



COMITÉ
HAUTE-CORSE

CONFÉRENCES-DÉBATS

CRÉER SA SANTÉ DURABLE

JEUDI
16
MARS
2017

CORTE

AMPHI RIBELLU-UFR LETTRES-CAMPUS MARIANI

BIEN ÊTRE

BIEN BOUGER

BIEN MANGER

**DOSSIER
DE
PRESSE**

WWW.LIGUE-CANCER.NET
WWW.UNIVERSITA.CORSICA



RÉALISATION :
PROMO MASTER 1 INFOCOM - PICHJULELLU



INVITATION PRESSE



CONFÉRENCE DE PRESSE

CRÉER SA SANTÉ DURABLE

JEUDI 9 MARS 2017 À 14H30

**Salle des Conseils de la présidence de l'Université
Bâtiment Desanti, Campus Grimaldi, Corte**

En présence de :

Paul-Marie ROMANI, Président de l'Université de Corse

Marc MUSELLI, Vice-président de la Commission de la Recherche de l'Université de Corse

Marc GERMAIN, Président de la Ligue contre le Cancer de Haute-Corse

Dr Florence SANTINI-GOMEZ, ancienne Présidente du Comité de Haute-Corse
de la Ligue contre le Cancer

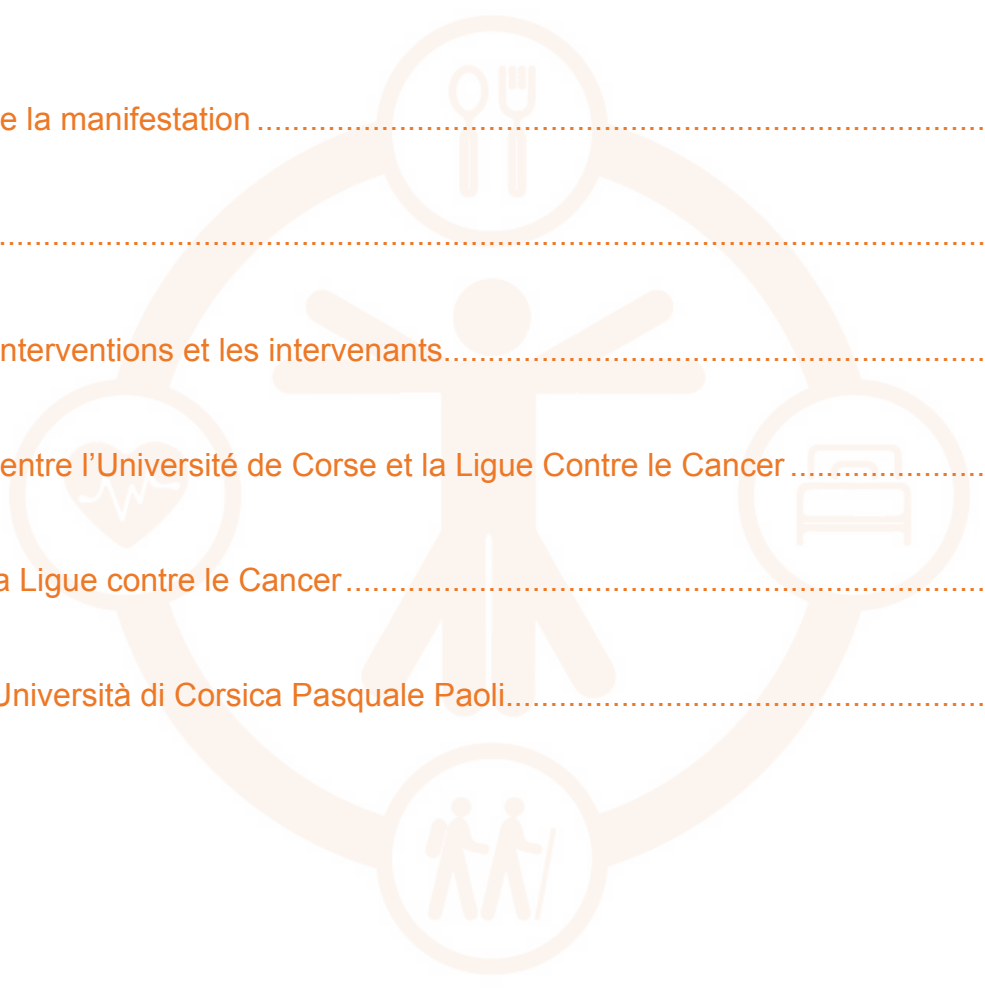
Pr. Josette DALL'AVA SANTUCCI

Lucia MEMMI, Ligue contre le Cancer de Haute-Corse

Marie-Michèle VENTURINI, Directrice de l'UFR Lettres, Langues, Arts,
Sciences Humaines et Sociales de l'Université de Corse

