

MAG

DES
ESPACES
LIGUE

CONTRE
LE CANCER

Témoignage

“ *Régine*
**Retour
aux sources !**

Dossier

Quand le cancer
frappe les enfants

Regards

Perruque ou
"boule à zéro"

Entretien avec...

Steve Mandanda

liguecancer13.net





Je me



LIGUE

0 810 111 101
ue-cancer.net

COMITÉ DÉPARTEMENTAL

LA LIGUE
COMITÉ DÉPARTEMENTAL

ÉDITO



Le Magazine des Espaces Ligue c'est l'histoire d'hommes et de femmes qui font la Ligue au quotidien et qui ont décidé de se lancer un pari osé : donner naissance à un journal de proximité pour répondre à toutes les questions que l'on se pose pendant et après la maladie.

La Ligue contre le cancer a trois missions fondamentales : la recherche, la prévention et l'action en faveur des personnes atteintes d'un cancer. À l'heure où les cas de cancers se multiplient autour de nous, fragilisant l'équilibre familial, la Ligue est omniprésente pour aider et soutenir les malades et leurs proches. La Ligue contre le cancer propose d'ailleurs des solutions bien souvent méconnues du grand public et que vous découvrirez à travers ce magazine.

La Ligue contre le cancer comité 13 s'appuie sur plusieurs espaces allant de Marseille à Arles en passant par Aix-en-Provence : des Espaces Ligue qui sont des lieux de rencontres, d'échanges et d'information où se mêlent activités sportives et ateliers conviviaux, entièrement gratuits.

Si vous avez quelques heures à nous consacrer par semaine, rejoignez nos équipes et devenez bénévoles afin de nous aider dans nos nombreuses missions quotidiennes. Vous vous apercevrez en passant les portes que ce n'est pas la maladie que vous côtoierez mais plutôt des sourires, de la gaieté et de la bonne humeur.

Mobilisons-nous pour mener ensemble ce combat et soutenir les avancées de la recherche. Nous comptons également sur vous pour faire vivre ce magazine en nous faisant part de vos témoignages que nous écouterons avec le plus grand intérêt.

À très bientôt dans nos Espaces Ligue !

Pierre GAROSI
Président du comité
des Bouches-du-Rhône
de la Ligue contre le cancer



P

ARCOURS DE FEMMES



Crédits photos : Henri BERTHE, Serge SARACCO

**DIRECTION
DE LA PUBLICATION**
Pierre GAROSI
Magali MAUGERI

SECRETARIAT
Valérie WAXIN

RÉDACTION
AGENCE CO2
Biljana DAMLJANOVIC
Elisabeth PARISOT

CRÉATION
AGENCE KADENCE
Karine APRILE MORISSE
Audrey MONTERO

PHOTOS
Serge SARACCO

**ONT PARTICIPÉ
À LA RÉDACTION**
Jean-Noël TOMMASI
Corinne SALGUEIRO
Estelle RIEU
Virginie NOYAU
Evelyne GIRAUD
Marjorie DUPRE
Jean-Claude BERTRAND

FABRICATION
IMPRIMERIE SIRIS

COMMUNICATION
Directrice
de la communication
et des partenariats
Magali MAUGERI
magali.maugeri@ligue-cancer.net

ISSN EN COURS

MAG DES ESPACES LIGUE
est un journal semestriel
gratuit qui s'adresse aux
femmes et aux hommes
concernés par le cancer
et à leur entourage.
Il s'agit d'un magazine
indépendant qui travaille avec
un comité de rédaction.
Des experts se sont exprimés
dans nos pages mais en aucun
cas les lecteurs ne doivent
prendre de décision médicale
sur la base de ce qui est écrit
dans le magazine
et sans consulter
une équipe médicale.

REMERCIEMENTS

Docteur Véronique BRUNEL .
Professeur Gérard MICHEL.
Professeur Juan IOVANNA.
Jacqueline GAUDET.
Charles DUCHAINE, Joseph ARAKEL.
Steve MANDANDA.
Régine SORAGNA et sa famille.
BMW - Camp Major Moto.
Le Fond de dotation de l'OM Lucie VENET.
Fondation d'entreprise du Crédit Agricole Alpes Provence.
Fondation Orange. La Roche-Posay.
Spa by Clarins InterContinental. Marjorie Coiffure.
Galeries Lafayette - Saint Ferréol et Centre Bourse - Marseille.
Lionel LEVY - InterContinental - Marseille Hotel Dieu.
Le Kabanon à boulettes de Marseille.
Crédit Mutuel - Gambetta - Marseille.



SOMMAIRE



P6 TÉMOIGNAGE
RETOUR AUX SOURCES
Régine Soragna

P11 LES ESPACES LIGUE

P16 ZOOM SUR
CANCER DU SEIN PARLONS-EN !
Entretien avec le Docteur Véronique Brunel Oncologue

P18 T'AS PAS DIT ÇA !

P19 ENTRETIEN
avec le Juge Duchaine

P20 DOSSIER
QUAND LE CANCER FRAPPE LES ENFANTS
Interview du Professeur Michel

P26 ENTRETIEN AVEC ...
Steve Mandanda

P28 SOCIÉTÉ
LE DROIT À L'OUBLI UNE AVANCÉE MAJEURE POUR LES MALADES
Entretien avec Jacqueline Godet, Présidente nationale de la Ligue contre le cancer

P30 RECHERCHE
LE CHERCHEUR CE GRAND INCONNU
Entretien avec Juan Iovanna, Directeur de recherche Inserm spécialisé dans le traitement du cancer du pancréas

P36 PSYCHO
OSEZ EN PARLER !
Echanges avec Marjorie Dupré, psychologue clinicienne

P37 SEXOLOGIE

P38 VIE D'ENTREPRISE
Le Groupe Tempo One Un label entreprise
Rencontre avec Joseph Arakel

P40 RENCONTRE
LE MÉCÉNAT DE COMPÉTENCES
Jean-Noël Tommasi

P43 PAROLES D'HOMMES

P44 BEAUTÉ

P46 REGARDS
PERRUQUE OU "BOULÉ À ZÉRO"

P47 BIEN-ÊTRE

P49 RELOOKING

P51 COUPS DE COEUR

P52 SPORT

P53 AGENDA
DE LA LIGUE 13

P54 SORTIR DANS LE 13

P56 LE COIN DES SAVEURS

P59 APPEL À DONS
POUR LA LIGUE





« Il était en soutien,
sans apitoiement
et sans intrusion.
Il me faisait confiance. »

Régine Soragna

LUMINEUSE. Voici le mot qui vient instantanément à l'esprit quand on rencontre Régine Soragna. D'aucun mettrait ses pimpantes joues roses sur le compte du footing achevé quelques minutes plus tôt... Peut-être, mais pas uniquement ! L'éclat a ceci de particulier qu'il est indicible. C'est un rayonnement qui vient de l'intérieur. Une présence à soi et aux autres qui donne tout de suite le ton des échanges à venir...

RETOUR AUX SOURCES

UNE FEMME DÉTERMINÉE

Si cette définition semble éloignée de la femme chaleureuse qui me fait face, il n'en reste pas moins que le C.V. de Régine est remarquable.

Après une brève incursion dans la communication, Régine Soragna poursuit son parcours dans la mutualité de santé. En 2007, elle prend la direction du réseau GMF en région Provence-Alpes-Côte d'Azur ; un travail passionnant et très prenant.

ET UN JOUR

Mariée depuis 19 ans à François, mère de deux adolescentes, Régine a 45 ans quand elle apprend en 2011 son cancer du sein. Ironie du sort ou humour noir, c'est en envisageant une possible réduction mammaire qu'elle détecte une grosseur. Son médecin l'envoie faire une mammographie puis tout s'enchaîne. Cette annonce suit une période « intense » dans la vie de Régine, sa mère ayant vaincu un cancer des ovaires malgré un diagnostic tardif et une prédiction de 3 mois d'espérance de vie... Un véritable miracle rendu possible grâce à l'engagement de ses médecins.

MES AMOURS, MON ENTREPRISE, MES AMIS...

Si le cancer touche directement la personne atteinte, il touche indirectement les proches. Régine a conscience que son épreuve n'aurait pas été la même sans l'appui indéfectible de son entourage, qu'il soit familial, professionnel ou amical. Son époux sait se faire présent, attentif et dans le dialogue. Une attitude facilitatrice pour Régine : « *Il était en soutien, sans apitoiement et sans intrusion.* »



Il me faisait confiance. » Au final, François garde un souvenir paradoxalement paisible de cette période. Avec ses filles, son réflexe de mère la pousse d'abord à minimiser la situation. Un choix qui ne tient pas la distance bien longtemps : « *Je voulais que rien ne change pour mes deux ados, alors elles n'ont pas changé leurs habitudes...* » Finalement le parler vrai redonnera place à l'attention nécessaire.

