

Genève, le 20 octobre 2020

Journée Cœur Vaisseaux Cerveau

COMMENT PRÉSERVER SA SANTÉ CARDIO-VASCULAIRE DANS LE CONTEXTE DU COVID-19 ?

Les Hôpitaux universitaires de Genève (HUG) organisent, à l'occasion de la journée mondiale de l'accident vasculaire cérébral (AVC), une journée Cœur Vaisseaux Cerveau, le mardi 27 octobre. Des ateliers interactifs, conférences, vidéos et un court métrage seront proposés en ligne. Cet événement est organisé en collaboration avec la Fondation suisse de cardiologie, l'imad, l'association Fragile Suisse et soutenu par la Fondation privée des HUG.

Les infarctus du myocarde et les accidents vasculaires cérébraux (AVC) représentent la première cause de mortalité en Suisse et dans le monde. Dans notre pays, environ 10'000 personnes meurent chaque année d'un infarctus du myocarde et près de 16'000 personnes sont victimes d'un AVC.

Cette année, en raison du contexte sanitaire actuel, l'accent est mis sur les méthodes pour préserver sa santé cardio-vasculaire.

« En raison de l'épidémie actuelle de COVID-19, il est recommandé aux personnes atteintes ou à risques de maladies cardio-vasculaires de rester le plus possible chez elles et d'éviter les lieux publics. Il n'est pas évident dans ce contexte de prendre soin de sa santé », souligne Sandrine Jonniaux, infirmière, coordinatrice de cette journée. « De plus, certaines personnes hésitent à se rendre chez leur médecin ou à l'hôpital, même en cas de symptômes. Pourtant, l'infarctus du myocarde et l'attaque cérébrale sont des urgences et chaque minute compte. »

L'objectif de cette journée est alors de sensibiliser le public à la détection des symptômes et de donner des conseils pour préserver sa santé, même en restant à domicile.

Des ateliers éducatifs et une table ronde en ligne

Mardi 27 octobre, de 13h30 à 17h00, 11 ateliers et une table ronde seront organisés en ligne. Chacun d'entre eux sera animé deux fois : de 13h30 à 15h00 et de 15h30 à 17h00. Les personnes intéressées pourront participer à deux ateliers dans l'après-midi.

- **Cœur** : Connaissez-vous les symptômes de la maladie cardiovasculaire ?

- **Santé cardiovasculaire** : Piloter sa santé cardiovasculaire et prévenir les accidents de parcours !
- **Tension artérielle** : L'hypertension : la visualiser, mieux la comprendre et la prendre en main.
- **Mouvement** : Activité physique : j'en fais aussi souvent que possible et autant que nécessaire ! Et un deuxième atelier : Transpirez pour votre santé.
- **Alimentation** : L'alimentation bienfaisante pour votre tête et votre cœur !
- **Emotions** : Les émotions qui pressent le cœur.
- **Diabète** : Le diabète et ses complications.
- **Apnée du sommeil** : Apnée du sommeil et risques cardiovasculaires.
- **Tabac** : Et si ma santé partait en fumée...
- **AVC** : Quelques conseils pour intégrer mon bras lésé suite à un AVC dans mes activités de la vie quotidienne.

Table ronde : « Une association pour les personnes cérébrolésées et leurs proches : pourquoi et pour qui ? »

Au cours de ces ateliers, les intervenant.es échangeront avec les participant.es. Le nombre d'inscrit-es est limité à 20. Il est donc nécessaire de s'inscrire au préalable : <https://www.hug.ch/evenement/journee-coeur-vaisseaux-cerveau-0>.

Un court métrage

Ce court-métrage raconte, avec humour et décalage, le début de journée du 12 août 2019 d'Aline Grangier, 43 ans, physiothérapeute aux HUG, artiste à ses heures et passionnée de montagne. À son lever, alors qu'elle a l'intention, comme tous les matins, de couper, de presser puis de boire son jus de citron, Aline réalise qu'elle fait un AVC.

