



Chers amis,

L'Assemblée Générale 2014 aura lieu le :

Samedi 5 avril, à 10h
Au restaurant « L'Aquarelle », Route de Bapaume
59400 Fontaine-Notre-Dame, près de Cambrai.
Tel : 03.27.81.81.41

Ordre du jour :

- 1 – rapport d'activité
- 2 – rapport financier
- 3 – fixation des taux de cotisations
- 4 – échanges, informations diverses importantes

et affiches.

Renouvellement du conseil d'administration et élection des membres du bureau.



Votre présence est vivement souhaitée.

En cas de quorum non atteint, un assemblée générale extraordinaire se déroulera au même endroit à 10h.

Ensuite nous prendrons un repas et Claude Chevalier viendra avec son accordéon nous faire chanter des chansons de toujours ! Vers 14h30, place à la danse, avec Mélanie Libon du Douaisis qui nous présentera ses jeunes danseuses.

Enfin, l'antenne de Caudry, nous chantera peut-être : « Dors min p'tit quinquin ». Il reste le dessert pour tout le monde. Alors, nous vous attendons !

Mme Delbaere.

(Prix pour une personne : 25€ à payer à « L'Aquarelle » le 5 avril)

BULLETIN REPONSE

A retourner à la secrétaire, Mme Colin, **avant le 1^{er} Avril**, 195 rue du Gal de Gaulle – 59110 – La MADELEINE, anne-marie.colin0425@orange.fr ou tel : 03 20 74 57 72.

Nom et adresse.....

 Antenne de :.....
 Sans oublier le nombre de repas à retenir.....

Vous trouverez ici :

- Le bulletin-réponse de l'Assemblée Générale.
- Le compte rendu de l'antenne de Lille
- Santé et semaine du cerveau.
- Le bulletin d'adhésion 2014 à l'Association des Aphasiques du Nord et la demande de carte d'aphasique.

Bureau :

Présidente : Mme Delbaere

Vice-Présidente : Mme Verhaeghe

Secrétaire : Mme Colin

Trésorier : Mr Delbaere.

Les rendez-vous :

- **Mardi 1^{er} avril**, l'antenne de Douai, de 14h30 à 16h30, au Centre Hélène Borel, avec **Mr Davigny**.

- **Samedi 5 avril, Assemblée Générale et repas à Cambrai**

- **Samedi 12 avril**, l'antenne de Lille, de 10h à 12h, à la MDA avec **Mr Verhaeghe**. Et l'après-midi, de 14h30 à 15h30, la sophrologue Mme Sendzinska.

- **Mercredi 16 avril**, de 10h30 à 12h, l'antenne de St Amand les Eaux, au Centre Hospitalier, 19 rue des anciens d'Afrique du Nord.

- **Jeudi 24 avril**, de 14h à 15 h 30, l'antenne de Caudry, à L'ESPACE SANTE, 46 BIS rue CURIE, avec **Mr Hurier**

- **Samedi 26 avril**, de 9h45 à 12h30, l'antenne de Bailleul, à Clair-Séjour, avec **Mme Wattenne**.

GRUPE DE PAROLE DE LILLE : SAMEDI 11 janvier 2014

Se sont retrouvés à Lille : Rose-Marie et Hubert DELBAERE, Anne-Marie et Victor COLIN, Cécile et Philippe VERHAEGHE, Mickael MEDJOUBI et Julie.

Notre réunion mensuelle a été l'occasion de partager la galette des rois autour du café habituel.

Rose-Marie nous précise le lieu de notre prochaine AG qui se déroulera le samedi 5 avril au restaurant l'Aquarelle à Fontaine-Notre-Dame, d'accès facile par l'A2.

Il a été convenu, à ce sujet, de faciliter le transport pour les aphasiques ayant des difficultés pour se déplacer afin que le plus grand nombre d'entre nous puisse y participer.



Rose-Marie nous rappelle que la première répétition du groupe de théâtre organisée par les étudiantes en orthophonie, Julie, Angine et Océane, aura lieu à l'auberge du Bois Vert à Flines lez Raches, le samedi 18 janvier.

Notre réunion s'est terminée par un jeu d'observation et de mémorisation fait à l'aide d'une poupée en chiffon qu'il a fallu décrire après quelques instants d'observation !

L'après-midi, nous nous sommes rendus pour un « Moment Zen » à une séance de sophrologie où nous avons apprécié ce temps de détente et de relaxation.

SAMEDI 14 février 2014

Se sont retrouvés à Lille : Rose-Marie et Hubert DELBAERE, Anne-Marie COLIN, Cécile et Philippe VERHAEGHE, Céline et Julie, Jérémy GUILLUY et Dorothée, sa sœur.