ALLER À L'ESSENTIEL

À l'annonce de la maladie, la mère de Régine lance cette phrase prophétique : « *Tu seras étonnée de toutes les ressources que tu vas trouver en toi !* ».

La sagesse en héritage. Car en effet, Régine vit son cancer très pacifiquement.

Refusant tout esprit de révolte, Régine prend le chemin de l'acceptation. Même le choix du vocabulaire est important : elle choisit de guérir (GAI – RIRE) plutôt que de se soigner (SOI – NIER).

Régine entame un dialogue intime, élimine le superflu pour retrouver l'essentiel. Refusant la peur qui paralyse, elle découvre en elle la force insoupçonnée de l'acceptation.

Libérée de toute contingence médicale car en absolue confiance avec les médecins qui l'entourent, Régine ne cherche pas à comprendre ce qu'elle ne peut pas maîtriser. Cet « abandon sans résignation » lui permet de se recentrer sur elle. « *Avant chaque chimio, je parle à mes cellules, les préviens de la douleur à venir, les apaise, leur dis qu'il faut en passer par là pour guérir.* »

La pratique hebdomadaire du Reiki, une discipline orientale qui rétablit la circulation des énergies par l'imposition des mains, l'aide également à mieux gérer son capital énergétique.

CARPE DIEM

Il n'existe pas de panacée universelle, de conseils applicables à tous. Chacun vit sa propre expérience. *« Mon conseil, c'est de ne pas écouter les conseils ! Il faut s'écouter soi-même en distinguant ce qui nous fait du bien de ce qui nous affaiblit. »*

Régine admet toutefois volontiers que certaines lectures l'ont aidée. C'est le cas du livre du québécois Guy Corneau, « Revivre ». *« Il nous invite à nous différencier de la maladie, à puiser à la source de ce que nous sommes, de ce qui nous anime. Par ailleurs, le cancer est un bon enseignant. Vous apprenez à profiter de l'instant où vous êtes bien. Notre état intérieur est la seule chose sur laquelle nous avons un peu de maîtrise. J'ai vu l'importance de renouer avec une présence à moi-même beaucoup plus respectueuse. On peut alors atteindre une sorte d'état de grâce. »*

SA LIBERTÉ

Après un an de traitement, la nouvelle de la guérison arrive. Puis vient le temps de LA QUESTION : reconstruction ou pas ? Comme l'ensemble des décisions prises pendant sa maladie, c'est avec une certaine sérénité que Régine a vécu l'ablation de ses deux seins. Un passage nécessaire vers la guérison. La décision est prise : pas de reconstruction. Un choix assumé sans être militant. *« Cela n'aurait pas eu de sens. Et puis je ne souhaitais pas recourir à nouveau à la chirurgie. »* Une décision prise en total accord avec son mari. Mais la porte n'est pas fermée. *« Je le ferai peut-être un jour si j'en ressens le besoin. Aujourd'hui, je suis à l'aise avec et sans mes prothèses. Un jour avec pour préserver l'harmonie de la silhouette dans cette petite robe noire et le lendemain sans, complètement libre pour aller faire mon jogging ! ».*

FRAGILITÉS

Par pudeur ou par volonté de rester positive, Régine n'évoque que les « bons côtés » de sa maladie. Mais quand on creuse, elle ne nie pas les difficultés, la douleur d'un cathéter mal posé, les effets secondaires qui épuisent et font douter, la difficulté de se voir sans cheveux, sans sourcils, le regard des autres, ces réflexions mesquines dans la rue ou lors d'une réunion de parents d'élèves... Puis elle balaye d'un revers de manche ces pensées négatives : *« Ce n'est pas cela qui reste. »*

Elle m'apostrophe alors : *« J'allais oublier ! On ne m'avait pas prévenue mais l'année qui suit la fin du traitement est délicate... L'entourage a tendance à croire qu'avec la guérison, tout redevient comme avant. Ça ne marche pas comme ça. J'ai profondément changé. Être plus à l'écoute de soi cela veut dire faire moins de concessions. Une nouvelle année a encore été nécessaire pour retrouver l'équilibre. Patience et surtout amour restent les maître-mots. »*

« On ne m'avait pas prévenue mais l'année qui suit la fin du traitement est délicate... L'entourage a tendance à croire qu'avec la guérison, tout redevient comme avant. Ça ne marche pas comme ça. J'ai profondément changé »

AUJOURD'HUI

Régine est en pleine forme ! Elle vient de changer de fonction. Elle dirige désormais un centre de relations téléphoniques, toujours à la GMF. Un poste moins chronophage mais tout aussi épanouissant : *« En accord avec la culture de mon entreprise, je pratique un management humaniste. J'aide les équipes à bien vivre leur métier. C'est ce que j'aime ! »*

Le vrai défi est de ne pas oublier. Le quotidien reprend vite le dessus. *« Rester présente à soi et aux autres demande une attention constante. »*

Régine s'est ainsi laissée aller à vivre ses envies : faire de la moto et de la plongée sous-marine, deux activités qu'elle ne s'était jamais autorisées, faute de partenaire. Les plus attentifs l'auront relevé : la pratique de ces deux sports procure un sentiment de liberté totale. Cela vous étonne ?!



H umour...

" François, mon mari, avec lequel j'ai eu une certaine ressemblance pendant quelques mois..."

" Été 2012 ci-dessous, devant le musée d'art moderne de Rome. "



" 2013 - Escapade au vert avec mon mari. "



" Un selfie en famille, sur le dôme du Pearl de Reykjavik. "



" Avec ma maman. "



" Été 2012 – Initiation à la plongée sous-marine avec ma fille Margot. "



" Islande, été 2014 – Bain dans les sources d'eau chaude de Myvatn avec mes deux filles. "



LES ESPACES LIGUE DES BOUCHES-DU-RHÔNE

MARSEILLE - AIX - ARLES - COTE BLEUE - AUBAGNE/GEMENOS - MARIGNANE - PAYS SALONNAIS

Des dizaines d'activités
et des moments de partage
**pour retrouver la vie
retrouver l'envie !**

Les Espaces Ligue sont ouverts
aux patients et leurs proches.
Ils sont entièrement gratuits.

Programme bien-être :
Cours de gymnastique adaptée,
Yoga, Qi gong,
groupe de convivialité,
soutien psychologique,
accompagnement professionnel
et personnel,
atelier de mode,
chant, photo,
consultation nutritionnelle,
séance individuelle esthétique,
accompagnement corporel...

RETROUVEZ-NOUS SUR :
www.liguecancer13.net

*Je m'appelle Virginie
j'ai eu un cancer,
les Espaces Ligue
des Bouches-du-Rhône
m'ont aidée à me retrouver*

**et vous
qui vous aide ?**



**COMITÉ DES
BOUCHES-DU-RHÔNE**

LIGUE CONTRE LE CANCER
Comité des Bouches-du-Rhône
Résidence Valmont-Redon
430, avenue de Lattre de Tassigny
BP 9999 - 13273 Marseille cedex 09
Tél. : 04 91 41 00 20
Fax : 04 91 41 68 41

ESPACE LIGUE MARSEILLE

Les Espaces Ligue

Le comité 13 vous ouvre les portes de ses Espaces Ligue

Depuis plus de 50 ans, la Ligue contre le cancer œuvre en faveur des malades atteints du cancer et de leur entourage. Ses priorités ? Privilégier les actions de terrain, être à l'écoute des malades et de leurs familles, informer les professionnels de santé et sensibiliser le grand public. Ce sont les missions que se donnent chaque jour les comités départementaux présents sur tout le territoire national.



Credits photos Magali Mangert

La Ligue contre le cancer comité 13 multiplie ainsi tout au long de l'année ses actions auprès des patients touchés par un cancer. Vous pouvez ainsi retrouver les équipes de la Ligue et ses bénévoles à Marseille, Aix-en-Provence, Arles, Marignane, Sausset-les-Pins, Salon-de-Provence ou encore Aubagne. La Ligue s'adresse aux patients de tout âge ; elle a d'ailleurs ouvert il y a un an un Espace Ligue Jeunes.

