



Boîte à Outils

Faites un pas contre la stigmatisation, vers la Journée internationale de l'épilepsie

Campagne #50MillionsDePas

L'Organisation Mondiale de la Santé estime qu'environ 50 millions de personnes dans le monde vivent avec l'épilepsie. L'épilepsie peut être maîtrisée, mais elle reste stigmatisée en raison de mythes persistants et d'idées reçues.

50 % des personnes atteintes d'épilepsie rapportent être victimes de stigmatisation sociale.¹

La discrimination et la stigmatisation se manifestent sous de nombreuses formes. Un enfant avec l'épilepsie peut être exclu des activités scolaires ou des événements sociaux, et un adulte avec l'épilepsie peut se sentir écarté d'un emploi qu'il pourrait facilement occuper.

¹ Baker GA, Jacoby A, Buck D, Stalgis C, Monnet D. Quality of life of people with epilepsy: a European study. *Epilepsia*. 1997 Mar;38(3):353-62. doi: 10.1111/j.1528-1157.1997.tb01128.x. PMID: 9070599.

*Epilepsia*², une revue de référence sur l'épilepsie, a publié en janvier 2022 un rapport spécial sur la stigmatisation et l'épilepsie. L'étude a été menée par un groupe de travail de la Ligue internationale contre l'épilepsie.

Les principales conclusions de l'étude sont les suivantes:

- Pour les personnes vivant avec l'épilepsie, les attitudes négatives envers l'épilepsie ont des implications sociales importantes.
- Les attitudes envers l'épilepsie varient non seulement d'un pays à l'autre, mais aussi entre les régions au sein d'un même pays.
- La terminologie de l'épilepsie contribue à la stigmatisation associée à cette maladie.

Les idées fausses et les mythes contribuent souvent à la stigmatisation de l'épilepsie. De nombreuses personnes supposent que l'épilepsie est une maladie mentale, qu'elle limite les activités, ou même que l'épilepsie est contagieuse.

La campagne de la Journée internationale de l'épilepsie de cette année vise à dissiper ces mythes. Grâce aux faits sur l'épilepsie, nous espérons déconstruire les idées fausses du public à son sujet.

Nous commencerons la campagne par notre événement annuel "50 millions de pas".

Au cours des quatre années écoulées depuis le début de la campagne, près de 900 000 000 de pas ont été effectués.

Cette année, nous voulons faire encore plus.

Plus d'étapes. Plus de sensibilisation. Plus de vies améliorées.

Notre objectif ne peut être atteint qu'avec votre aide.

Voulez-vous marcher avec nous pour atteindre les 50 millions de pas avant la Journée internationale de l'épilepsie?

² Kwon, C-S, Jacoby, A, Ali, A, Austin, J, Birbeck, GL, Braga, P, et al. Systematic review of frequency of felt and enacted stigma in epilepsy and determining factors and attitudes toward persons living with epilepsy—Report from the International League Against Epilepsy Task Force on Stigma in Epilepsy. *Epilepsia*. 2022; 63: 573– 597. <https://doi.org/10.1111/epi.17135>

Comment Participer



Participer à la campagne est très simple. Du 6 janvier au 10 février 2025, il vous suffit de compter vos pas chaque fois que vous marchez.

Un Fitbit ou un podomètre peut vous aider à suivre vos pas. Les smartphones peuvent également être utilisés à cet effet. Si vous ne

disposez pas d'un tracker ou d'un smartphone, vous pouvez estimer le nombre de vos pas. À titre indicatif, un kilomètre correspond à environ 1 350 pas. Une personne moyenne fait environ 5 000 pas après avoir parcouru 3,8 kilomètres.

Les pas peuvent être enregistrés à notre compteur de pas sur www.50millionsteps.org.

Nous révélerons notre grand total de pas le 10 février, journée internationale de l'épilepsie.

Collecte de fonds de 50 millions de pas

La campagne vous offre l'opportunité de collecter des fonds pour soutenir votre travail. Pensez à encourager votre réseau à faire un don unique ou à contribuer par des dons réguliers.

Le site internet de la campagne inclut une page de dons pour le Fonds de solidarité de l'IBE. Grâce à ce fonds, l'IBE facilite la participation active des membres des pays en développement aux activités de l'IBE.

Les dons pour la campagne doivent être faits directement aux chapitres individuels. Le IBE ne collectera pas de dons pour les chapitres individuels.

Vous pouvez trouver plus de détails à l'adresse suivant:

<https://50millionsteps.org/fundraising-sponsorship>

Partagez votre événement avec nous!

Cet événement est une excellente occasion de participer à des activités de sensibilisation essentielles tout en s'amusant. Nous serions ravis de voir comment vous participez, alors n'hésitez pas à partager vos histoires et photos sur les réseaux sociaux en nous taguant.



facebook.com/InternationalBureauForEpilepsy



instagram.com/international_epilepsy



twitter.com/IBESocialMedia

Pour vous aider à promouvoir votre participation, nous avons mis à votre disposition des exemples de messages, de logos et de graphiques pour les réseaux sociaux dans notre boîte à outils ci-dessous.

Merci pour votre soutien !

Boîte à Outils

Les ressources de la campagne sont disponibles gratuitement pour une utilisation par des défenseurs individuels ou des organisations à but non lucratif.

Les sociétés commerciales qui souhaitent utiliser les ressources de la campagne doivent nous contacter pour obtenir une autorisation.

Si vous avez des questions sur la campagne, veuillez contacter Marie Ennis O'Connor, responsable de la communication, à l'adresse suivante:

communications@ibe-epilepsy.org

Logo

- Logo Blanc [Télécharger.png](#)
- Logo Pourpre [Télécharger.png](#)
- Logo Noir [Télécharger.png](#)

Affiche

- [Télécharger.png](#)
- [Télécharger.pdf](#)
- [Télécharger.png](#)
- [Télécharger.pdf](#)

Graphiques de médias sociaux

Image d'en-tête Twitter/X



[télécharger le fichier zip](#)

Images Twitter/X



[télécharger le fichier zip](#)

Image de couverture de Facebook



[télécharger le fichier zip](#)

Images Facebook



[télécharger le fichier zip](#)

Images Instagram



[télécharger le fichier zip](#)

Modèles modifiables



[télécharger le modèle ici](#)

Ce modèle vierge peut être adapté avec votre logo et vos images.

Pourquoi ne pas l'utiliser pour partager un selfie de votre promenade et le partager sur les réseaux sociaux ?

Remarque : ces modèles ont été conçus à l'aide de Canva. Si vous n'êtes pas familier avec Canva, regardez [ce tutoriel](#).