

## PRÉVENTION ALIMENTATION ET ACTIVITÉS PHYSIQUES

Le service prévention sensibilise différents publics (de la petite section de maternelle aux adultes) sur plusieurs thématiques dont l'alimentation, l'activité physique et le sommeil.

Pour l'année 2021-2022, nous avons sensibilisé actuellement :

- 4 576 personnes au cours de 253 interventions alimentation.
- 4 073 personnes au cours de 168 interventions activité physique.
- 3 311 personnes lors de 162 interventions sommeil.

Deux exemples d'intervention en milieu hors-scolaire :

### Saint-Colomban sportif / LOCMINÉ



À la demande du Saint-Colomban sportif / LOCMINÉ, le service prévention est intervenu auprès de deux groupes de jeunes sportives de 9 à 14 ans en date du 16 février 2022.

L'objectif de ces rencontres a été de sensibiliser les 20 jeunes sportives aux bienfaits d'une alimentation équilibrée et variée en lien avec la pratique régulière d'activités physiques.

Ces interventions se sont déroulées sous forme d'ateliers d'élaboration des 4 repas de la journée à l'aide d'emballages alimentaires accompagnés de débats et d'échanges.

Nous avons également remis des documents et outils de prévention afin que ces jeunes filles puissent adopter les comportements favorables à leur santé.



### Partenariat avec l'ALSH (Accueil de Loisirs Sans Hébergement) La Rabine / VANNES



Cette année, il a été décidé d'animer 4 ateliers sur 4 demi-journées à l'ALSH La Rabine / VANNES pour la prévention alimentation et sommeil. Les interventions ont été effectuées durant les mois de septembre et octobre 2021 en partenariat avec la mairie de la ville de VANNES et avec Sandrine JOUBERT, Éducatrice Sportive Sport et Santé.

Les actions de prévention se sont déroulées avec une dizaine d'enfants de 4 à 5 ans.

Les ateliers proposés ont été :

- Découverte des bases d'une alimentation variée et équilibrée à l'aide d'outils : aliments factices et puzzles.
- Expérimentation des goûts en sollicitant les sens.
- Échanges autour des images sur les «bons» et les «mauvais» gestes du quotidien pour avoir un sommeil satisfaisant / Outils Ligue Contre Le Cancer.

**NOUVEAU** : le comité du Morbihan a ouvert une **consultation diététique pour les personnes malades**, prendre rendez-vous au Comité.

Nathalie et Fanny chargées de prévention au comité du Morbihan.



MORBIHAN

## LIGUE INFO 56

Lettre d'information du Comité du Morbihan de la Ligue contre le cancer

N°62

1er trimestre  
2022

### Le mot du Président



Dr Albert JOSSE

ET MAINTENANT !

La pandémie du Covid 19 laissera certainement des traces dont il conviendra de mesurer les effets. La LCC et votre comité ont continué à défendre les personnes atteintes du Cancer, leurs proches, les jeunes et moins jeunes afin de les protéger ; les soignants et chercheurs continuent leur œuvre au bien de tous.

Nous nous sommes mobilisés pour la journée mondiale contre le cancer du 4 février, celle du cancer des enfants, sans oublier une interpellation des candidats aux élections présidentielles et aux élections législatives qui suivront, afin que notre combat soit entendu et que dans l'avenir des avancées annoncées soient perceptibles : vous avez entendu parler du combat que nous menons sur les dangers du tabac, de l'alcool, des nitrites ; la LCC insiste sur l'accréditation des établissements traitant du cancer, afin que chacun puisse bénéficier des meilleurs traitements et interventions.

Notre devoir est d'agir pour notre défense, d'être à la hauteur des enjeux, et nous remercions tous ceux qui concourent au succès de nos combats : donateurs, légataires, bénévoles, salariés qui nous soutiennent.

Dr Albert Josse  
Président du comité du Morbihan.

### Contacts

Ligue contre le cancer

Comité du Morbihan

Parc Pompidou

Bâtiment 8

Rue de Rohan

CP 3429

56034 Vannes Cedex

PERMANENCE

du lundi au vendredi de  
9h00 à 12h30 et de 13h30  
à 17h00



02 97 54 18 18



cd56@ligue-cancer.net



www.ligue-cancer.net/cd56



Ligue contre le cancer  
du Morbihan



Comité du 56



Liguecontrelecancerdumorbihan



2022 3<sup>e</sup> édition  
Marche-course de 5km contre le cancer  
Départ du stade du Loch  
Course à 10h  
Marche à 10h45  
Échauffement 20 min avant chaque départ  
ALRÉENNE  
Dimanche 26 juin  
Inscriptions sur [www.sportinnovation.fr](http://www.sportinnovation.fr)  
OUVERT À TOUS, à partir de 6 ans  
Soutenu au PASS SANITAIRE pour les plus de 12 ans