Ces multiples lieux d'accueil proposent un parcours bien-être, géré et suivi par des professionnels de la santé et du sport. Les patients y retrouvent un grand nombre d'activités et d'ateliers ; le tout accessible gratuitement. Cours de gymnastique adaptée, yoga, Qi Gong, groupe d'écoute et de parole, soutien psychologique, accompagnement professionnel et personnel, atelier mode, chant, consultation nutritionnelle, socio-esthétique... chacun pourra y trouver l'atelier qui lui convient ou le sport adapté à sa pathologie. Il suffit de passer le pas de la porte pour se rendre compte que ce sont de véritables lieux de vie où professionnels, patients et bénévoles partagent des moments de convivialité.

La Ligue contre le cancer comité 13 accompagne les patients pendant la maladie mais pas seulement... Elle les soutient également après, dans la phase de retour à la vie sociale ; cette démarche étant essentielle dans le processus de reconstruction.



Pour plus de renseignements :
www.liguecancer13.net
ou 0 800 940 939
(service anonyme et confidentiel, numéro gratuit)

AIDE SOCIALE AUX MALADES

La Ligue nationale contre le cancer est, au quotidien, le témoin de difficultés sociales croissantes rencontrées par les malades et leurs proches. Les aides financières concrètes apportent un soutien à un moment crucial durant la maladie.

Comment ça marche ? Désignée par le Conseil d'Administration, la Commission Sociale a pour mission d'examiner les demandes d'aide individuelle qui sont adressées à la Ligue contre le cancer comité 13 par les services sociaux.

Elle va décider de l'intervention financière de la Ligue et de son montant.

Les aides peuvent être allouées pour venir en aide aux personnes quand la maladie entraîne des frais supplémentaires ou quand l'absence suffisante de ressources met en péril la vie quotidienne du malade et de sa famille. Elles permettent de soutenir les malades du cancer et leur entourage afin de permettre à ces personnes d'anticiper certains problèmes sociaux, médicaux ou psychologiques.



Quelques chiffres...

- Plus de 30 200 malades ou proches de malades ont demandé de l'aide à la Ligue contre le cancer en 2013.
- 6 familles sur dix touchées par la maladie subissent une perte importante de revenus.
- Une famille sur 3 est contrainte de réduire ses dépenses alimentaires.

DISPOSITIF "Aarome" AIDE AU RETOUR À L'EMPLOI



Malgré les importants progrès thérapeutiques réalisés, le cancer est toujours une épreuve difficile, à la fois sur le plan physique mais aussi psychologique. La fragilité sociale potentiellement engendrée par la maladie est aujourd'hui reconnue, à la fois pour les malades

et pour les familles (coûts indirects de la maladie, baisse des revenus du travail, perte d'emploi...). La difficulté du maintien et du retour à l'emploi après un cancer concerne un nombre important de patients.

« Notre objectif premier est de **permettre au salarié de conserver un revenu, un lien social, un épanouissement professionnel,...** en anticipant pendant l'arrêt maladie la dimension professionnelle avec le salarié », précise Corinne Salgueiro, en charge du dispositif.

Le deuxième axe majeur du dispositif « Aarome » est de **faciliter, de simplifier la mise en œuvre d'actions afin de permettre à l'entreprise de mieux préparer le retour de son salarié dans son emploi.**

A travers cette démarche spécifique, l'enjeu est de répondre aux attentes et aux demandes des salariés et des entreprises. En se positionnant comme interface, la Ligue contre le cancer propose au gestionnaire **un accompagnement personnalisé qui lui assurera une meilleure visibilité des acteurs et des dispositifs existants et mobilisables.**

En accompagnant le patient très tôt dans sa maladie, on anticipe ainsi les questions de **métier, les difficultés de reprise ainsi que les changements de projets professionnels.**

Partenaires et financeurs du projet, le Conseil départemental des Bouches-du-Rhône et le comité des Bouches-du-Rhône de la Ligue contre le cancer ont missionné le Cabinet CS. Conseil et Corinne Salgueiro à l'initiative du dispositif, pour déployer cette démarche dans tout le département.



Pour tout renseignement, contacter Corinne Salgueiro à la Ligue contre le cancer comité 13 : 04 91 41 00 20

GYMNASTIQUE ADAPTÉE

Les Espaces Ligue



Depuis 4 ans, Muriel Boda donne, à l'Espace Ligue de Marseille, 2 cours par semaine de gymnastique adaptée. Pourquoi adaptée ? Tout simplement parce que les pathologies diffèrent d'un patient à l'autre et son état physique également. « *Je montre les mouvements mais chacun l'adapte selon son état physique* », explique Muriel Boda. « *Je montre les exercices, je les réalise avec elles et surtout je corrige pour éviter les mauvaises postures* », ajoute-t-elle. Au programme : renforcement musculaire, stretching, travail sur le souffle, abdominaux et cardio. Muriel met un point d'honneur à ce que ses cours soient ludiques et variés pour éviter l'ennui... tout ça sur fond de bonne ambiance pour que chacun se sente bien !

Activité proposée également sur nos différents Espaces Ligue : Aix-en-Provence, Marignane et Sausset et Salon-de-Provence .

 www.liguecancer13.net

ATELIER PHOTOS



La Ligue contre le cancer comité 13 offre des activités sportives mais pas seulement : on y retrouve de nombreux ateliers comme l'atelier photo, financé par la Fondation du Crédit Agricole Alpes Provence. A destination des adultes et des adolescents, Serge Saracco, qui anime cet atelier, livre toutes les ficelles du métier de photographe.

Lumière, vitesse, diaphragme, profondeur de champ, sensibilité, couleur... Serge Saracco aura à cœur de vous apprendre les règles de l'art photographique - de la prise de vue à l'utilisation des logiciels de retouche.



 www.liguecancer13.net

SHADOW BOXING

Le Shadow boxing, qui signifie littéralement « boxe de l'ombre », est délivré à la Ligue par Manon Nallis. Le principe ? On réalise des mouvements de boxe dans le vide en imaginant un adversaire. Autre particularité de cette discipline : on utilise également les jambes. Ces cours sont adaptés à chaque participant, à ses contraintes et à ses points forts. Proposés aux hommes et aux femmes, les cours dispensent l'échauffement, les renforcements musculaires, les exercices cardio-respiratoires et les enchaînements chorégraphiques. Chaque mouvement est associé à la respiration avec comme objectif de renforcer la paroi abdominale. Alors, tentés ?

 www.liguecancer13.net



NOUVEAUTÉS RENTRÉE



Entretien de sexologie

Proposer des entretiens de sensibilisation et d'information à l'attention des célibataires et des couples sur les problématiques sexuelles rencontrées dans le cadre de la maladie, tel est l'enjeu de la nouvelle consultation de Marjorie Dupré qui vient d'être lancée à la Ligue contre le cancer comité 13. Ces entretiens donnent un temps d'échanges pour évaluer la situation du patient et facilitent la parole sur un sujet encore tabou et ce, dans un espace confidentiel et bienveillant.

Les missions de Marjorie sont multiples : aider le patient à prendre du recul sur ses difficultés sexuelles et conjugales et repérer les conséquences de la maladie sur sa vie sexuelle (effets secondaires, modification de l'image du corps, évolution de la relation conjugale...). Une fois la situation évaluée grâce à une ou plusieurs séances, Marjorie peut également orienter le patient vers d'autres professionnels de santé adaptés. Fréquence des entretiens de sexologie : une fois par mois.

 www.liguecancer13.net

Le groupe de convivialité

Le cancer de la prostate : si on en parlait ?

Jean-Claude Bertrand, qui a eu un cancer de la prostate, a pris conscience de l'importance de côtoyer et d'échanger avec d'autres patients.

Il est devenu bénévole à la Ligue contre le cancer. En collaboration avec la Ligue, il est à l'initiative de la création d'un groupe de rencontres entre malades atteints de cette pathologie.

Objectifs ? Mieux assumer sa maladie et ses conséquences et trouver le soutien dont on a besoin durant cette épreuve.

Qui est concerné ? Ces rencontres sont proposées aux patients atteints d'un cancer de la prostate, quel que soit le stade d'évolution de leur maladie, avant ou après traitement. Compte tenu de la vitesse d'évolution de la maladie, le patient chez qui un cancer de la prostate a été diagnostiqué, dispose souvent d'un temps de réflexion avant une prise de décision concernant la mise en œuvre d'un traitement. Il éprouve souvent à ce moment-là, le besoin d'échange avec d'autres patients.

L'adhésion et la participation des professionnels de santé : nous inviterons régulièrement des spécialistes soignants avec un double objectif : d'une part, obtenir des réponses aux interrogations qui auront émergées au cours de ces réunions et d'autre part, leur présenter les conclusions de ces réunions. Ces entretiens devraient renforcer le dialogue entre soignants et patients.

