20 octobre 2026

20 octobre 2026, première Journée nationale de l'aphasie

L'aphasie reste largement méconnue du grand public
C'est un trouble du langage causé par une lésion cérébrale, notamment à la suite d'un AVC, qui entraîne des difficultés à parler, mais aussi, parfois, à comprendre ce que disent les autres, à lire ou à écrire. Plus de 300 000 personnes sont aphasiques en France. L'aphasie n'altère ni l'intelligence, ni la capacité à penser et à raisonner : c'est un handicap invisible de la communication.

La première Journée nationale de l'aphasie donnera lieu partout en France à des rencontres, débats, émissions, échanges et actions de sensibilisation. Elle est officiellement reconnue par le ministère de la Santé, des Familles, de l'Autonomie et des Personnes handicapées.

Une journée pour rendre l'aphasie visible

L'aphasie peut être interprétée, à tort, comme une diminution des capacités intellectuelles. Pourtant, avoir des difficultés à s'exprimer ne signifie pas être incapable de penser, de comprendre ou de décider.

La Journée nationale vise à mieux faire connaître ce handicap et ses conséquences, à réduire les préjugés et à favoriser une communication plus adaptée avec les personnes aphasiques.

Un rendez-vous national, partout en France

La Journée nationale de l'aphasie prendra vie partout en France grâce à la mobilisation des associations locales affiliées à la Fédération Nationale des Aphasiques de France (FNAF).

Rencontres, stands d'information, témoignages, échanges et actions de sensibilisation prendront différentes formes selon les territoires, avec un objectif commun : mieux faire connaître et comprendre l'aphasie, changer les regards et favoriser une société plus inclusive pour les personnes aphasiques.

Comprendre ce que l'aphasie change au quotidien

Des causes multiples, avec une place majeure de l'AVC

L'Accident vasculaire cérébral (AVC) est la cause la plus fréquente de l'aphasie et représente environ 75 % des cas. D'autres lésions cérébrales peuvent également être en cause : tumeurs, traumatismes crâniens, maladies neurodégénératives, ainsi que certaines causes infectieuses ou inflammatoires plus rares.

Des conséquences très concrètes au quotidien

Selon le type et la sévérité de l'aphasie, des activités auparavant ordinaires peuvent devenir difficiles, voire impossibles. Il peut notamment être compliqué de :

- converser et exprimer précisément ce que l'on souhaite dire ;
- téléphoner ou comprendre un échange oral rapide ;
- rédiger un courrier, remplir un formulaire ou lire certains documents ;
- se repérer et agir de manière autonome dans un environnement inconnu ;
- suivre la télévision, la radio ou lire la presse pour certaines personnes.

Des troubles associés peuvent aussi être présents

L'aphasie peut s'accompagner d'autres difficultés liées à la lésion cérébrale : difficultés à marcher et à utiliser un bras (hémiplégie), troubles visuels, troubles de l'attention ou de la mémoire et fatigabilité. L'ensemble de ces difficultés peut peser fortement sur l'autonomie et la qualité de vie.

La rééducation, un élément central du parcours

Il n'existe pas de traitement médicamenteux ou chirurgical spécifique de l'aphasie. La rééducation chez un orthophoniste occupe donc une place majeure. Elle vise notamment à améliorer le langage oral et écrit, à soutenir la communication, à développer des moyens de compensation et à aider la personne à retrouver confiance.

La santé psychologique : un enjeu majeur

Les conséquences psychologiques de l'aphasie peuvent être profondes et durables. La personne sait souvent ce qu'elle veut dire, comprend ce qui se passe autour d'elle et conserve sa capacité de décision, mais elle peut ne plus parvenir à exprimer sa pensée comme auparavant. Cette situation peut provoquer frustration, sentiment d'impuissance et détresse émotionnelle.

3 personnes sur 4 présentent des symptômes dépressifs dans les mois qui suivent un AVC.	**Plus de 60 %** sont encore concernées par des symptômes dépressifs un an après l'AVC.
1 personne sur 3 souffre toujours de dépression deux ans après l'AVC.	**44 %** développent d'importants symptômes anxieux.

Anxiété, stress et détresse émotionnelle

L'anxiété peut s'associer à un stress chronique et à une détresse émotionnelle qui persistent parfois plusieurs années après l'AVC. La fatigue, la répétition des échecs de communication, l'incertitude sur la récupération et la dépendance à autrui peuvent contribuer à entretenir cette vulnérabilité psychologique.