Françoise ALBERTINI, Professeur des Universités
Université de Corse

TABLE DES MATIÈRES



Présentation de la manifestation	4
Programme.....	5
Focus sur les interventions et les intervenants.....	6
Le partenariat entre l'Université de Corse et la Ligue Contre le Cancer	9
À propos de La Ligue contre le Cancer	10
À propos de l'Università di Corsica Pasquale Paoli.....	11

CRÉER SA SANTÉ DURABLE

Le Jeudi 16 mars 2017 à Corte à l'Università di Corsica, UFR Lettres, Campus Mariani, amphithéâtre Ribellu.

L'Università di Corsica Pasquale Paoli et le Comité Ligue contre le cancer de Haute Corse organisent le jeudi 16 mars 2017 à Corte (UFR Lettres, Campus Mariani, amphithéâtre Ribellu), une demi-journée événement autour de la thématique de la « santé durable ».

L'objectif de cette manifestation est d'informer la population corse sur les bonnes pratiques en matière de santé durable et leurs bienfaits pour lutter activement contre les principales causes de cancer. La demi-journée s'articulera autour de conférences grand public proposées par des spécialistes dont les domaines de compétences s'étendent de la santé durable, à l'intérêt d'une bonne alimentation et à l'impact d'une ou plusieurs activités sportives pour prévenir les principales causes de ces maladies.

Cet événement s'inscrit dans l'esprit du Plan Cancer III dont les quatre priorités correspondent à guérir plus de malades, donner plus de moyens à la recherche fondamentale et clinique, améliorer la vie des malades et faire de la prévention une priorité d'actions. Chaque année, près de 355 000 personnes font l'objet d'un diagnostic de cancer et près de 150 000 personnes décèdent de cette maladie. Si le nombre de nouveaux cas diagnostiqués a doublé ces 30 dernières années, la mortalité liée à cette maladie a connu sur la même période une diminution régulière. Aujourd'hui, ce sont plus de 3 millions de personnes qui vivent avec ou après un cancer. La lutte contre cette maladie concerne chacun d'entre nous, soit en tant que malade, que proche d'un malade ou en tant que professionnel de santé ou chercheur.

**LE BIEN-ÊTRE, LE BIEN-BOUGER, LE BIEN-MANGER,
QUELS SONT LEURS EFFETS POSITIFS SUR LA SANTÉ ?**

CONTACTS PRESSE :

Ligue contre le Cancer

Marc GERMAIN

Président du Comité de Haute-Corse, Administrateur national

06 82 31 38 60

Università di Corsica Pasquale Paoli

Marc MUSELLI

Vice-président de la Commission de la Recherche

07 78 25 16 03

PROGRAMME

JEUDI 16 MARS 2017 UNIVERSITÀ DI CORSICA - CAMPUS MARIANI - CORTE UFR LETTRES - AMPHITHÉÂTRE RIBELLU

13H15 : Accueil

13H30 : Allocutions

Pr. Paul-Marie Romani, Président de l'Université de Corse
M. Marc Germain, Président de la Ligue contre le Cancer de Haute Corse

14H : LE BIEN BOUGER, SES EFFETS SUR LA SANTÉ

Pr. Josette Dall'Ava Santucci

15H : ALIMENTATION ET CANCER

Mme Stéphanie Mariani, diététicienne, avec une intervention autour de l'alimentation

16H : SPORT SUR ORDONNANCE / *en visioconférence*

Dr. Alexandre Feltz, Adjoint au Maire de Strasbourg, en charge de la santé

17H : «SARDINIA BLUEZONE» OBSERVATOIRE DE LA LONGÉVITÉ

Claudia Porcu, Dr en Communication, vice-présidente du projet Sardinia BlueZone
Giovanni Mario Pes, chercheur, Département de médecine clinique et expérimentale, Université de Sassari