Si vous vous posez de nombreuses questions sur votre pathologie, si vous avez besoin de vous confier et d'échanger avec d'autres patients et de bénéficier de leur expérience, si vous souhaitez faire part de votre témoignage, ce groupe de rencontres est fait pour vous.

 www.liguecancer13.net



BMW Motorrad

bmw-motorrad.fr



The Ultimate
Riding Machine

RÉINVENTE TES VOYAGES. NOUVELLE BMW R 1200 RS.

MAKE LIFE A RIDE.*

Soif de sensations et de voyages ? Accélère et tiens la distance.
Les lignes et la nervosité d'une vraie sportive. L'ergonomie et la protection d'une vraie routière.
Prends les commandes de la sportive au long cours et ne faiblis jamais. Ne renonce à rien.

bmw-motorrad.fr/2015/r1200rs

* Choisis ta trajectoire.

CAMP MAJOR MOTO
121 Chemin de L'AUMONE VIEILLE - 13400 AUBAGNE
Tél. : 04 42 70 73 73 - Fax. : 04 42 70 73 80
www.campmajormoto.com

CANCER DU SEIN PARLONS-EN !

Entretien avec
le Docteur Véronique Brunel
Oncologue

*Exceptionnel chez l'homme, le cancer du sein est le cancer le plus fréquent chez la femme, avec 42 000 nouveaux cas chaque année en France.
Il touche ainsi une femme sur huit au cours de sa vie.*

Aujourd'hui on parle beaucoup de personnalisation des traitements en proposant des thérapies ciblées ; est-ce vraiment le cas ?

La personnalisation des traitements fait effectivement les grands titres, mais dans la pratique, la plupart des patientes vont avoir des traitements similaires. Ce qui change, ce sont les indications qui sont plus fines d'un patient à l'autre. Dans le cas d'un cancer du sein précoce, on propose dans la majorité des cas une chimiothérapie suivie d'une radiothérapie. Et sur ces 10 dernières années, les indications de chimiothérapie se sont affinées. On proposait la chimiothérapie à des femmes qui avaient une tumeur de taille plus grosse, avec des ganglions atteints mais petit à petit, la taille n'a plus été le facteur principal. On s'est appuyé sur d'autres facteurs comme la prolifération, le grade, la présence ou non de récepteurs hormonaux. On est dans des situations où on a des femmes avec de petites tumeurs agressives

qui vont avoir une chimiothérapie alors que d'autres patientes qui ont une tumeur beaucoup plus grosse n'auront pas eu de chimiothérapie.

Y'a-t-il des avancées dans les traitements proposés ?

Il existe actuellement des outils qui ne sont pas encore passés d'usage courant, c'est le cas de la signature génomique par exemple, dont le coût reste important et dont la prise en charge n'est pas encore assurée. A partir d'un prélèvement de cellules tumorales, il est désormais envisageable d'identifier les patientes porteuses de cette "signature" et dont le risque

après traitement local (chirurgie et/ou radiothérapie) proposer une chimiothérapie alors que pour certaines patientes cela n'apportera pas de bénéfices supplémentaires importants ? Aujourd'hui, pour une tumeur en-dessous d'1 cm, il est exceptionnel de proposer une chimiothérapie ; au-dessus de 2 cm les patientes ont en général une chimiothérapie... C'est entre les 2 que ça pose souci. Et c'est là que la signature génomique et la personnalisation peuvent aider à proposer un traitement adapté. On cherche donc à affiner pour savoir à qui bénéficierait le plus

« Une question cruciale se pose quant au choix thérapeutique : doit-on après traitement local proposer une chimiothérapie ? »

de développer des métastases est élevé. Chez ces femmes, une question cruciale se pose quant au choix thérapeutique : doit-on,

la chimiothérapie. L'avenir serait donc probablement d'utiliser, entre autres, ce genre de signature comme facteur de pronostic supplémentaire.

Y'a-t-il une origine à l'apparition d'un cancer du sein ?

Dans la grande majorité des cas il n'y a pas de cause identifiée. Il y a des facteurs de risque « classiques » qui sont connus : la puberté précoce, la ménopause tardive, l'absence d'enfant ou une première grossesse à un âge plus avancé, l'absence d'allaitement... tout cela sont des facteurs de risque de cancer du sein. Après entrent en compte l'environnement, l'alimentation, le mode de vie... mais dans la plupart des cas, il n'y a pas de cause spécifique individualisée.

Quels conseils peut-on donner pour une détection précoce ?

Aux jeunes femmes, on recommande l'autosurveillance et l'autopalpation. Ensuite, il y a le dépistage, que ce soit le dépistage organisé ou individuel. Dans le suivi post-cancer du sein, une fois que les patientes ont été traitées, les recommandations officielles de surveillance post-traitement sont une mammographie par an et

Voyez-vous en consultation des cas de patientes de plus en plus jeunes ?

Je vois beaucoup de jeunes femmes : la grande majorité a plus de 40-45 ans mais les patientes les plus jeunes que j'ai vues ont eu jusqu'à 25 ans. Bien que ce soit exceptionnel, se pose donc la question d'un dépistage un peu plus précoce ; pas forcément généralisé à toute la population mais peut-être plus adapté en fonction des facteurs. Quand il y a des pathologies familiales, les femmes sont suivies plus tôt et de manière régulière.

On en parle très peu mais qu'en est-il du cancer du sein chez l'homme ?

C'est effectivement rare mais on en voit. Dans ma pratique, en général j'ai 2 à 3 cas par an. Cela survient en général chez des hommes plus âgés, souvent polyopathologiques. Ça se traite comme le cancer du sein féminin y compris l'hormonothérapie. Sur le plan chirurgical, ça se traduit en général

« Aux jeunes femmes, on recommande l'autosurveillance et l'autopalpation... »

normalement un examen clinique avec l'oncologue, le gynécologue ou le chirurgien en alternance tous les 6 mois pendant 5 ans. La surveillance officielle recommandée par les pouvoirs publics reste légère, donc il faut à côté de ça que les patientes soient vigilantes.

Quel est votre ressenti en tant que femme ? Vous côtoyez de près le cancer du sein, êtes-vous angoissée pour vous-même ?

Pas tellement. C'est peut-être une question de proximité. Je pense que j'étais plus inquiète quand j'étais interne que maintenant. Je n'ai pas d'inquiétude particulière vis-à-vis du cancer du sein. J'arrive à un âge où je fais mes mammographies comme tout le monde ; je me surveille.


par une mastectomie car ils ont de tout petits seins et pour enlever la tumeur, on est obligé d'enlever toute la glande.

Que peut-on espérer dans les années à venir ?

On voit des évolutions constantes : on a depuis quelques années des thérapies ciblées qu'on utilisait d'abord qu'en phase métastatique et qu'on utilise maintenant dès le diagnostic. Les progrès de ces dernières années c'est surtout chez une partie des patientes qui représentent à peu près 20% des cancers du sein et qui expriment une protéine qui s'appelle HER. Ce sont des patientes chez qui le cancer du sein est spontanément plus agressif ; des femmes qui rechutaient beaucoup. On a depuis un peu plus de



10 ans un médicament - l'Herceptine - qui va spécifiquement bloquer cette protéine HER. Cette découverte a très nettement amélioré le pronostic de ces patientes. On a donc maintenant des armes supplémentaires pour traiter ce cancer précis. Ce qu'il faudrait - c'est ce sur quoi travaille la recherche actuellement - c'est trouver des thérapies ciblées dans les cancers du sein qui n'expriment pas HER, en identifiant d'autres cibles. Cela permettrait de proposer aux patientes une autre alternative que la chimiothérapie.

 www.liguecancer13.net
Tel. 04 91 41 00 20
N° info Ligue : 0 800 940 939
(service anonyme et confidentiel)
INCa : www.e-cancer.fr
Institut National du Cancer



« T'as de la chance de pas aller bosser demain ».
Un couple d'amis de Chantal lors d'un dîner.

« Ah mais c'est bien, la sécurité sociale prend en charge les prothèses, après tu auras des beaux seins. Moi je voudrais les faire refaire mais c'est cher ! »

« T'as de la chance c'est un cancer du sein, celui-là on n'en meurt pas ! »

T'AS PAS DIT ÇA ?!



« Tu m'as fait peur, j'ai cru que c'était grave ! » Une amie de Laura réagissant au fait qu'elle allait avoir ni chimio ni radiothérapie.
Et de rajouter « si j'étais à ta place, je me ferais enlever les 2 seins pour être tranquille ».

« Moi ma mère est morte d'un cancer du sein ». Une voisine de Béatrice.

« Bon maintenant tu n'as plus à te plaindre, tu t'en es bien tirée et tout va bien ». Le compagnon de Marie-France à la fin de ses traitements.