Une image de soi et une autonomie mise à l'épreuve

La difficulté à parler peut fragiliser l'image de soi et le sentiment de compétence. La personne peut perdre des repères importants et voir diminuer sa participation aux activités qui faisaient auparavant partie de sa vie.

Isolement social

Les activités de loisirs fondées sur les échanges sont parfois délaissées. Les relations amicales peuvent se raréfier et les contacts se limiter progressivement à la famille proche. Cet isolement augmente le risque de détresse et peut renforcer le sentiment de mise à l'écart.

Pour les aidants, une charge émotionnelle souvent lourde

Les proches doivent souvent faire face simultanément aux conséquences de la lésion cérébrale, aux difficultés de communication et à une réorganisation importante de la vie quotidienne. Leur détresse peut être élevée et durable. Leur soutien et leur accompagnement constituent donc une dimension essentielle.

> **Un défi pour les soins psychologiques**
> L'accès aux soins psychologiques reste difficile, notamment parce que de nombreuses psychothérapies reposent fortement sur le langage verbal. Développer des modalités de prise en charge adaptées à l'aphasie est donc une priorité pour la Fédération Nationale des Aphasiques de France.

Pourquoi une Journée nationale de l'aphasie ?

Trois objectifs pour faire évoluer les regards et les pratiques

Cette journée mobilise les personnes aphasiques, leurs proches, les professionnels, les institutions, les médias et le grand public autour de trois priorités complémentaires :

1. Faire connaître l'aphasie, ses conséquences et réduire les préjugés

Expliquer que l'aphasie est un trouble du langage et non une perte d'intelligence. Faire connaître ses conséquences sur la vie quotidienne, l'autonomie et les relations sociales, ainsi que la souffrance psychologique des personnes aphasiques (anxiété, dépression, stress chronique, isolement) et celle des proches et des aidants.

2. Améliorer la communication avec les personnes aphasiques

Encourager chacun, grand public comme professionnels, à adopter des gestes simples pour faciliter les échanges, permettre aux personnes aphasiques de s'exprimer et respecter leurs choix.

3. Mobiliser autour de la recherche et de l'innovation

Faire progresser les connaissances sur l'aphasie, la récupération, la qualité de vie et la santé mentale, et soutenir des dispositifs plus inclusifs dans les soins et dans la vie quotidienne.

Une finalité : améliorer concrètement la vie des personnes aphasiques

Ces trois objectifs concourent à quatre finalités :

1. Renforcer l'autonomie : permettre aux personnes aphasiques d'exprimer leurs choix et de prendre leurs décisions, avec une aide adaptée.
2. Améliorer l'accès aux soins, aux services publics et aux administrations : adapter l'accueil, les échanges et les démarches à leurs difficultés de langage.
3. Faire respecter les droits et la dignité : éviter l'infantilisation, rechercher le consentement et associer la personne aux décisions qui la concernent.
4. Favoriser la pleine participation à la vie sociale : maintenir les relations et les invitations, faciliter l'accès aux loisirs, aux associations et à l'emploi.

Comment mieux communiquer avec une personne aphasique ?

Quelques gestes simples peuvent rendre les échanges plus faciles et éviter que la personne soit mise à l'écart :

- Prenez le temps de parler et d'écouter. Laissez-lui le temps de répondre, sans terminer systématiquement ses phrases.
- Parlez-lui directement, même si un proche l'accompagne.
- Faites des phrases courtes et simples. Abordez une seule idée à la fois.
- Facilitez son expression sans parler à sa place. Posez une question à la fois et, si besoin, proposez deux choix.
- Ne l'infantilisez pas : parlez-lui comme à un adulte et respectez sa dignité.
- Utilisez des aides concrètes, selon ses besoins : gestes, photos, images, dessins, pictogrammes, objets ou mots clés écrits sur papier ou sur téléphone.
- Vérifiez que vous vous êtes compris. Si ce n'est pas le cas, reformulez tranquillement.
- Laissez-la exprimer ses choix et prendre les décisions qui la concernent, avec l'aide nécessaire.
- Continuez à l'inviter et à l'associer aux conversations et aux activités : maintenir le lien social est essentiel.

L'aphasie, c'est perdre ses mots, pas son intelligence : prenons le temps de communiquer.

La Fédération Nationale des Aphasiques de France

Créée en 1985, la Fédération Nationale des Aphasiques de France (FNAF) fédère des associations de personnes aphasiques et d'aidants et les représente auprès des instances nationales et internationales. Elle agit pour rompre l'isolement, défendre les droits et améliorer l'accompagnement des personnes aphasiques. En savoir plus : www.aphasie.fr