17H30 : Allocutions de clôture

M. Marc Germain, Président de la Ligue contre le Cancer de Haute Corse
Pr. Marc Muselli, Vice-président de la Commission de Recherche de l'Université de Corse
Pr. Françoise Albertini, Université de Corse

FOCUS SUR LES INTERVENTIONS ET LES INTERVENANTS

> INTERVENTION DE JOSETTE DALL'AVA SANTUCCI *Créer sa santé durable*

Bien ETRE - Bien BOUGER - Bien MANGER : Zoom sur le bien Bouger : ses effets sur la santé

Les preuves scientifiques s'accumulent depuis une dizaine d'années sur les effets du sport sur la prévention des maladies dites « de civilisation » qui se sont développées dans les pays industrialisés mais qui gagnent maintenant les pays émergents.

Les effets sur la prévention des cancers sont spectaculaires : une étude récente a regroupé 1,4 millions de patients de 11 à 98 ans suivis pendant 11 ans. Il existe une réduction des risques dans 13 types de cancers, d'autant plus importante que la durée d'activité physique est élevée. Le risque d'avoir un cancer est réduit pour l'œsophage, le poumon, le rein, l'estomac, l'utérus, le colon, le sein. Pour le sein il est également démontré que l'exercice réduit le risque de récides.

L'effet sur le cœur et les artères est également majeur : le cœur est un muscle et va donc se renforcer par la pratique de l'exercice. Il va envoyer jusqu'à 10 fois plus de sang et avec plus de force vers les artères qui vont se dilater, être plus mobiles et plus souples évitant ainsi les dépôts de graisses et de calcaire. Chez l'homme après 40 ans cet effet vasculaire se traduit par de meilleures érections. L'exercice réduit ainsi les risques d'hypertension artérielle et ses conséquences : infarctus du myocarde et accidents vasculaires cérébraux. Enfin une meilleure oxygénation du cerveau a un effet favorable sur le vieillissement des neurones et la prévention des maladies neurodégénératives.

Dans la prévention de l'obésité et du diabète, l'exercice a fait ses preuves. Bouger plus permet de rester mince en consommant davantage d'énergie. La minceur n'est plus seulement un objectif de beauté mais de santé publique. Attention : pas de régime sans exercice car les régimes favorisent la perte de fibres musculaires, alors que l'exercice permet leur développement à tout âge.

L'exercice à condition qu'il dure au moins 45 minutes lutte contre le stress. Les morphines naturelles (endorphines) sécrétées ont un effet anxiolytique et favorisent le sommeil, ce qui permet d'éviter les médicaments.

L'exercice favorise aussi l'estime de soi à travers le regard des autres.

Autres bienfaits de l'exercice : l'entretien de l'immunité qui protège des infections et l'effet anti-inflammatoire naturel qui préserve les articulations et évite à long terme les rhumatismes.

En termes de santé durable il a été démontré chez les seniors que l'autonomie est corrélée à la force musculaire des jambes (muscle quadriceps) qui permet d'éviter les chutes.

Quel type d'exercice pratiquer ? Au choix de chacun, mais pas de compétition : on ne se compare qu'à soi-même. La pratique doit être régulière et de 3 heures au total par semaine. La marche au quotidien et les exercices d'assouplissement doivent compléter 3 séances de ¾ d'heure par semaine à puissance plus soutenue. Il n'y a pas d'âge limite pour faire de l'exercice, au contraire : les fibres musculaires diminuent avec l'âge si on est sédentaire mais la récupération est toujours possible.

Biographie

Née en Corse, le Dr Josette Dall'Ava-Santucci, Professeur Emérite à l'Université Paris 5, a fait toute sa carrière à Paris, notamment à l'Hôpital Cochin Port Royal et a été longtemps Présidente de l'Association Française des Femmes Médecins. Elle a créé en 2004 la première année de médecine à l'Université de Corse. Depuis une dizaine d'années Josette Dall'Ava-Santucci se passionne pour le vieillissement réussi et assure dans ce domaine une veille scientifique permanente qui l'amène à donner des conférences régulières sur ce sujet de prédilection. Son approche globale de l'être humain lui permet une mise en perspective unique des éléments clés de la santé durable, qu'elle a su mettre à la portée de tous. La science pour elle est un questionnement permanent, toujours intégré dans une vision historique, philosophique ou artistique de l'être humain. Outre ses publications scientifiques et didactiques elle est l'auteur d'ouvrages grand public : « Des sorcières aux mandarines, Histoire des femmes médecins » (Calmann Lévy, 1989 et 2004), « Vivre mince, mieux, plus longtemps » (First 2013), « Créer sa santé durable » (UPPR, 2015).