« Moi mes seins sont petits, alors c'est pas grave si ça m'arrive ». Isabelle en accompagnant sa fille, croise une maman qui lui demande de ses nouvelles.

« C'est mieux ça que si tu t'étais cassé la jambe, à ton âge », un fils à sa mère de 84 ans atteinte d'un cancer du sein.

« Pourquoi vous plaignez-vous ? Vous n'êtes pas morte ! ». Le médecin généraliste de Raphaëlle, fatiguée par son traitement hormonal.

Humour noir mais de circonstance : pour détendre l'atmosphère à la maison et faire rire ses enfants, Fabienne leur a dit qu'elle était Voldemort (dans Harry Potter) au moment où elle a rasé ses cheveux.

A la question de son oncologue « comment ça se passe sexuellement avec votre mari ? », Françoise répond que ses cicatrices sont douloureuses, qu'elle a fini sa chimio, qu'elle est dans les séances de radiothérapie.

Réponse de son oncologue : « vous savez, il y a 50% de maris qui quittent leur épouse et laissent les enfants, alors c'est important que ça se passe bien ! »



ENTRETIEN AVEC...

LE JUGE DU CHAINE



A-t-on besoin de rappeler qui est le Juge Duchaine ?

Ce que nous connaissons surtout, c'est sa carrière dans le Sud, et les nombreux dossiers qu'il a instruits. Nous connaissons moins en revanche ses origines et son parcours. Si certains pensent que Charles Duchaine est originaire de la région PACA, ils se trompent. Même s'il possède des origines lointaines dans les Bouches-du-Rhône, cette figure de la justice marseillaise est née à Limoges. Après une maîtrise de droit privé, il intègre l'école nationale de la magistrature. Il démarre sa carrière dans le Cantal et la poursuivra ensuite à Monaco, en Corse pour finir dans la cité phocéenne. Il passera ainsi 20 ans dans le sud, dont dix ans à Marseille.

Quand on revient sur sa carrière justement, le juge Duchaine avoue qu'il ne pensait pas passer dix années à Marseille. « Ça représente à peu près le quart de ma carrière », constate-t-il. « Quand j'ai commencé, rien ne me prédestinait à venir travailler à Marseille », ajoute-t-il. Quand on lui demande s'il s'y est fait des ennemis, il répond avec sincérité que « même chez les plus mauvais, il y a toujours un peu d'humanité, d'intelligence, de lucidité et de compréhension des choses ». Il confie que ces mêmes personnes peuvent vous manifester du respect et de la considération.

Sa rigueur, son professionnalisme et sa dextérité ont valu au Juge Duchaine d'être fait chevalier de la Légion d'honneur à Aix-en-Provence. Une fierté quoi qu'on en dise. « J'ai un attachement pour ce type de symbole », dira-t-il ; même si modestement il se demandera ce qu'il a fait de particulier pour la mériter. « Je suis attaché aux valeurs

traditionnelles, à la République, donc je suis sensible à ce témoignage de reconnaissance », renchérit Charles Duchaine.

S'il a décidé d'associer son image à la Ligue contre le cancer comité 13, c'est d'abord parce qu'on se sent tous concernés par ce combat – on a tous quelqu'un dans notre entourage qui a vaincu un cancer ou malheureusement qui a été emporté par la maladie.

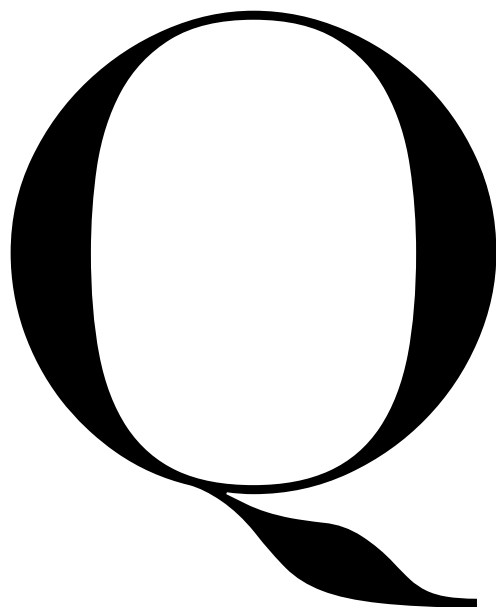


« **Les personnes atteintes d'un cancer n'ont rien demandé et ne l'ont pas mérité. La maladie frappe les innocents alors que les poursuites pénales frappent les personnes malhonnêtes.** »

Pour Charles Duchaine, « la lutte contre le cancer est une cause commune ». Ensuite parce qu'il a fait

un constat évident : certains se croient à l'abri des maladies, tout comme on peut se croire à l'abri des décisions de justice ; à une différence près... La maladie frappe les innocents alors que ceux qui sont poursuivis par la justice ont fait le choix de ne pas respecter la loi. « Les personnes atteintes d'un cancer n'ont rien demandé et ne l'ont pas mérité. La maladie frappe les innocents alors que les poursuites pénales frappent les personnes malhonnêtes ». Selon le juge Duchaine, cela remet les hommes à égalité quels que soient leur condition, leur situation ou leur état de fortune ; « nous sommes tous exposés de la même manière ».

Il soutient les actions de la Ligue contre le cancer et son engagement de « lutter contre un fléau ». Il a d'ailleurs l'impression qu'il y a peu d'initiatives prises par les pouvoirs publics et reconnaît l'importance d'associations comme la Ligue contre le cancer. Très humblement, il déclare que « si mon image - si modeste soit-elle - peut motiver et mobiliser les gens, j'en suis ravi ». Celui qui faisait partie du paysage marseillais depuis 10 ans a quitté la région en septembre 2014 pour rejoindre Paris où il occupe de nouvelles fonctions : Charles Duchaine est actuellement Directeur Général de l'Agrasc (l'Agence de Gestion et de Recouvrement des Avoirs Saisis et Confisqués) ; agence visant à faciliter la saisie et la confiscation en matière pénale. Mais rien ne nous dit qu'il ne sera pas de retour dans la cité phocéenne d'ici quelques années. En attendant, vous pourrez le croiser du côté d'Aix-en-Provence où il vient passer la plupart de ses week-ends.



QUAND LE CANCER FRAPPE LES ENFANTS

Entretien avec
le Professeur Gérard Michel,
Hématologue

Quand on se rend au service de cancérologie pédiatrique pour rencontrer le Pr Gérard Michel, chef de service, on ressent une boule au ventre à l'idée d'y croiser des enfants malades. Et pourtant, la première image en arrivant au 5^{ème} étage est une scène touchante dans le couloir, d'un petit garçon dans les bras de son papa avec un sourire jusqu'aux oreilles face à un spectacle d'animations hautes en couleurs.

Où en est-on aujourd'hui du cancer chez les enfants ? Le Pr Michel a répondu à nos questions sur les types de cancers et leur prise en charge avec les traitements qui en découlent. Sans oublier un élément essentiel bien souvent occulté : quels adultes deviennent ces enfants qui ont été touchés par un cancer durant leur enfance ?

Quels sont les cancers qui touchent plus particulièrement les enfants ?

Alors qu'on a tendance à penser que les cancers de l'enfant sont des maladies rares, il faut savoir qu'un enfant sur 400 aura une maladie maligne au cours des 18 premières années de sa vie. C'est ce que nous apprend le Pr Gérard Michel, chef de service hématologie et oncologie pédiatrique, lors de notre rencontre à la Timone. « C'est une maladie qui a des aspects chez l'enfant qui sont très différents de chez l'adulte, tant au niveau des types de cancer que des traitements ». Chez l'enfant, on retrouve beaucoup de leucémies et de lymphomes ; ce qu'on appelle des hémopathies malignes. Les leucémies et les lymphomes représentent à eux seuls près de la moitié des cancers chez les enfants.

Ensuite, on a les tumeurs appelées « solides » qui sont des tumeurs cérébrales, d'autres tumeurs développées à partir de cellules embryonnaires (neuroblastome*, néphroblastome*), et enfin les cancers des os. L'Hôpital de la Timone est une référence en cancérologie pédiatrique ; il possède notamment des chirurgiens et des radiothérapeutes pédiatres spécialisés, un grand centre de greffe de moelle pour les leucémies et toute l'infrastructure nécessaire à l'utilisation des nouveaux médicaments.

Une prise en charge médicale spécifique pour les enfants atteints d'un cancer.

