

Communiqué de presse

Journée mondiale de l'AVC 2026 – Savoir reconnaître les signes d'AVC sauve des vies



Sonia F. T. © FRAGILE Suisse

Lausanne, le 29 septembre 2026 – la **Journée mondiale de l'AVC** aura lieu le **jeudi 29 octobre**. En Suisse, **une personne est victime d'un accident vasculaire cérébral (AVC) toutes les vingt-cinq minutes**. **FRAGILE Suisse mène actuellement une campagne de prévention visant à sensibiliser le public sur les symptômes d'un AVC et sur ses conséquences.**

Chaque année, environ 22 000 personnes sont victimes d'un accident vasculaire cérébral (AVC), en Suisse. Un AVC peut toucher n'importe qui, de manière inattendue, et avoir de lourdes conséquences. Cependant, il est souvent possible de réduire les risques en adoptant un mode de vie sain et en s'informant sur les facteurs de risque. Savoir reconnaître les symptômes d'un AVC permet de sauver des vies.

L'histoire de Sonia montre l'importance de réagir rapidement. Quand son mari la trouve le visage paralysé et murmurant des paroles n'ayant aucun sens, il comprend immédiatement l'urgence de la situation et appelle les secours. Le diagnostic des médecins est sans appel : elle a fait un AVC. Reconnaisante, Sonia affirme aujourd'hui : **« J'ai eu beaucoup de chance : quand mon mari m'a trouvée, il a réagi vite et su quoi faire. »** Aujourd'hui, Sonia vit avec une hémiplégie du côté gauche, une fatigue chronique, et des difficultés de concentration et d'attention.

La méthode BE FAST pour une reconnaissance rapide des symptômes d'un AVC

Cette méthode permet ainsi une prise en charge rapide. Attention, les symptômes n'apparaissent pas forcément tous en même temps ou dans cet ordre :

- B comme Balance – l'équilibre : demandez à la personne de faire quelques pas sur une ligne droite ou se tenir sur une seule jambe. Observez si elle a des problèmes d'équilibre ou des vertiges.
- E comme Eyes – les yeux : demandez à la personne si sa vision est double, floue ou si elle ne voit que d'un œil.
- F comme Face – le visage : demandez à la personne de sourire. Si un coin de la bouche s'affaisse, cela indique une paralysie unilatérale.
- A comme Arms – les bras : demandez à la personne de tendre les bras vers l'avant, en tournant les paumes vers le haut. En cas de paralysie, les deux bras ne peuvent pas être levés, un bras tombe ou tourne sur lui-même.
- S comme Speech – la parole : demandez à la personne de répéter une phrase simple. Si elle n'en est pas capable ou si son élocution est étrange, il s'agit probablement d'un trouble de la parole.
- T comme Time – le temps : composez immédiatement le numéro d'urgence 144 pour décrire les symptômes. Chaque minute qui passe entraîne la mort de nouveaux neurones.

Appeler au plus vite le numéro 144 : chaque minute compte

Contact

Megan Baiutti, chargée communication et marketing
Bureau romand de communication
FRAGILE Suisse
E-mail : baiutti@fragile.ch
Tél : 021 329 02 73 ou 079 766 26 76

Des questions ?

Sur demande, plusieurs membres de nos associations régionales romandes sont à disposition pour témoigner en tant que victimes d'AVC. Nos professionnel-le-s sont aussi à votre disposition.

Campagne de prévention

Dans le cadre de sa campagne de prévention, FRAGILE Suisse met à disposition des annonces gratuites sous différents formats. Les visuels peuvent être téléchargés et utilisés librement :

www.fragile.ch/fr/medias/annonces-de-remplissage/

Pour plus d'informations sur la campagne « Protège ton cerveau, protège ta vie ! » :

<http://www.fragile.ch/protegetoncerveau>

Événements organisés pour la Journée mondiale de l'AVC

Nos associations régionales participent aux événements organisés par les hôpitaux cantonaux de Suisse romande. Concernant les programmes organisés par les hôpitaux, nous vous prions de vous informer directement auprès des hôpitaux. Ci-dessous, vous trouverez toutes les informations utiles :

- FRAGILE Vaud tiendra un stand durant l'événement organisé le mercredi 28 octobre 2026 par le [Centre Hospitalier Universitaire Vaudois](#) (CHUV) ;
- FRAGILE Valais tiendra un stand durant l'événement organisé le jeudi 29 octobre 2026 par l'[Hôpital du Valais](#) ;
- Les [Hôpitaux universitaires de Genève](#) (HUG) organisent un événement le jeudi 29 octobre 2026.

Liens utiles

- [Informations sur l'accident vasculaire-cérébral \(AVC\)](#)
- [Historique de FRAGILE Suisse](#)
- [Informations pour les médias](#)
- [Rapport annuel 2025 de FRAGILE Suisse](#)

FRAGILE Suisse et ses associations régionales

Plus de 130 000 personnes vivent en Suisse avec une lésion cérébrale. FRAGILE Suisse et ses 11 associations régionales s'engagent en faveur des victimes et de leurs proches. FRAGILE Suisse offre un service de conseil (Helpline 0800 256 256), l'accompagnement à domicile, des cours et sensibilise le public aux lésions cérébrales. Elle est reconnue d'utilité publique par la fondation ZEWO et dépend principalement de dons privés. Les associations régionales proposent des groupes de parole, des moments de loisirs et poursuivent le travail de sensibilisation. www.fragile.ch/fr