu aurais pu me ménager.
- Désolé.
- Et comment va mamie ?
- Mamie... Ecoute... elle jouait avec sa baballe sur le balcon...



Calendrier des manifestations

Mardi 12 mai :

Forum de prévention de l'Accident Vasculaire Cérébral (Journée Européenne de lutte contre les AVC) dans le Hall du centre hospitalier "Les Oudairies" à la Roche sur Yon à partir de 10h.

Samedi 20 juin :

Forum des associations aux Herbiers
de 14h à 19h salle de l'Etendue

Mercredi 1er juillet :

Pique-nique aux Lucs sur Boulogne
(salle au sous-sol de la mairie).

10h : départ pour une marche à la découverte de la commune.

12h : Apéro et pique-nique dans la salle

Après-midi : pour ceux qui le souhaitent jeux de cartes et autres, promenade dans le centre bourg....Possibilité de visiter le Mémorial et l'Historial.



Dimanche 12 juillet :

14h30 : **Après-midi dansant au Poiré sur Vie** organisé par le Club "Les Genêts d'Or".

Dimanche 22 novembre :

14h30 : **Après-midi dansant à Nieul le Dolent** organisé par le club "La Joie de Vivre Nieulaise".

Ces 2 bals sont au profit de notre association pour la recherche médicale en cardiologie.

La Journée du coeur

Samedi 12 septembre :

de 9h30 à 17h : **Journée du coeur à l'Herbergement**

Les conférences

Lundi 7 octobre : à Landeronde

Vendredi 16 octobre : aux Herbiers

Jeudi 3 décembre : Pays de St Gilles Croix de Vie

Pour la journée du coeur et les conférences nous vous communiquerons plus de renseignements lors du prochain journal.

Bulletin d'adhésion

à utiliser pour un(e) nouvel(le) adhérent(e)

Nom (en lettres capitales).....

Prénom

Adresse

Code Postal Ville

N° de téléphone

Date de naissance ... / ... / ...

Adresse mail :.....

Le Signature

adhère à l'A.M.C.V. de Vendée et verse ma cotisation de 22 € par chèque bancaire à l'ordre de « **A TOUT CŒUR** »
à adresser à Mme TEILLET Nicole Rés. Jean Yole App. 351 Bat D - 65 Boulevard Jean Yole - 85000 LA ROCHE SUR YON

Siège social : 56 Bd d'Austerlitz - Bat J - 85000 LA ROCHE SUR YON

Permanences : 1er mardi du mois de 15h à 17 h - Bureau des Usagers : hall du CHD les Oudairies

Renseignements : 02 51 67 17 46 ou 06 85 94 18 84

e.mail : a-tout-coeur.association-amcv@orange.fr

Site internet : <https://www.atoutcoeurvendee.com>

N° Siren 498 857 424 - Directeur de Publication : Eugène MONTASSIER