> INTERVENTION DE STÉPHANIE MARIANI

Alimentation et cancer

Le cancer est une maladie multifactorielle et aucun régime alimentaire ne saurait à lui seul empêcher sa survenue ou son déploiement. Toutefois de nombreuses études épidémiologiques montrent que les individus qui suivent une alimentation saine et équilibrée bénéficient d'une incidence de maladies chroniques très faible et d'une espérance de vie plus élevée. Pour chaque famille d'aliments, Stéphanie Mariani fera l'inventaire des comportements alimentaires à privilégier ou à proscrire afin de lutter au mieux contre cette maladie.

Biographie

Enseignante en Sciences de la vie et de la terre dans le secondaire de 1998 à 2006, Stéphanie Mariani est diététicienne-nutritionniste depuis 10 ans et possède un cabinet de consultations à Ponte Leccia. Elle intervient depuis 6 ans à l'Université de Corse, à travers une collaboration avec le Service de Médecine Préventive et le Service des Activités Physiques et Sportives dans le cadre du « programme Coaching » et de l'événement « Sentez-vous sport » pour une remise en forme des étudiants. Elle collabore également avec le Centre Culturel Universitaire pour des ateliers cuisine proposant aux étudiants des recettes rapides et peu onéreuses. Prestataire Interfel (Interprofession des Fruits et des Légumes Frais) et de la DRAAF de Corse (Direction Régionale de l'Alimentation, de l'Agriculture et des Forêts de Corse), elle réalise des animations pédagogiques en milieu scolaire avec la mise en place du programme « Un fruit pour la récré » ainsi que l'événement annuel, la « Semaine Fraîch'attitude ». Stéphanie Mariani intervient régulièrement dans divers médias (Télématin sur France 2, France 3, Via Stella, RCFM, ou encore le magazine Femina).

> INTERVENTION D'ALEXANDRE FELTZ

Sport santé sur ordonnance

La Ville de Strasbourg a innové en 2012 en proposant aux malades chroniques de pratiquer une activité physique modérée dans le cadre du dispositif Sport Santé sur Ordonnance. L'objectif principal est de développer la pratique d'une activité régulière, adaptée à l'état de santé, dans une optique de réduction des inégalités sociales et territoriales de santé. A ce jour, 1500 personnes en bénéficient, ou en ont bénéficié, et 320 médecins généralistes Strasbourgeois prescrivent du sport sur ordonnance. L'engagement fort des partenaires du Contrat local de santé (Ville de Strasbourg, Agence Régionale de Santé, Direction Régionale de la Jeunesse, des Sports et de la Cohésion Sociale, et Régime local d'assurance maladie) assure la prise en charge de l'activité physique avec un reste à charge nul ou faible pour les patients.

Le 30 décembre dernier, le décret d'application de la loi de santé relatif aux conditions de dispensation de l'activité physique adaptée prescrite par le médecin traitant à des patients atteints d'une affection de longue durée a été publié au Journal Officiel. Cette publication va ainsi développer la prescription de l'activité physique adaptée par le médecin traitant pour des patients atteints d'une affection de longue durée. Ce décret a pris en compte et respecté les initiatives existantes notamment celle de Strasbourg et du réseau français des villes-sport santé sur ordonnance de l'Organisation Mondiale de la Santé. De plus, il instaure la possibilité de prise en charge des patients par de nombreux professionnels qualifiés (dont par exemple les éducateurs sportifs). Les onze millions de personnes souffrant en France d'une affection de longue durée pourront ainsi pratiquer une activité physique adaptée à leur pathologie.

Biographie

Né en 1963 à Metz, Docteur en médecine diplômé de la faculté de médecine de Strasbourg en 1991, Alexandre Feltz est Médecin généraliste installé dans le quartier populaire de la gare de la ville de Strasbourg depuis 1993. Chargé d'enseignement à la faculté de médecine de Strasbourg depuis 1997, il est également Président du syndicat MG France en Alsace depuis 2006. Elu local depuis 2008 issu de la société civile, il est adjoint au maire de la ville de Strasbourg et conseiller de l'eurométropole de Strasbourg. Cet engagement politique a notamment permis la mise en place de la maison des adolescents de Strasbourg, l'émergence de quatre Maisons Urbaines de Santé dans les quartiers populaires de la ville, la mise en place de Precoss (prise en charge du surpoids et de l'obésité des enfants sur la ville de Strasbourg), la salle de consommation à moindre risque sur le site des hospices civils de Strasbourg, et le dispositif sport santé sur ordonnance connu et reconnu nationalement !

La conjonction de son engagement en santé publique et en politique lui permet de mettre en place des structures innovantes aux services de la population notamment des plus démunis.

> INTERVENTION DE CLAUDIA PORCU ET DE GIOVANNI-MARIO PES

Projet «Sardinia BlueZone», observatoire de la Longévité

Le Professeur et Docteur Mario Giovanni PES, chercheur à l'Université de Sassari, est le président de Sardinia Blue Zone, Claudia PORCU est vice-présidente et directrice du projet.

Pierre GUY-STEPHANOPOULOS, anthropologue, développe la partie anthropologique, analysant le contexte de la vie des centenaires de Sardaigne et leur exceptionnelle longévité.

Le projet consiste à mettre en place un observatoire de la longévité. Il s'agit d'étudier le phénomène vu sous une approche multidisciplinaire, et plus spécifiquement anthropologique, dans l'optique d'une collaboration avec l'Université de Corse et bien d'autres. Un des buts de cette recherche est de trouver, quand ils existent, des points similaires avec les autres aires « Blue Zone » dans le bassin méditerranéen et dans le monde qui constitueraient un patrimoine immatériel de l'humanité digne d'être pris en considération de la part de l'Unesco. Ce programme est réalisé à des fins de « Bien-être », de « Bien vieillir » sans autre but que d'en trouver les éléments qui pourraient aider l'être humain actuel à vieillir dans de meilleures conditions.



LE PARTENARIAT ENTRE L'UNIVERSITÉ DE CORSE ET LA LIGUE CONTRE LE CANCER



Dans une volonté affirmée de développer son ancrage territorial en étant un acteur de la construction d'une société de la connaissance et des savoirs, l'Université de Corse s'associe depuis plusieurs années avec la Ligue Nationale contre le Cancer, afin d'informer le public corse sur les questions de santé, à travers l'organisation de journées de sensibilisation. Cette action vertueuse destinée à un large public s'inscrit dans la dynamique du projet de formation d'excellence autour de la première année de médecine et des études de santé impulsée par l'Université de Corse depuis plus d'une décennie.

Ce partenariat s'est concrétisé dès 2011, par l'accueil au sein de l'Université de Corse de la première journée régionale d'information de la Ligue contre le Cancer. En 2015 et 2016, l'Université et la Ligue ont co-organisé une journée autour du dépistage du cancer du sein à l'occasion d'« Octobre rose ». En mars 2016, c'est une journée autour des dernières techniques de dépistage et de thérapies développées pour lutter contre le cancer qui avait été proposée au grand public. En 2017, le thème choisi est la santé durable, les bonnes pratiques et leurs bienfaits pour lutter activement contre les principales causes de cancer.

LA LIGUE CONTRE LE CANCER



La Ligue nationale contre le cancer est une association Loi 1901, créée le 14 mars 1918 par Justin Godart et reconnue d'utilité publique depuis le 22 novembre 1920.

La Ligue Nationale contre le cancer est une fédération de 103 comités départementaux, avec un siège fédéral, dont la Présidente est le Professeur Jacqueline Godet.

La Ligue est une organisation non gouvernementale, apolitique et indépendante financièrement. 95% du total de ses ressources proviennent de la générosité du public.

Elle est le premier financeur privé et indépendant de la recherche contre le cancer en France. En 2013, le budget total de soutien à la recherche consenti par la Ligue s'est élevé à 36,7 millions d'euros.

Avec ses 640 000 adhérents et ses 13 000 bénévoles, La Ligue contre le cancer est le seul acteur indépendant à lutter sur tous les fronts de la maladie dans 4 directions complémentaires :

**CHERCHER POUR GUÉRIR
PREVENIR POUR PROTÉGER
ACCOMPAGNER POUR AIDER
MOBILISER POUR AGIR**

Son but : lutter contre le cancer et toutes ses conséquences, parce que le cancer est un enjeu sociétal majeur.

La mission des 103 comités départementaux est de relayer les actes de La Ligue au plus près de la population sur tout le territoire national (métropole et outre-mer).

Les comités sont autonomes et indépendants financièrement. Chacun des comités est dirigé par un président bénévole, et un conseil d'administration lui aussi, composé de bénévoles.

LE COMITÉ DE HAUTE-CORSE

Le Comité de Haute-Corse s'associe pour agir selon les objectifs de la Ligue Nationale. Il prend part à des programmes nationaux de Recherche en vue d'établir la Carte d'Identité des Tumeurs. Il finance le dépistage intensifié du cancer du sein et du colon chez les sujets à haut risque résidant en Corse réalisé par le Professeur F. EISINGER, Spécialiste de Médecine Prédictive à l'Institut Paoli-Calmettes et Professeur associé à la Faculté de Médecine de Marseille.

En partenariat avec le Rectorat de Corse, Le Comité de Haute Corse a un programme triennal de prévention auprès des élèves dans les collèges et en primaire sur les thèmes : la lutte contre le tabagisme, l'éducation nutritionnelle, la promotion des activités physiques et la protection solaire.

Le Comité de Haute Corse a inauguré l'ouverture de « Plages sans Tabac ». Il est partenaire de la ville de Bastia « Bastia se ligue » et fait partie intégrante du contrat local de santé.

Le Comité de Haute Corse mène des actions de prévention du cancer en organisant de multiples rencontres.

Les Commissions Sociales du département assurent un soutien financier aux malades et à leur famille en situation de précarité aggravée par la maladie en complément des dispositifs d'aide sociale déjà en place.

L'ouverture récente d'un Espace Ligue à la Maison des services publics à Lupino BASTIA permet de proposer aux patients en soins ou en convalescence des soins de support - esthétique, psychothérapie, diététique, relaxation, gym après cancer, arrêt tabac - afin d'améliorer leur confort.

L'UNIVERSITÀ DI CORSICA PASQUALE PAOLI



Fondée en 1765 et rouverte en 1981, l'Université de Corse Pasquale Paoli est un établissement pluridisciplinaire proposant à ses 4600 étudiants, un éventail de plus de 100 diplômes délivrés par 8 facultés, instituts et écoles. Elle s'est dotée d'une identité scientifique lisible articulée autour de 8 projets pluridisciplinaires labellisés au plus haut niveau par le CNRS et a noué des partenariats solides avec les grands organismes de recherche (CNRS, INRA, Inserm, CEA). L'Università di Corsica est liée par divers programmes d'échanges à plus de 100 institutions dans le monde, et s'insère dans une Association de Recherche et de Coopération Euro-Méditerranée constituée des Universités de Gênes, Nice Sophia Antipolis, Paris VI, Pise, Toulon et Turin. Elle a également créé le Réseau d'Excellence des Territoires Insulaires (RETI), qui regroupe à ce jour 27 universités.

Dans une volonté affirmée de développer son ancrage territorial en étant un acteur de la construction d'une société de la connaissance et des savoirs, l'Université de Corse s'associe avec la Ligue contre le Cancer afin d'informer et de sensibiliser les citoyens corses sur les dernières techniques de dépistage et de thérapies développées pour lutter contre le cancer. Cette action vertueuse destinée à un large public s'inscrit dans la dynamique du projet de formation d'excellence autour de la première année de médecine et des études de santé impulsée



**UNIVERSITÀ DI CORSICA PASQUALE PAOLI
SERVICE COMMUNICATION**

**Bâtiment Desanti
Avenue du 9 septembre
Campus Grimaldi - BP 52 - 20250 Corti**

Sylvia FLORE
Responsable de la communication
flore@universita.corsica
04 95 45 02 71
06 26 91 95 35

Jérôme CHIARAMONTI
Chargé de communication
jchiaromonti@universita.corsica
04 20 20 21 95

www.universita.corsica

