

# Les Nouvelles

N° 6 MARS 2015

**eclipse** Association Eclipse  
Epilepsie Suisse romande



## Edito

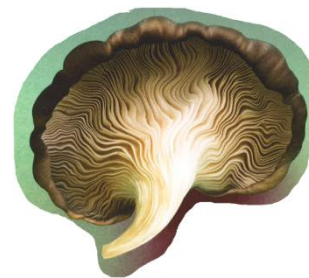
**eclipse**

## Le mot de la Présidente

Cher Lecteur et Chère Lectrice,

Voici venir les beaux jours, avec plus de lumière. La lumière ! La vie !

Mais avant d'aller plus loin n'oubliez pas, qu'avec la fin de l'hiver, la semaine du cerveau nous donne encore une occasion de nous retrouver, comme chaque année à mi-mars. Le programme lausannois permet aussi de découvrir les services de neuropsychologie et de neuroréhabilitation. Cette année elle se préoccupe plus des personnes atteintes de sclérose en plaque ou de traumatisme crânien, ou encore de la maladie de Parkinson, que d'épilepsie.



Mais qu'importe c'est aussi à nous, personnes « dites » épileptiques, de nous faire valoir et dire « non, je ne veux plus oublier ». Avez-vous une fois, demandé à votre médecin s'il existait quelque chose pour combler les trous de mémoire ?! Ou mieux encore, lui avez-vous demandé une consultation (et peut-être un traitement) chez un-e neuropsychologue ?

Je vous invite à aller flâner au Bâtiment Nestlé (en face du CHUV) le samedi 21 mars de 14h00 à 17h00 lors de la journée portes ouvertes. Les pertes de mémoire ne seront plus une fatalité.

Et si vous avez encore le temps d'aller écouter les conférences toutes aussi intéressantes les unes que les autres, n'hésitez pas. Notre association tiendra un stand lors de ces soirées.

En vous souhaitant bonne lecture de ces Nouvelles, je vous adresse mes bien cordiales salutations.

*Laurence Pralong-Thilo,*

*Présidente de l'Association*

« L'épilepsie, 100 Questions/Réponses  
pour mieux comprendre l'épilepsie »

# L'ÉPILEPSIE



## 100 QUESTIONS/RÉPONSES pour mieux comprendre l'épilepsie

Sophie Dupont



L'épilepsie est une maladie fréquente qui affecte environ 500 000 patients en France. Cette pathologie neurologique bénigne dans la grande majorité des cas peut néanmoins avoir des répercussions psychosociales, professionnelles et familiales majeures.

Elle demeure souvent méconnue, voire taboue, et peut constituer pour certains patients une source d'ostracisme permanent.

Face à cette maladie, les patients épileptiques se sentent parfois mal renseignés et isolés. La connaissance étant la base de la compréhension et de l'acceptation, cet ouvrage est avant tout destiné aux patients épileptiques dont les questions restent en suspens et à leur entourage désireux de les aider et de les soutenir.

Constitué à partir de questions simples émanant tout à la fois des patients, de leurs proches et du personnel soignant, il aborde différents domaines de la vie des patients épileptiques concernant la définition et la compréhension de la maladie (mécanismes, causes, facteurs facilitants, évolution), les

traitements anti-épileptiques à disposition (types de médicaments, effets secondaires, quand et comment les prendre, nécessité ou non de les prendre régulièrement, chirurgie de l'épilepsie) et surtout la gestion de la vie au quotidien (peut-on être enceinte ? peut-on conduire ? faire du sport ? quels sont les métiers recommandés ? à éviter ? quelles sont les aides financières ? etc.)

### Avis de notre libraire

*Voici un livre au contenu simple, clair, précis et pragmatique. Les explications médicales sont accessibles sans être trop schématiques. Les questions/réponses sont pertinentes, proches de la vie quotidienne.*

*Nous recommandons vivement cette lecture à toute personne qui cherche à mieux connaître et/ou à mieux comprendre l'épilepsie, que ce soit pour elle-même, pour une personne de son entourage ou pour des raisons professionnelles.*

Diane Rod

\* Livre disponible à la bibliothèque d'Eclipse. Pour tout emprunt veuillez contacter le secrétariat d'Eclipse au 021 311 42 56 ou Mme Diane Rod au 079 738 29 19.

**Dans ma tête**

Oui, dans ma tête, il y a plein d'idées, de pensées, de personnes, de situations. Il y a des ombres, des lumières, des enthousiasmes, des colères, des déceptions, des petits bonheurs.

Et dans ma tête il y a Eclipse. Ses responsables, ses activités, et toutes les personnes que j'ai rencontrées à la Fondation ou à l'Association. Ça en fait du monde ! Alors je pense à elles, à eux, et je me dis qu'il n'est pas toujours facile de vivre avec une épilepsie.

Il y a cette dame qui depuis son enfance vit avec des interdits et des contraintes : prendre les médicaments à temps, les troubles digestifs dus aux effets secondaires, l'impossibilité de faire du vélo, une partie de la famille qui l'a rejetée.

Il y a ce jeune homme qui ne pourra jamais conduire et qui ne peut l'accepter.

Il y a celle qui n'a jamais fait le deuil d'avoir dû interrompre sa formation et ne trouve pas d'activité, même bénévole, pour donner un sens à sa vie.

Il y a cette personne qui n'a pas d'autre sujet de conversation que sa maladie et qui « embête » son entourage avec ses histoires que l'on connaît par cœur et ne nous intéressent plus.

C'est vrai, l'épilepsie empoisonne l'existence de beaucoup.

Mais il y a aussi cet homme encore jeune, passionné de poésie et qui vient de publier un premier recueil.

Il y a ce couple déjà âgé et qui s'accommode parfaitement de la maladie de Madame : à chaque contact elle dit son bonheur de vivre, sa joie.

Il y a cette femme qui a, à l'apparition de l'épilepsie, complètement changé d'orientation. Elle a certes perdu son emploi, mais elle se réalise pleinement dans ses nouvelles occupations.

Il y a ces jeunes, qui veulent tourner la page de l'épilepsie et font tout pour pouvoir mener, malgré tout, une vie comme tout le monde.

Alors dans ma tête, mes pensées vont dans deux directions :


Est-ce que j'ai un rôle à jouer auprès de celles et ceux qui sont dans un trou noir ? Comment les aider, les accompagner ?

Une reconnaissance immense envers ceux et celles qui me donnent une leçon de vie : oui, même avec une affection plus ou moins handicapante, ils et elles ont su empoigner leur situation avec courage et optimisme.

Pour les un-e-s et pour les autres, Eclipse est là et offre un lieu de partage, des pistes pour aller plus loin, une écoute constructive.

Dans ma tête je me dis que j'ai la chance de ne pas être épileptique. Mais je me dis aussi et surtout que j'ai la chance d'avoir rencontré des hommes et des femmes dont le courage force mon admiration.

*Martine Gagnebin*



**Semaine du cerveau 2015 – 16-21 mars, Lausanne CHUV**  
[www.lasemaineducerveau.ch](http://www.lasemaineducerveau.ch)

**Assemblée générale de l'association Eclipse**  
**11 juin 2015 à 19H00, Rumine 2, Lausanne**

**Des événements à venir****Une balade estivale :**

Ouverte à toutes et tous. Organisée par un des membres du comité d'Eclipse. Des informations suivront.

## Groupes d'entraide

Sortir de son isolement – Se rencontrer – Dialoguer – Partager – Créer des liens

### Neuchâtel :

Un groupe est en formation.

Vous pouvez prendre contact avec Eviane Schüpbach, Info-Entraide, Rue des Sablons 48 à Neuchâtel.  
032 724 06 41 et [eviane.schuepbach@infoentraideneuchatel.ch](mailto:eviane.schuepbach@infoentraideneuchatel.ch)

### Fribourg :

Mercredi à 18h30 (3<sup>e</sup> mercredi du mois). Bâtiment le Quadrant, Rte St-Nicolas-de-Flüe 2 à Fribourg.

18 mars, 15 avril, 20 mai, 17 juin, 16 septembre, 21 octobre, 18 novembre

Contact : Isabelle Beck, 079 329 49 05

### Vaud :

Mercredi à 19h30 , Av. de Rumine 2 (rez) à Lausanne.

1<sup>er</sup> avril, 3 juin, 1<sup>er</sup> juillet, 2 septembre, 4 novembre

Contact : Ludivine Jacoulot, 076 409 69 02

### Terre-Sainte :

Mardi à 20h (2<sup>e</sup> mardi du mois). Bâtiment communal à Mies

Contact : Hedia Rodrigues, 079 245 20 61

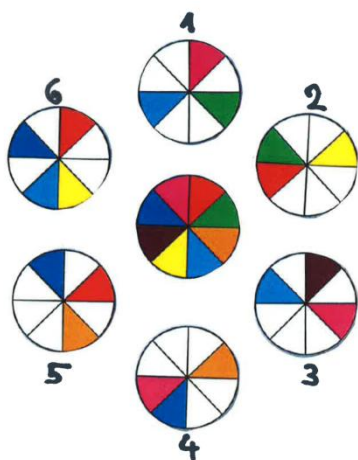
### Valais :

Personne de contact, disponible pour tout entretien : Corinne Roger, 079 918 50 99

### Genève :

Renseignements au secrétariat d'Eclipse : 021 311 42 56

Quels disques doit-on superposer pour obtenir le disque central ?



Solutions des jeux :

Disques : 2-3-5 Puzzle : pièce N° 7

Parmi ces 10 pièces, retrouvez la pièce n'appartenant pas au puzzle puis dans votre tête, reconstituez l'image.