Nous accueillons des nouveaux venus cette semaine qui présentent les difficultés rencontrées avec leurs proches aphasiques.

Notre réunion mensuelle a permis à chacun de s'exprimer et de partager.

Les répétitions de l'atelier théâtre continuent dans la bonne humeur ; la prochaine répétition aura lieu au centre Hélène Borel de Raimbeaucourt, le samedi 15 février. Nous comptons sur la présence de nombreux aphasiques.

L'après-midi, nous nous sommes rendus pour un « Moment Zen » à une séance de sophrologie où nous avons apprécié ce temps de détente et de relaxation.



SAMEDI 8 mars 2014

Se sont retrouvés à Lille : Rose-Marie et Hubert DELBAERE, Anne-Marie COLIN, Cécile et Philippe VERHAEGHE, Mickael MEDJOUBI et Chantal (ADHAP services).

Le groupe des aphasiques est heureux de retrouver Mickael en bonne forme après son intervention chirurgicale de la jambe.

Anne-Marie s'est bien remise de son intervention aux yeux, par contre Victor continue à avoir des ennuis de santé. Nous lui souhaitons un prompt rétablissement et nous sommes impatients de le revoir en bonne forme parmi nous.

Rose-Marie se soucie du transport et de l'accompagnement des aphasiques qui désirent assister à notre prochaine assemblée générale du samedi 5 avril à Fontaine-Notre-Dame.

Le transport « Handipole » mis en place par la communauté urbaine de Lille est limité à la métropole lilloise et nécessite une inscription préalable de la personne à mobilité réduite.

Doit-on contacter des associations organisant ce type de déplacement ?

Philippe s'est engagé à remplacer Rose-Marie et Hubert à la réunion du mercredi 12 mars à l'hôpital de Saint Amand.

Rose-Marie, Hubert et Philippe continuent leur travail de prospection à Dunkerque pour l'organisation du prochain congrès des Aphasiques de France prévu en juin 2015.

La prochaine répétition de l'atelier théâtre aura lieu au centre Hélène Borel de Raimbeaucourt, le samedi 15 mars. Nous comptons sur la présence de vous tous, car c'est un vrai plaisir de s'y retrouver.

Pour clôturer notre réunion, Rose-Marie nous a fait participer à des jeux d'observation et de mémoire : le jeu des 7 erreurs, celui des chats dans les étages et la chanson du bon Roi Dagobert.

L'après-midi, nous nous sommes rendus pour un « Moment Zen » à une séance de sophrologie où nous avons apprécié ce temps de détente et de relaxation.

Philippe Verhaeghe

Le bon cholestérol (HDL) protège le coeur et les artères, et réduit ainsi le risque d'accidents cardiovasculaires (infarctus, AVC...).

Contrôlez votre poids : Pourquoi : l'embonpoint et l'obésité sont reliés à un taux élevé de mauvais cholestérol. Retrouver un poids normal contribue à faire baisser naturellement le mauvais cholestérol laissant la place au bon.

Que faire : faites-vous aider par un nutritionniste.

Au menu, du poisson gras ! Pourquoi : pour faire remonter le bon cholestérol, rien de mieux que des poissons riches en oméga-3*, des acides gras poly-insaturés qui ont une action directe sur l'augmentation du bon cholestérol. **Que faire** : 2 portions par semaine de saumon, hareng, thon, sardine, maquereau suffisent amplement pour satisfaire les besoins.

Mangez plus de fruits et de légumes : Pourquoi : augmentez votre consommation de fruits et de légumes, riches en fibres, en vitamines et en anti-oxydants qui aident à limiter l'absorption du mauvais cholestérol dans l'organisme et à augmenter le bon. **Privilégiez** des légumes comme le chou, les épinards, les carottes, les tomates, les haricots verts...

Vin : pas plus d'un verre par jour "Si vous avez l'habitude de boire de l'alcool tous les jours, limitez-vous à un verre de vin rouge par jour", explique le Pr Le Feuvre. **Pourquoi** : les personnes qui consomment un ou deux verres de vin rouge par jour (pas plus !) ont deux fois moins de risque de connaître des complications cardiovasculaires. Composé de tanins et d'antioxydants, il a la particularité de faire baisser le mauvais cholestérol et de faire augmenter le bon.

Cependant : "Si vous n'êtes pas un consommateur quotidien d'alcool, ne changez pas vos habitudes et continuez à boire de l'eau." **Préférez** le vin rouge élevé en fûts de chêne, plus riches en tanins.

Marche, jardinage, natation au programme ! Pourquoi : elle permet d'augmenter le bon cholestérol* et de limiter la survenue de certaines pathologies comme le diabète, l'hypertension, voire l'obésité. **Que faire** : pratiquez au moins une demie heure d'activité d'endurance par jour comme la marche, le jardinage, la natation, le vélo, le footing ou la gym douce.

Remerciements au Pr Claude Le Feuvre, cardiologue et responsable de l'unité de cardiologie interventionnelle à l'hôpital Pitié-Salpêtrière et Président de la Fédération Française de Cardiologie (FFC)

La semaine du cerveau 2014,

du 10 mars 2014 au 16 mars 2014 - Lille

BROCA, WERNICKE ET LES AUTRES AIRES DU LANGAGE

L'année 1861 marque le début de l'identification de régions du cerveau impliquées dans le langage. Cette année-là, le neurochirurgien français Paul Broca examine le cerveau d'un de ses patients qui vient de décéder. Ce patient ne pouvait prononcer d'autres syllabes que « tan », bien qu'il comprenait ce qu'on lui disait. Sans être atteint d'aucun trouble moteur de la langue ou de la bouche qui aurait pu affecter son langage, ce patient ne pouvait produire aucune phrase complète ni exprimer ses idées par écrit.



Paul Broca



Le cerveau de Tan

En faisant l'autopsie de son cerveau, Broca a trouvé une lésion importante dans le cortex frontal inférieur gauche. Par la suite, Broca a étudié huit patients aux déficits semblables qui tous avaient une lésion dans l'hémisphère frontal gauche. Cela l'amène à déclarer son célèbre « Nous parlons avec l'hémisphère gauche » et à identifier pour la première fois l'existence d'un « centre du langage » dans la partie postérieure du lobe frontal de cet hémisphère. En fait, l'aire de Broca fut la première région du cerveau associée à une fonction précise, en l'occurrence le langage.

Dix ans plus tard, Carl Wernicke, un neurologue allemand, met en évidence une autre région impliquée celle-là dans la compréhension du langage. Elle est située dans la partie postérieure du lobe temporal gauche. Les patients qui ont une lésion à cet endroit peuvent parler, mais leur discours est souvent incohérent et dénué de sens.



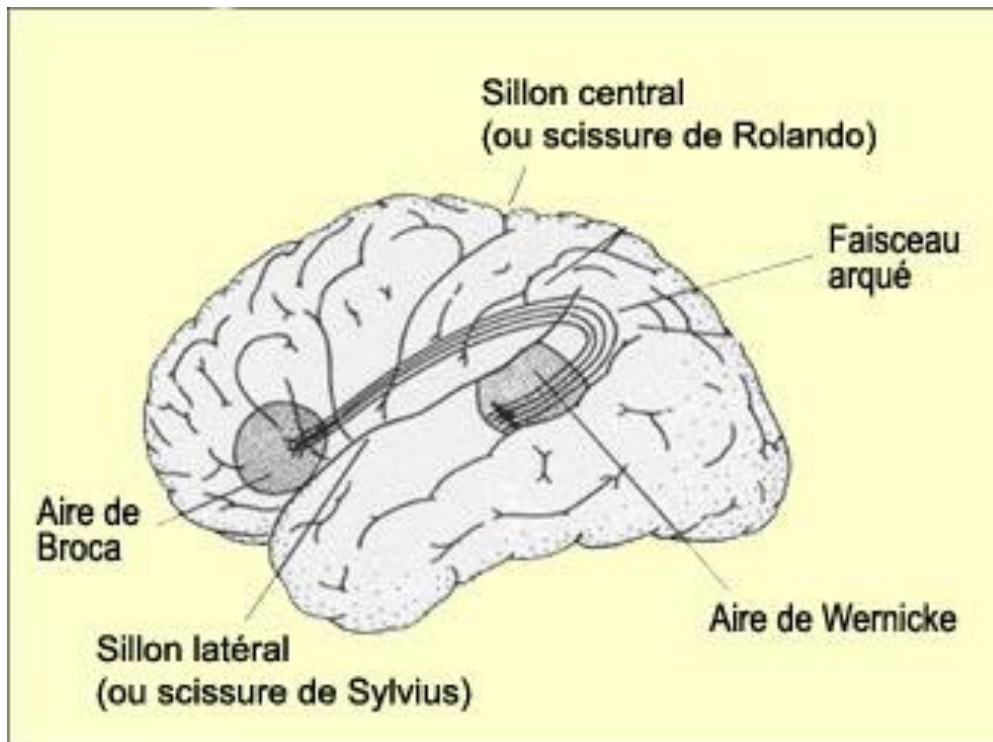
Carl Wernicke



Un cerveau avec une lésion responsable d'une aphasie de Wernicke

Ces observations ont été maintes fois confirmées et l'on s'entend aujourd'hui sur le fait qu'il y a, autour du **sillon latéral** de l'hémisphère gauche, une sorte de boucle neurale impliquée dans la compréhension orale du langage et sa production par la parole. À l'extrémité frontale de cette boucle, on trouve **l'aire de Broca**,

habituellement associée à la production du langage. À l'autre extrémité, plus précisément dans la partie supérieure et postérieure du lobe temporal, se situe l'**aire de Wernicke**, associée au traitement des paroles entendues, autrement dit à l'input du langage. L'aire de Broca et l'aire de Wernicke sont connectées par un important faisceau de fibres nerveuses appelé le **faisceau arqué**.