Chaque année, la Timone accueille environ 150 nouveaux cas de maladies malignes dans le service (on dénombre près de 2 000

nouveaux cas chaque année en France). Les cancers des enfants bénéficient d'une prise en charge bien spécifique. En terme de traitement, la plupart des enfants ont besoin de chimiothérapie. Le Pr Michel explique que « ce qui était vécu comme un désavantage considérable pour les cancers de l'enfant est finalement un avantage ; ces cancers évoluent rapidement parce que les cellules malignes chez l'enfant se divisent très vite mais ceci augmente leur sensibilité à la chimiothérapie ». C'est donc la chimiothérapie qui fonctionne le mieux et bien souvent elle est même réalisée en amont de la chirurgie. Comme le souligne le Pr Michel, il faut bien évidemment de bons chirurgiens car pour certaines tumeurs comme par exemple...



”

*« L'Hôpital
de la Timone
est une référence
en cancérologie
pédiatrique »*

QUAND LE CANCER FRAPPE LES ENFANTS

... dans le cas de cancers des os, on a besoin de véritables spécialistes. *« Avant la mise au point de chimiothérapies efficaces, on ne guérissait que 20% des ostéosarcomes et on devait en amputer 80%, souvent au niveau des membres inférieurs. Aujourd'hui c'est l'inverse : on en guérit presque 80% et les amputations sont beaucoup plus rares ».* Ceci parce que les chirurgiens sont arrivés à avoir des chirurgies conservatrices où ils arrivent à enlever des tumeurs même volumineuses et à reconstruire derrière. Et souvent la

thérapies ciblées dont on entend de plus en plus parler et qui permettent d'agir directement sur l'anomalie de fonctionnement d'une cellule. Ce sont des traitements qui vont devenir de plus en plus fréquents dans l'avenir et qui ont fondamentalement transformé le pronostic de certaines maladies comme la leucémie myéloïde chronique. Dernière technique mise au point : une nouvelle arme autour de ce qu'on appelle l'immunothérapie et qui va – comme son nom l'indique – utiliser le système immunitaire pour guérir l'enfant.

« 3 enfants sur 4 guérissent d'un cancer »



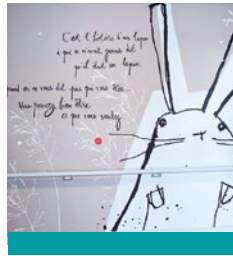
« Certes il y a l'accès aux soins, mais pas seulement : il y a la nécessité de consulter une assistante sociale, un psychologue, de bénéficier d'un temps d'enseignement car c'est une période où l'enfant est déscolarisé »



dernière étape est la radiothérapie. C'est principalement le trio chimiothérapie-chirurgie-radiothérapie qui est proposé comme traitement chez les enfants et adolescents.

Mais tout va dépendre de la tumeur. Pour la leucémie, comme la maladie est d'emblée disséminée, on fait principalement appel à la chimiothérapie mais pas à la chirurgie. La greffe de moelle est également utile pour les formes les plus graves. A l'inverse, il arrive que pour certaines tumeurs, on ait à faire essentiellement à l'acte chirurgical mais ce sont des cas rares. Le tout pour chaque maladie maligne est de bien réfléchir à une stratégie thérapeutique. *« Globalement ça tourne autour des mêmes choses : chirurgie, radiothérapie, chimiothérapie, greffe de moelle ».* Néanmoins on voit aujourd'hui apparaître de nouveaux traitements dans l'arsenal thérapeutique comme les

Vécu comme un véritable tsunami par les parents et comme une injustice, il est souvent difficile pour l'entourage de faire face. La prise en charge ne doit pas occulter des éléments importants en dehors de l'aspect médical. Certes il y a l'accès aux soins, mais pas seulement : il y a la nécessité de consulter une assistante sociale, un psychologue, de bénéficier d'un temps d'enseignement car c'est une période où l'enfant est déscolarisé. Professionnalisme et humanité sont essentiels à la fois au moment de l'annonce de la maladie et tout au long du traitement. L'Hôpital de la Timone accueille et soutient les enfants et leurs parents. Tout est mis en place pour égayer leur quotidien et leur redonner le sourire : les enfants ont accès à des salles de jeux et de nombreuses animations leur sont proposées quotidiennement.



Mur du service de cancérologie pédiatrique à l'Hôpital de la Timone - Marseille

3 enfants sur 4 guérissent d'un cancer

Difficile d'associer les mots cancer et enfant tant cette maladie est dévastatrice pour toute une famille. Alors qu'il y a 30 ans, les cancers des enfants se guérissaient peu, les progrès qui ont été faits sont considérables. Aujourd'hui, on guérit près de 3 enfants sur 4 ; ce chiffre variant selon le type et l'étendue du cancer au moment du diagnostic. Et quand on parle de guérison, c'est bien de guérison totale, récurrence y compris. La notion de temps dans la récurrence varie d'une tumeur à l'autre : *« il y a des tumeurs où on peut rechuter très tardivement et il y en a d'autres pour lesquelles si on n'a pas récidivé dans l'année, on est presque sûr qu'on ne récidivera pas »*, déclare le Pr Michel. Chez l'adulte on parle souvent de survie à 5 ans alors que pour certaines maladies, *« on est quasiment sûr que si elles n'ont pas rechuté au bout d'un an, elles ne rechuteront pas »*. A l'inverse, des maladies qui se développent plus lentement peuvent rechuter après 5 ans.

Quel avenir pour les enfants soignés pour un cancer ?

Guérir un enfant, c'est primordial mais se posent ensuite toutes les questions des conséquences de son traitement sur son futur car il ne faut pas oublier que les enfants atteints d'un cancer dans leur plus tendre enfance vont devenir des adultes. *« Quand j'ai commencé en cancérologie pédiatrique, on ne pensait qu'à guérir les enfants car on en guérissait très peu »*, affirme le Pr Michel. Et petit à petit, le corps médical a commencé à se préoccuper du devenir de ces enfants et du fait qu'ils puissent avoir la vie la plus normale possible. Il faut donc penser au moment présent mais aussi se projeter sur le long terme et penser au-delà de la guérison. Le Pr Michel et ses confrères ont ainsi décidé de monter à Marseille en 2004 un programme pour suivre ces enfants et adolescents une fois

qu'ils deviennent de jeunes adultes. Ce programme, appelé LEA, était au départ uniquement à Marseille. Maintenant ce sont des patients de toute la France, soit près de 1 500 patients par an, qui sont suivis sur le long terme dans ce programme. Pour continuer à le faire fonctionner, ce programme a besoin de fonds. La Ligue contre le cancer comité 13 a décidé de le soutenir et d'en financer une partie ; ayant fait des cancers de l'enfant l'une de ses priorités.

Le Pr Michel nous révèle que l'objectif de ce programme est de *« suivre ces patients sur le long terme pour prévenir, dépister précocément, ou traiter des séquelles physiques, psychologiques ou psychosociales »*. On a pu ainsi mettre en évidence via ce programme

que les patients guéris d'une leucémie font plus souvent un syndrome métabolique à l'âge adulte, qui lui-même prédispose aux maladies cardio-vasculaires (infarctus du myocarde, accident vasculaire cérébral...). Des mesures préventives peuvent alors être mises en place.

A côté de l'aspect médical, se pose la question du droit à l'oubli pour tous ces enfants. Par droit à l'oubli, on entend bien sûr que ce n'est pas le fait qu'un patient oublie un jour sa maladie ; c'est que la société oublie qu'ils ont été malades. Les choses avancent en la matière mais bien trop lentement !

DROIT
AU
BUTÀ

Myriam



Naïa



Amel

Quand
les enfants
dessinent...



Noa



Assia



Lucie

Le cancer des enfants est-il
délaisseré par la recherche ?

Des associations de parents ont bien souvent dénoncé la faiblesse des moyens des laboratoires pharmaceutiques pour lutter contre les cancers pédiatriques. Le Pr Michel se veut rassurant mais ne cache pas que la recherche en cancérologie pédiatrique a besoin de moyens pour mieux progresser : « *l'industrie pharmaceutique a un peu de mal à développer des médicaments chez l'enfant mais c'est aussi la société qui génère cela car elle considère que l'essai thérapeutique doit d'abord être testé chez l'adulte puis chez l'enfant* ». Il rappelle que malgré la frilosité de l'industrie, un certain nombre joue le jeu : « *Il n'y a pas que la recherche industrielle, il y a également la recherche académique avec des programmes de recherche clinique développés chaque année, par exemple, avec le programme hospitalier de recherche clinique de l'INCa qui fait plutôt la part belle à la pédiatrie. La société française des cancers et des leucémies de l'enfant (SFCE) soutient également bon nombre de recherches en cancérologie pédiatrique* ».

Le Pr Gérard Michel vous donne rendez-vous à l'occasion du colloque consacré aux cancers de l'enfant et de l'adolescent organisé le 26 novembre au World Trade Center par la Ligue contre le cancer comité 13.

Quelques définitions

L'hémopathie

désigne les maladies du sang et de ses composants (globules rouges, globules blancs, plaquettes). Les maladies du sang se caractérisent soit par un excès ou déficit d'un de ses composants, soit par une anomalie de leur production ou de leur fonctionnalité.

Le neuroblastome

est une tumeur maligne qui affecte un enfant sur 100 000. L'excroissance se développe au niveau du système

nerveux sympathique, mais surtout sur la glande médullosurrénale. La maladie est décelée avant l'âge de 5 ans dans 90% des cas.

Le néphroblastome

ou tumeur de Wilms, est une tumeur maligne du rein se développant chez l'enfant. La plupart du temps, un seul rein est atteint, mais la tumeur touche parfois les 2 reins (5% des cas).

Les thérapies ciblées

En oncologie, les thérapies ciblées sont des médicaments qui ciblent spécifiquement une protéine ou

un mécanisme impliqué dans le développement de la tumeur.

La leucémie myéloïde chronique

(LMC) est un cancer du sang qui provient de la moelle osseuse. Sa caractéristique principale est une prolifération incontrôlée des globules blancs.

► **L'INCa** : L'Institut National du Cancer est l'agence d'expertise sanitaire et scientifique en cancérologie de l'État chargée de coordonner les actions de lutte contre le cancer.

JOURNÉE D'INFORMATION MARSEILLE WORLD TRADE CENTER



CANCER DE L'ENFANT ET DE L'ADOLESCENT : *Guérir et se Reconstruire*



Assistance Publique
Hôpitaux de Marseille



Région



Provence-Alpes-Côte d'Azur



DROIT AU BUT



Vous soutenez la lutte contre le cancer, pourriez-vous nous expliquer pourquoi cet engagement ?

Le cancer est l'une des premières causes de mortalité en France et il est difficile de rester insensible face à ça.

J'ai décidé de m'engager personnellement dans la lutte contre le cancer et d'apporter mon soutien à cette cause. A travers notamment le fonds de dotation de l'OM, notre objectif est de réaliser le rêve d'enfants malades.

On souhaite leur faire oublier les moments difficiles qu'ils traversent et leur redonner le sourire l'espace d'un instant.

Mon engagement est pour moi enrichissant ; il me permet de me rendre utile au profit d'une cause importante.

Cet enrichissement me permet chaque jour de progresser à la fois sur le plan personnel et professionnel.

« Si on arrive à unir nos forces, on pourra ensemble mener ce combat de front pour lutter contre la maladie »

Qu'est-ce qui selon vous pourrait faire changer le regard que la société porte sur le cancer ?

J'ai fait un constat alarmant : aujourd'hui le côté humain et solidaire est souvent oublié au profit de la performance personnelle alors que si on réfléchit, c'est la cohésion humaine et la cohésion de groupe qui permettent d'atteindre les objectifs qu'on se fixe.

Dans une société de plus en plus individualiste, il est bon de travailler sur soi et surtout d'avancer ensemble.

Pour ma part, mon engagement auprès des personnes atteintes de cancer m'apporte énormément et cela me permet aussi de relativiser dans la vie de tous les jours.

ENTRETIEN AVEC...

STEVE MANDANDA



Un footballeur au grand cœur

En tant que papa, qu'éprouve-t-on face aux maladies graves qui touchent les enfants ?

C'est ce que je redoute le plus dans ma vie.

Quand je vois à quel point je suis affecté par des enfants malades, je n'imagine pas comment je réagirais si mon enfant était touché par la maladie.

C'est aussi une raison supplémentaire qui me pousse à participer à mon niveau et à apporter le maximum de ce que je peux donner. Aujourd'hui c'est un autre enfant mais demain ça pourrait être le mien...

Avez-vous un message à passer en tant qu'ambassadeur de la Ligue ?

Si j'avais un message unique à faire passer c'est qu'il faut être solidaire. Il existe une expression qui dit « tout seul on va plus vite, mais ensemble on va plus loin ».

Si on arrive à unir nos forces, on pourra ensemble mener ce combat de front pour lutter contre la maladie. Il faut vraiment sortir de cette société individualiste et avancer main dans la main.



À GAGNER
dédié par
Steve Mandanda



683000 Clients
170000 Sociétaires
915 Administrateurs
2300 Collaborateurs

Grâce à vous
et à eux

Romain peut à nouveau
apprécier la vie.

La Fondation d'Entreprise du Crédit Agricole Alpes Provence
partenaire fidèle de la Ligue contre le cancer Comité des Bouches-du-Rhône

Cette initiative s'inscrit dans la volonté du Crédit Agricole Alpes Provence de créer un fonds destiné à accompagner les initiatives locales et de grandes causes telles que « la prévention et la lutte contre le cancer ». Le principe est simple : pour chaque opération financière effectuée avec une Carte Bancaire Sociétaire (retrait dans un distributeur du Crédit Agricole ou paiement), la banque coopérative régionale verse un bonus d'1 centime d'euro sur ce fonds au service de la solidarité régionale. Sur l'année 2014, le montant collecté s'élève à 8 091,85 euros. A travers, sa carte sociétaire, la banque coopérative régionale offre ainsi, à ses 173 250 clients sociétaires, l'opportunité d'être un acteur du développement local.

La Fondation d'Entreprise Crédit Agricole
Alpes Provence aide à concrétiser les
initiatives qui ont du sens pour le territoire.



Elle intervient dans les domaines de la solidarité
active et des projets de vie, du patrimoine
et de la culture.

ON EST DIFFÉRENT PARCE QU'ON N'EST PAS INDIFFÉRENT

LE DROIT À L'OUBLI UNE AVANCÉE MAJEURE POUR LES MALADES

Entretien avec
Jacqueline Godet

Présidente nationale de la Ligue contre le cancer

Parce qu'emprunter a toujours été le parcours du combattant pour les personnes ayant eu un cancer, la Ligue nationale contre le cancer se bat depuis de nombreuses années pour changer les mœurs et aider les malades. Tout ce combat n'a pas été vain puisqu'il a abouti à ce qu'on appelle aujourd'hui le « droit à l'oubli » ; une formule symbolique pour marquer les esprits. Que recouvre ce droit à l'oubli ? Quelle évolution depuis la convention Aeras ? Entretien avec Jacqueline Godet, Présidente de la Ligue nationale contre le cancer depuis 2012.

Un véritable « casier judiciaire » pour les malades

Après un cancer, on le sait, rien ne sera plus comme avant ! Même si un ancien malade n'occultera jamais son cancer ; il attend par contre de la société que cette dernière l'oublie ! Une personne qui a été malade a besoin de se projeter et de penser à l'après-cancer. Chaque année, près de 60% des personnes qui ont été malades sont déclarées guéries. Et pourtant, la majorité d'entre elles essuient des refus lorsqu'elles tentent d'obtenir un simple prêt immobilier ou quand elles y arrivent, elles sont victimes d'importantes surprimes. De quoi être démoralisé dans la poursuite de sa vie... Selon une étude Ipsos, 82% des Français pensent qu'obtenir un prêt ou une assurance après un cancer est « mission impossible »*. Après avoir vaincu la maladie, les anciens patients doivent se battre pour retrouver leur place dans la

société... vivre tout simplement et reprendre une vie « normale ». Alors qu'ils espèrent se lancer dans de nouveaux projets (maison, voiture...), ils sont confrontés à la dure réalité des banques et des assurances.

« Les progrès de la médecine avancent plus vite que la société »

La sentence est lourde : « ils traînent leur maladie comme un véritable casier judiciaire », constate Jacqueline Godet.

Le combat de la Ligue contre le cancer pour aider les malades

Les progrès de la médecine avancent plus vite que la société. Un premier pas avait été fait avec

la convention Aeras de 2007 mais « il fallait aller plus loin », affirme Jacqueline Godet. La convention Aeras prévoyait des assurances en cas de risques aggravés de santé. Elle a été faite pour essayer de contrôler les procédures des assureurs et des banquiers, au moment où un patient cherche à emprunter. Mais le constat était sans appel : « c'était très insuffisant et surtout pour les patients cancéreux qui n'arrivaient pas à emprunter sauf à des taux excessifs en terme d'assurance et même quelque fois se heurtaient à des refus définitifs pour emprunter de l'argent ; et ce, même quand ils étaient déclarés guéris », confie la Présidente de la Ligue contre le cancer. Ce problème était d'autant plus important pour les cancers chez les adolescents et jeunes adultes (les 14 – 24 ans) dont la vie démarrait mais sans emprunt possible.

» « *Les patients traînent leur maladie comme un véritable casier judiciaire* »



Pour venir en aide aux patients, la Ligue contre le cancer a créé en 2006 un service, Aidéa**, pour les conseiller sur la façon de faire auprès des assureurs et des banques afin d'améliorer leurs conditions d'emprunt. Ce service répond à toutes les questions qu'ils se posent et à toutes les difficultés qu'ils rencontrent. Il s'agit du premier service associatif en France totalement dédié à l'assurabilité. Deux conseillers techniques sont à leur écoute pour leur proposer des solutions sur-mesure. Ce sont ainsi plus de 16 000 personnes qu'ils ont guidées ces 10 dernières années.

» « *Un avenant inéluctable à la Convention Aeras* »

Un avenant inéluctable à la Convention Aeras

Depuis de nombreuses années, la Ligue contre le cancer s'active pour faire modifier la convention Aeras afin d'assouplir les conditions d'emprunt. Cette question a été l'un des sujets incontournables du Plan Cancer III, aboutissant à une proposition d'avenant à la convention Aeras. Le protocole d'accord pour cet avenant a été signé en mars 2015, symboliquement au siège de la Ligue contre le cancer par le Président de la République et le Ministre des finances, Michel Sapin et la Ministre de la Santé, Marisol Touraine. L'avenant a ensuite été définitivement signé le 2 septembre 2015. Le droit à l'oubli devient enfin concret !

Cet avenant précise que « *ceux qui ont été atteints d'un cancer avant l'âge de 15 ans, et qui sont guéris de leur cancer n'auront plus à le déclarer au moment où ils font une demande d'emprunt* », explique Jacqueline Godet. « *Ça revient à dire que leur cancer est oublié, on n'en parle plus* », ajoute-t-elle. Par ailleurs, cet avenant prévoit que pour les plus de 15 ans, il n'y aura plus besoin de déclarer son cancer 15 ans après la fin du traitement. 15 ans c'est long direz-vous... Mais une dernière mesure va permettre de réduire cette longue période : « *l'avenant à la convention Aeras prévoit que se mette en place une commission qui établira une grille référentielle qui examinera et déterminera comment en fonction des progrès thérapeutiques on peut assouplir les mesures pour diminuer cette période de 15 ans pour certaines formes de cancer* », indique Jacqueline Godet.

Cet avenant à la convention Aeras est une avancée majeure qui va enfin permettre aux anciens malades, dans des conditions acceptables, d'emprunter pour leurs projets de vie.

La Ligue contre le cancer a gagné la bataille mais pas la guerre ! Son prochain cheval de bataille : le droit à l'oubli dans le maintien au travail ou le retour au travail après un traitement. « *Là aussi il faut que les entreprises et les employeurs puissent exercer un droit à l'oubli. Le fait d'avoir eu un cancer ne doit pas être pénalisant pour la vie professionnelle* », déclare la Présidente de la Ligue. Et il y a des progrès à faire en la matière !

* résultats de l'étude Ipsos / Ligue contre le cancer publiée en mars 2015

**Numéro Aidéa : 0 800 940 939, service anonyme, gratuit et confidentiel disponible du lundi au vendredi de 9h à 19h.

LE CHERCHEUR CE GRAND INCONNU

Entretien avec le Professeur Juan Iovanna

Directeur de recherche Inserm spécialisé
dans le traitement du cancer du pancréas au Centre
de Recherche en Cancérologie de Marseille

Des rats de laboratoire qui ne se confrontent jamais à la réalité. Des êtres omniscients qui ne savent s'entourer que d'éprouvettes. Des théoriciens au langage incompréhensible. Des chercheurs qui ne trouvent jamais rien... Dire que la vision qu'ont les Français de la recherche est peu flatteuse est un euphémisme... Alors, mythe ou réalité ?

Pour tenter d'y répondre, nous avons soumis un éminent chercheur à un feu nourri de questions sans concession. Juan Iovanna, directeur de recherche Inserm spécialisé dans le traitement du cancer du pancréas au Centre de Recherche en Cancérologie de Marseille a accepté d'être mis sur le grill. Résultat, un entretien sans langue de bois qui changera peut-être (ou pas) votre regard sur le monde de la recherche et des hommes et des femmes qui le font vivre chaque jour.



Unité de recherche Luminy

Quel est votre parcours ? Comment êtes-vous devenu chercheur ?

Juan Iovanna - Je suis argentin, médecin de formation. Enfant, je voulais devenir chirurgien, comme ce médecin qui suivait les habitants de mon quartier et que j'admirais tant. Je suis arrivé en France en 1983 pour faire un stage et étudier le pancréas. En Argentine, mon professeur m'avait dit : « Si tu deviens un technicien, tu vas couper, puis recoudre, puis couper, puis recoudre... C'est de la plomberie, pas de la chirurgie ! Un vrai chirurgien connaît tous les effets de ces actions. Avant de te lancer dans la chirurgie pure, pars faire un stage dans un bon laboratoire de physiologie pancréatique ». D'où ma venue à Marseille !

Les choses ont ensuite évolué à l'épreuve du terrain. J'ai été fasciné par la démarche scientifique, la recherche. En chirurgie, c'est le geste qui compte. On est dans l'instantanéité. Il y a un abcès, il faut le résorber, stériliser, refermer. Le côté intellectuel et rationnel est un peu occulté. La recherche, c'est tout autre chose ! On crée, on imagine en toute liberté. Imaginez un point ; le chercheur va créer un monde autour de ce point. C'est fascinant !

Je suis donc resté à Marseille 3 ans et j'ai passé mon doctorat. Je suis ensuite rentré en Argentine quelques temps puis je suis revenu en France en 1990 pour prendre un poste de chargé de recherche à l'Inserm. Puis en 1992, j'ai développé le projet « Cancer du pancréas » et formé une équipe dédiée à l'inflammation de ce cancer. Et je suis devenu par la suite directeur de recherche...

Pourquoi avez-vous choisi le pancréas ? C'est un organe difficile, peu accessible. Il faut un certain ego pour s'y attaquer... ?

J.A. - J'aime les défis ! Le pancréas est un organe enfoui profondément dans l'abdomen, situé derrière l'estomac, tout contre l'intestin et à proximité d'un réseau dense de vaisseaux sanguins. Une opération du pancréas dure entre 6 et 12 heures. Je me sentais capable de relever le challenge !

Quel est votre quotidien ? Pouvez-vous nous présenter une journée-type ? On vous imagine en blouse blanche, au milieu de vos éprouvettes...

J.A. - En tant que directeur de recherche, j'anime les équipes de l'unité dédiée à l'inflammation, la souffrance et le cancer du pancréas. C'est moins une activité de chercheur que d'encadrant. Il y a également une partie - très chronophage - de recherche de financement. Je travaille aussi sur la stratégie à 5 ans.

Le fonctionnement de l'unité est très collégial. Nous sommes une quarantaine de chercheurs, doctorants, post-doctorants... Chaque lundi matin, on se réunit pour travailler ensemble à comment mieux faire, quelle direction prendre, comment contourner, comprendre et résoudre une difficulté.

Et que se passe-t-il dans les laboratoires ? Y'a-t-il beaucoup de Professeurs Thibault, le chercheur fou du fameux sketch des Nuls... ?

J.A. - Rires. Non, aucun je vous l'assure ! Nous faisons beaucoup d'analyses histologiques, c'est-à-dire que l'on étudie la structure des tissus à un niveau microscopique. On regarde l'évolution des tumeurs, on fait des analyses, on essaie par exemple de voir si une protéine s'exprime, on cherche à voir ce qu'il y a de commun entre telle tumeur et telle autre... D'autres chercheurs font de la culture cellulaire, une autre équipe fait des recherches sur les souris, une autre travaille sur des pièces opératoires, nous cherchons de nouveaux médicaments et de nouvelles cibles thérapeutiques pour développer des médicaments... Nous faisons très peu de recherche fondamentale, toute notre attention se concentre sur l'amélioration du pronostic et l'évolution de la maladie.



”
« Une opération du
pancréas dure entre 6 et
12 heures. Je me sentais
capable de relever le
challenge » !



Ce n'est pas très concret...

J.A. - Mais si ! Prenons l'exemple d'un travail que nous menons actuellement avec la Ligue contre le cancer comité 13 sur la Carte d'Identité des Tumeurs. On a identifié une molécule très importante pour l'adaptation de la cellule tumorale à se développer. Si on enlève cette protéine, la tumeur ne se développe plus. A l'heure actuelle, il est techniquement impossible d'enlever ce gène à un patient. On a donc essayé de voir si on arrive à inhiber son activité. