



# Vivre en Essonne

Numéro 13 - Mars 2018

Lettre d'information de la Ligue contre le cancer de l'Essonne

Numéro spécial

## Bons anniversaires !

50 ans



Janvier 2018. Les salariés et un groupe de bénévoles réunis devant les locaux du Comité à Bligny : "Depuis 50 ans à vos côtés !"

**Les mécanismes et les effets des cancers sont de mieux en mieux compris. Les soins sont de plus en plus efficaces. La Ligue contre le cancer, fondée il y a 100 ans, a accompagné tous ces progrès. Le Comité de l'Essonne, créé il y a 50 ans, en diffuse toutes les missions.**

Il s'agit bien d'anniversaires... de s'arrêter ensemble un moment pour voir ce qui a été réalisé en se tournant vers ce qui reste à faire pour partager cet engagement. Quand il s'agit de la lutte contre des maladies qui sont les premières causes de mortalité et dont près de 40% pourraient être évitées, porter un regard sur les acquis et les réalisations est une étape indispensable pour mesurer les évolutions et les attentes. En un siècle, la Ligue

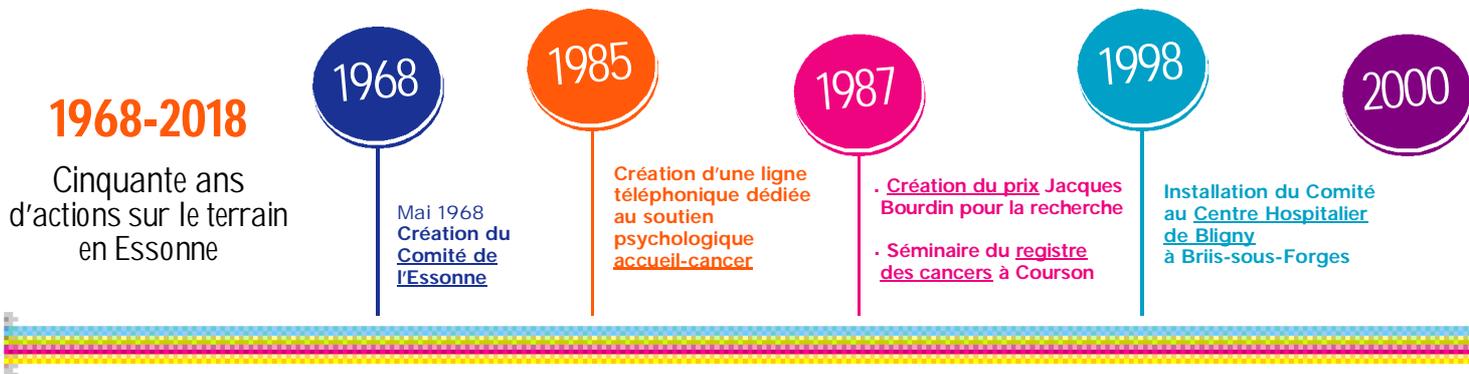
contre le cancer a été d'abord visionnaire puis partenaire et innovatrice. Présente dans tous les départements, l'ensemble de son activité contribue à l'amélioration de l'espérance et de la qualité de vie des personnes atteintes de cancer.

Sa force vient de son environnement composé d'experts et de représentants des usagers, de sa position nationale reconnue et de son enracinement local favorisant ses actions de proximité. Cette force a légitimé son organisation d'États généraux des personnes atteintes de cancer en 1998, 2000 et 2004 qui ont dynamisé jusqu'à ce jour la réorganisation de la prise en charge des malades et de leurs proches au bénéfice d'une meilleure information, d'un parcours personnalisé et pluridisciplinaire. Cependant, les situations demeurent

complexes. 40% d'entre elles sont encore irrésolues en termes de guérison.

Faire de ces 100 ans pour la Ligue nationale et de ces 50 ans pour notre Comité un anniversaire, c'est reconnaître la responsabilité que cela engage chaque jour. Un anniversaire, c'est aussi des dates pour des rencontres, des conférences et des activités festives pour un parcours d'information sur la recherche, la prévention et l'aide aux malades : le 14 mars à la Cité des Sciences à Paris, le 11 avril lors de notre Assemblée Générale à Janvry, le 9 juin dans toute la France et pour l'Essonne à Chamarande et d'autres rendez-vous citoyens pour un monde meilleur. Venez tous pour que nous avançons ensemble pour un monde meilleur et une bonne santé durable.

H.G.