Ce film vise à faire prendre conscience de la souffrance vécue par les victimes d'un AVC. Il montre aussi comment les proches peuvent intervenir face à des signes d'alerte. Il sera diffusé durant cette journée d'animation, sur le site des HUG : <https://www.hug.ch/evenement/journee-cvc>.

Des conférences

Cinq conférences seront diffusées en ligne, via Livestorm, de 17h00 à 19h00.

- **« Comment prendre soin de son cœur dans une période de confinement »**
Pr Georg Ehret, médecin adjoint du Service de cardiologie
- **Quand le cœur vous parle, écoutez-le !**
Pr Christoph Huber, médecin-chef du Service de chirurgie cardiovasculaire, avec le témoignage d'un patient

- **Relation cœur et cerveau : victime et coupable !**
Pr Stéphane Noble, médecin adjoint du Service de cardiologie
- **AVC et confinement**
Dr Emmanuel Carrera, médecin adjoint du Service de neurologie
- **Maladies cardiovasculaires et déterminants sociaux**
Dre Silvia Stringhini, épidémiologue responsable de l'Unité d'épidémiologie populationnelle

Ces conférences seront modérées par Mme Suzy Soumaille, cheffe du Service des publications des HUG.

Pour y participer, il est nécessaire de s'inscrire au préalable via le site Internet des HUG : <https://www.hug.ch/evenement/journee-coeur-vaissaux-cerveau-0>

Des vidéos d'information

Quatre médecins des HUG présenteront dans de courtes vidéos, les signes d'alerte, les traitements existants des principales maladies cardiovasculaires et les facteurs de risques modifiables. Elles seront diffusées sur le site : <https://www.hug.ch/evenement/journee-cvc>

Plus d'informations

Sur le site : <https://www.hug.ch/evenement/journee-cvc>
via la Hotline : 079.553.77.08 ou par email : Journee.CVC@hcuge.ch

Pour de plus amples informations

HUG, Service de presse et relations publiques
presse-hug@hcuge.ch
+41 22 372 37 37

Retrouvez tous nos communiqués de presse, depuis 2011, sur [notre site Internet](#).

Si vous n'êtes pas encore abonné à nos listes de diffusion et désirez recevoir nos communiqués de presse, [laissez-nous vos coordonnées](#).

Suivez nous également sur : 

Les HUG : soins, enseignement et recherche de pointe

Les Hôpitaux universitaires de Genève (HUG) rassemblent huit hôpitaux publics et deux cliniques. Leurs missions sont de prodiguer les soins à la communauté dans toutes les spécialités médicales, de contribuer à former les médecins et professionnel·les de la santé et d'effectuer des recherches médicales et soignantes. Les HUG sont centre national de référence pour l'influenza et les infections virales émergentes, ainsi que pour les maladies du foie de l'enfant et la transplantation hépatique pédiatrique. Ils sont centre collaborateur de l'OMS dans cinq domaines. En 2019, avec leurs 11'945 collaborateur·rices, les HUG ont accueilli 64'134 cas hospitaliers, assuré 130'747 entrées aux urgences, 1'109'781 de prises en charge ambulatoires, 28'689 interventions chirurgicales et 4'248 naissances. 1'030 médecins internes et chef·fes de clinique, 2'159 stagiaires et 193 apprenti·es y effectuent leur formation. Les HUG collaborent étroitement avec la Faculté de médecine de l'Université de Genève, l'OMS, le CHUV, l'EPFL, le CERN et d'autres acteurs de la *Health Valley* lémanique à différents projets de formation et de recherche. Le budget annuel des HUG est de 1.94 milliard de francs.

Plus de renseignements sur :

- les HUG : www.hug.ch – presse-hug@hcuge.ch
- Rapport d'activité, chiffres-clés et plan stratégique : panorama.hug.ch et publications-hug