Cette boucle est présente dans l'hémisphère gauche chez environ 90 % des droitiers et 70% des gauchers, le langage étant l'une des fonctions traitée de manière asymétrique dans le cerveau.

Étonnamment, on la retrouve aussi au même endroit chez les sourds qui s'expriment en langue des signes. Cette boucle ne serait donc pas spécifique au langage oral ou parlé, mais serait plus largement associée à la modalité principale du langage d'un individu.

Outre l'aire de Broca et de Wernicke, une troisième région d'importance pour le langage, située dans le cortex pariétal, a été décrite par la suite.

Un problème général auquel se heurte toute tentative de localisation des fonctions cérébrales est l'unicité de chaque cerveau. En effet, si tous les cerveaux ont les mêmes grandes structures cérébrales, la taille et la forme de ces structures peut varier de plusieurs millimètres d'un individu à l'autre. Exactement comme le fait qu'on a tous cinq doigts dans une main, mais que nos mains sont toutes différentes. Des mesures moyennes sont bien sûr utilisées, mais reste qu'une lésion donnée chez différents individus ne produira pas toujours exactement le même déficit.

Avec les cartographies fonctionnelles des fonctions cérébrales normalisées pour la taille des différents cerveaux, on obtient un cerveau de référence mais un qui ne correspond à aucun cerveau d'un individu en particulier.

Pour en savoir plus sur le cerveau :

Le cerveau à tous les niveaux : <http://lecerveau.mcgill.ca/>

Bulletin d'adhésion 2014 à l'Association des Aphasiques du Nord

Je désire adhérer en 2014 à l'Association des Aphasiques du Nord en versant ma cotisation annuelle :

*Je suis aphasique, et j'adhère seul..... 10 €..... 20€..... 30€..... Autre

Le tarif de la cotisation ne doit pas être un frein. En cas de difficultés financières, n'hésitez pas à en discuter avec nous.

*Je règle ma participation de Membre Bienfaiteur 10 € 20€ 30€ Autre

Nom :	E-mail où celui de mon orthophoniste:
Adresse :	Date :
Téléphone :	Signature :

Règlement: Par chèque au nom de l'Association des Aphasiques du Nord, et l'adresser à Hubert Delbaere, 25 Résidence Maurice Lemaître – 62217 – Beaurains

Fédération Nationale des Aphasiques de France.

Tel 04 76 97 50 82 ou 06 07 42 39 47 Site Internet : <http://www.aphasie.fr>

La CARTE FEDERALE D'APHASIQUE est destinée à attester de notre handicap et à faciliter nos relations et nos échanges avec l'extérieur. De format réduit, elle est conçue pour être mise dans des endroits faciles d'accès, afin de pouvoir la présenter rapidement en cas de besoin. A la poste, à la banque, dans un magasin..., la présentation de la Carte réserve à l'Aphasique un bien meilleur accueil. **Elle est gratuite et ne peut être délivrée qu'aux APHASIQUES adhérents, dès règlement de leur Cotisation.**

Pour l'obtenir, il vous suffira de donner à votre Groupe d'appartenance, votre **date de naissance**, ainsi qu'une **photo d'identité**.

Il transmettra votre demande à la Permanence de la Fédération. En effet, la Carte est établie exclusivement par un membre du Conseil Exécutif de la Fédération, délégué à cet effet, qui en tient un registre à l'intention des Autorités compétente – ceci pour éviter son utilisation frauduleuse – et qui l'adresse directement à l'intéressé(e). La personne qui adhère au Groupe National des Aphasiques Isolés transmettre sa demande directement à la Fédération.

Association : **Association des Aphasiques du Nord**

Nom :

Prénom :

Né le :

Adresse :

.....

Tel :

Joindre une photo d'identité.

Délivrée par la FNAF le :

CARTE D'APHASIQUE.

J'ai des difficultés pour : comprendre, m'exprimer, lire, écrire.

SOYEZ PATIENT, parlez-moi lentement, aidez-moi.

Personne à contacter en cas d'accident :

.....

Téléphone :