**MARINETTE PICHON, MARRAINE DU COMITÉ DE L'ESSONNE**

## "La prévention, ça me parle !"

### Comment êtes-vous devenue la "marraine" du Comité de l'Essonne ?

Lorsqu'on m'a proposé de soutenir l'opération Octobre Rose, il y a six mois via mon élue, c'est tout naturellement que j'ai dit oui. Le cancer du sein est pour moi une cause sensible, même si je n'y ai été pas directement confrontée. Et puis cela concerne toutes les femmes ! C'était formidable d'être là, avec les 4 400 participantes réunies à Mennecy. Il y avait une ambiance de folie et je me suis prise au jeu ! Alors quand Natacha (la directrice du Comité) m'a proposé d'associer plus largement mon image et ma notoriété à la Ligue de l'Essonne, j'ai foncé !

Les messages portés par la Ligue me correspondent parfaitement, surtout en matière de prévention. Je me répète sans cesse, on a qu'une vie et qu'il faut prendre soin de sa santé, vivre sainement, faire du sport ! Etre dans la prévention, c'est vraiment quelque chose qui me parle, parce que cela fait partie de mon travail quotidien d'accompagnement et de sensibilisation des sportifs.

### Justement, on connaît votre prestigieux palmarès (lire ci-contre), mais pas vos fonctions actuelles.

Je suis salariée du Conseil départemental de l'Essonne, où je dirige depuis quelques mois le secteur "Accompagnement des acteurs du sport essonnien". Cela consiste notamment à accompagner les clubs du département dans leur organisation administrative, dans leurs recherches de sponsors, dans leur communication etc. Nous venons également de lancer un dispositif d'Ambassadeurs du sport dans l'Essonne, destiné aux athlètes de haut niveau et espoirs listés. Et puis je viens de créer ma Football Académie, à Romans sur Isère, qui réunira pour la première fois des jeunes filles âgées de 9 à 17 ans du 8 au 13 juillet prochains. Je suis également consultante pour France Télévisions et ambassadrice de la marque Kipsta.

### Que comptez-vous faire, concrètement, pour la Ligue ?

Je vais essayer de venir, autant que mon

### UN CV DE CHAMPIONNE

**1994-2007** : Internationale de football (112 sélections et 81 buts en équipe de France)

**2001-2004** : Première joueuse française professionnelle élue "Meilleure joueuse" avec les Philadelphie Charger's

**Depuis 2011** : Consultante à France Télévisions

**Depuis 2016** : Ambassadrice Kipsta

**2013-2017** : Directrice du Football Club Féminin de Juvisy

**Juin 2017** : Responsable du secteur "Accompagnement des acteurs du sport essonnien" au Conseil départemental de l'Essonne

**2018** : Fondatrice de la Football Académie Marinette Pichon (Romans-sur-Isère)

agenda me le permettra, sur le terrain, notamment pour les manifestations liées au cinquantième anniversaire du Comité de l'Essonne. J'aimerais y parler de prévention et surtout venir à la rencontre de tous les bénévoles et toutes les personnes touchées de près ou de loin par la maladie. Car c'est d'abord l'humain qui m'intéresse.

Recueilli par Y.P.

#### Comité de l'Essonne de la Ligue contre le cancer

Centre Hospitalier de Bligny 91640 BRIIS SOUS FORGES  
01 64 90 88 88 - cd91@ligue-cancer.net

Directeur de la publication : H. GAUTIER - Rédactrice en chef : N. HIOLIN - Secrétaire de rédaction : AL. HELIN  
Comité de rédaction : H. GAUTIER, P. HAAB, AL. HELIN, N. HIOLIN, J. ISRAEL, Y. PUS, A. TURPAUD

Impression : Imp. Chauveau - 02 37 881 881  
Numéro ISSN : 2425 - 3677

[www.ligue-cancer.net/cd91](http://www.ligue-cancer.net/cd91)

[www.facebook.com/fbliguecontrecancer91](https://www.facebook.com/fbliguecontrecancer91)

[www.twitter.com/liguecancer91](https://www.twitter.com/liguecancer91)

2000

Envoi des premières invitations pour le **dépistage du cancer du sein** par l'association **ADMC 91**

2003

Novembre 2003  
**Première rencontre médecins-patients à Marcoussis**

2005

Une avancée remarquable pour les conditions d'emprunt des patients grâce à l'énergie de Bernard Rouillon, bénévole : **la convention AERAS est née**

2012

Inauguration de la **Fondation JDB pour la prévention des cancers** à Fontenay-les-Briis

2018

Premier cours de **rugby santé** au Centre National de Rugby de Marcoussis

## Sport et santé : l'Essonne s'engage

**Parce que le sport a des vertus préventives et curatives, le Comité de l'Essonne n'a pas attendu les avancées législatives en faveur du "sport santé" pour promouvoir l'activité physique adaptée.**

**D**epuis plusieurs années, le Comité de l'Essonne s'emploie à promouvoir le "sport santé", en informant les médecins, en sensibilisant et en formant les acteurs du sport et en intervenant dans des entreprises. Il organise le 9 juin prochain au Domaine de Chamarande la 2ème journée sport santé en partenariat avec de nombreuses fédérations sportives et le Pôle de médecine du sport du département. Depuis 2014, des cours de gym adaptée ont lieu dans 12 communes de l'Essonne avec l'EPGV, plus récemment du rugby santé, aviron santé, Qi Gong et prochainement du tennis santé.

L'action bénéfique de l'activité physique sur la santé est connue de façon scientifique depuis plusieurs dizaines d'années, notamment sur les pathologies chroniques, tant en prévention que comme "adjuvant thérapeutique". La pratique

d'une activité physique, quelle qu'elle soit, réduit le risque de survenue ou de complications en cas de maladies chroniques. Elle diminue notamment de façon significative le risque de récurrence des cancers, en particulier du sein et du colon. Le décret "Sport sur ordonnance", publié le 30 décembre 2016 au Journal Officiel, encadre la prescription d'activités physiques pour la santé dans le cadre des affections de longue durée (dont les cancers). Ce texte consacre ainsi officiellement, sur la base des études scientifiques, l'activité physique comme un moyen thérapeutique non médicamenteux. Il offre la possibilité au médecin traitant de prescrire, selon l'état de santé de son patient et la nature de sa maladie, une activité physique adaptée qui devra être dispensée par des intervenants spécialement formés au sport santé. La question, cruciale, de la prise en charge financière de cette activité physique adaptée pour le patient, n'est toutefois pas encore résolue.

En attendant la généralisation du "sport sur ordonnance", le Comité de l'Essonne poursuit ses actions de formation et de sensibilisation.

**N.H. & J.I.**

## Les entreprises se challengent

**E**sprit d'équipe, de compétition et bonne humeur étaient au rendez-vous pour participer aux différentes épreuves proposées : Rugby à Cinq, Relais 4 X 100 mètres, Badminton et Watt-bike. Entre les épreuves, les participants ont pu être sensibilisés à l'intérêt de l'activité physique grâce aux animations proposées par le Comité Régional Olympique et Sportif d'Ile-de-France "Sentez-vous sport", le Club d'athlétisme de Massy et le Pôle de médecine du sport

du département. Le comité de l'Essonne de la Ligue contre le cancer présentait pour la première fois son exposition itinérante permettant à chacun de tester ses connaissances sur la maladie cancéreuse et sur les facteurs de risque en répondant à différents quizz interactifs.

Ce challenge sera renouvelé en 2018, avec l'objectif de doubler le nombre d'entreprises, soit 25 avec 150 participants ; d'autres activités pourraient enrichir ce challenge.

**P.H.**

### UNE EXPOSITION INTERACTIVE ITINÉRANTE



**E**n Juin 2017, le Comité de l'Essonne a créé un nouvel outil de prévention. Cette exposition interactive cible les adultes notamment au sein des entreprises qui s'engagent pour la santé de leurs salariés. Elle est composée de 12 panneaux informatifs sur le cancer et 4 écrans tactiles avec des applications ludiques. L'objectif est d'informer sur les comportements à adopter pour prévenir l'apparition d'un cancer et devenir acteur de sa santé. Au travers des différents panneaux, plusieurs thèmes sont abordés : les facteurs de risques ; " il n'est jamais trop tard pour m'arrêter de fumer ! ", " l'alcool peut-il provoquer des cancers ? ", " comment l'environnement peut nuire à ma santé ? ", les facteurs protecteurs ; " Et vous, pratiquez-vous une activité physique ? ", " ça veut dire quoi manger équilibré ? " etc. et le parcours pour le dépistage du cancer du sein, colorectal et col de l'utérus...

Les applications ludiques permettent de tester ses connaissances à l'aide de quizz et de jeu sur les causes de mortalité et les facteurs de risques et protecteurs des cancers. La dernière application permet de manière individuelle d'établir son profil santé.

L'exposition est mise à disposition gratuitement par le comité de l'Essonne. Pour plus d'informations contactez-nous : 01 64 90 88 88.

**A.T.**

# 50 ans, 100 ans : demandez le programme !



14 MARS 2018  
Cité des Sciences  
de la Villette (Paris)

La Ligue fête  
son centenaire \*

50  
ans

MERCREDI 11 AVRIL 2018  
Petite Ferme de Janvry (Essonne)

La Comité de l'Essonne fête son cinquantenaire ! \*\*

- Assemblée générale du Comité
- Conférence " (G)Astronomie " animée par Hervé Dole (astrophysicien) et Raphael Haumont (chimiste)
- Concert jazz avec le Big Band du CRD d'Orsay, sous la direction de Jean Gobinet

50  
ans

SAMEDI 9 JUIN 2018  
Château de Chamarande (Essonne)

Faites du bruit contre le cancer !

- Journée sport/santé
- Exposition de l'engin " Saline Fifty "
- Exposition Interactive Itinérante
- Conférences



20 et 21 NOVEMBRE 2018  
Mutualité Française et Conseil économique,  
social et environnemental (Paris).

1<sup>er</sup> États Généraux  
de la prévention des cancers

\* Inscription sur [laligue100ans.net/inscription](http://laligue100ans.net/inscription)

\*\* Inscription auprès du Comité [anne-laure.helin@ligue-cancer.net](mailto:anne-laure.helin@ligue-cancer.net)

## Prévenir, notre prochain défi !

**Vingt ans après les premiers États Généraux du cancer, la Ligue contre le cancer organise les premiers États Généraux de la prévention. Rendez-vous les 20 et 21 novembre prochain à Paris pour un premier bilan.**

**G**uérir n'est pas toujours possible. Les cancers qui résistent encore aux soins sont pour la plupart évitables. La réduction de facteurs de risque et la promotion de facteurs de protection opérées dans certains pays prouvent leur efficacité. La France est en retard dans ce domaine. La mortalité prématurée avant 65 ans est plus élevée que dans des pays voisins. Pour ne prendre que deux principaux facteurs, l'usage du tabac reste très important et l'activité physique est insuffisante. Et d'autres risques apparaissent, notamment environnementaux. Les campagnes d'information ont été peu convaincantes. D'autres méthodes d'intervention sont nécessaires, adaptées aux différentes populations, étendues de telle sorte qu'elles réduisent les inégalités en santé et complétées par des actions de recherche et de plaidoyer

pour produire des mesures justifiées et applicables amenant à des comportements individuels et collectifs salutaires. En 2016, la Ligue nationale contre le cancer et ses Comités ont défini leur politique préventive avec trois orientations : la réduction du tabagisme, l'éducation à la santé, la lutte contre les inégalités dans l'accès aux dépistages et deux axes complémentaires portant sur les risques environnementaux et la consommation d'alcool.

Pour plus de vigueur dans ce domaine de la santé, prioritaire pour les pouvoirs publics, la Ligue organise des États généraux de la prévention des cancers. Des membres de la société civile, des institutionnels, des professionnels vont construire ensemble des propositions au cours d'ateliers préparatoires entre mars et septembre prochain, même les enfants sont sollicités pour avoir leur avis. Elles seront transmises au Président de la République lors de séances publiques les 20 et 21 novembre 2018. Un changement profond dans la réponse aux enjeux de la santé devrait surgir de ces rencontres citoyennes qui seront élargies à tous sur internet. **H.G.**



La parole à

Pierre Haab, bénévole

" Vous aussi, vous pouvez être acteur de ces états généraux "

**E**n amont des états généraux de la prévention des cancers, 10 thématiques seront traitées sous forme d'ateliers qui réuniront des institutionnels, des experts, des membres d'associations et des personnes de la société civile. Ligueur depuis un peu plus de 6 ans, je faisais précédemment partie de "la société civile" en tant que directeur des Ressources Humaines au sein d'un groupe industriel. L'organisation des états généraux de la prévention des cancers est un projet fabuleux, porteur de sens et d'avenir. Cet exercice de démocratie permettra à tous les acteurs de confronter leurs points de vues et construire ensemble des propositions qui seront, je n'en doute pas, novatrices pour faire avancer la prévention des cancers. Vous aussi vous pouvez être acteur et contributeur de ces états généraux, que vous soyez ou non Ligueur, rejoignez-nous pour apporter votre "pierre à l'édifice".