20 MARS 2022  
LA PLOËRMELAISE  
Vaincre ensemble !

## LA LIGUE, TOUTES VOILES DEHORS CONTRE LE CANCER ; TRANSAT CAP MARTINIQUE

Le Dr Pierre Barsotti et Etienne Bouthors, ingénieur, participent à la transat Cap Martinique en partance pour Fort-De-France. À bord du Rarioia, ils prendront le départ à la Trinité-Sur-Mer le **1er mai 2022**. Leur motivation est de soutenir la Ligue Contre Le Cancer, d'insister sur la prévention des cancers par l'activité physique d'une part et participer au financement d'une action en Martinique sur les cancers de la prostate d'autre part. À cette occasion, les 2 skippers proposent aux personnes malades une sortie en mer dans la baie de Quiberon sur le Rarioia les week-ends des **12 et 13 mars** et des **2 et 3 avril**.

Une sortie pour les enfants peut être possible un mercredi selon la demande.



Faites un don sur le **cagnotte HelloAsso** ouverte jusqu'à fin juin pour soutenir cette action : <https://www.helloasso.com/associations/ligue-contre-le-cancer-du-haut-rhin/formulaires/4>



### ESPACES SANS TABAC

Le label «espace sans tabac» a pour vocation de proposer, en partenariat avec les collectivités territoriales, la mise en place d'espaces publics extérieurs «sans tabac» : dans les parcs, structures scolaires, mairies, médiathèques... De plus en plus de communes du département s'engagent aux côtés de la Ligue Contre Le Cancer du

Morbihan dans la lutte contre le tabagisme. Ces espaces contribuent à :

- Encourager l'arrêt du tabac ;
- Préserver l'environnement ;
- Réduire l'exposition au tabagisme passif ;
- Réduire l'initiation au tabagisme des jeunes.

Les 1<sup>ères</sup> communes engagées dans ce dispositif de santé publique depuis septembre 2021 sont : Guidel, Noyal-Muzillac, Bubry, Saint-Pierre-Quiberon, Elven, Vannes et Berné.

**Continuons d'agir ensemble !**

## MARS BLEU 2022



## MARS BLEU

**1 mois de mobilisation**  
contre le cancer colorectal

### Qu'est-ce que Mars Bleu ?

Si Octobre Rose se mobilise contre le cancer du sein en octobre, Mars bleu est dédié au dépistage du cancer colorectal.

La Ligue Contre Le Cancer souhaite rester le premier financeur privé et indépendant de la recherche en cancérologie en France. Grâce à votre aide, nous soutenons efficacement les meilleurs chercheurs.

Le cancer colorectal est le 2<sup>ème</sup> cancer le plus meurtrier. Sur 50 466 dépistages réalisés dans le Morbihan, 1 706 ont été positifs et 81 cancers avérés ont été diagnostiqués précocement.

Si le nombre de dépistages visant à déceler un saignement microscopique a diminué de 9% au niveau national, par contre nous notons une hausse de 58.1% pour les années 2019 à 2021 au niveau départemental passant ainsi de 28 316 en 2019 à 50 466 en 2021.

Ce dépistage est gratuit (100% pris en charge par l'assurance-maladie), simple et indolore, il est facile à réaliser à domicile.

En 2022, deux nouveautés pour faciliter l'accès au dépistage :

- La possibilité de demander l'envoi du test par courrier (plus besoin de passer par son médecin) ;
- La consultation des résultats peut se faire directement en ligne.

**Le comité souhaite ainsi vous mobiliser pour ce dépistage du cancer colorectal**

### LE PAPILLOMA VIRUS HUMAIN (HPV)

#### Qu'est-ce que c'est ?

C'est un virus très répandu, chez les hommes comme chez les femmes, qui peut provoquer des lésions pré ou cancéreuses de type Bas ou Haut risque.

Les HPV se transmettent entre personnes, par contact intime avec les muqueuses, même sans pénétration. Les lésions et microtraumatismes des muqueuses sont des portes d'entrée, comme le sexe oral. Pour prévenir la contamination, la vaccination est recommandée depuis 2006 par la Ligue auprès des jeunes.

Selon Santé Publique France, malgré une amélioration ces dernières années, la couverture vaccinale contre le papillomavirus humain chez les jeunes filles reste faible dans la Bretagne : 51.2% pour une dose chez les filles âgées de 15 ans et 42.6% pour le schéma complet chez les filles âgées de 16 ans. Les couvertures en Bretagne sont supérieures d'environ 10 points à celles de la France.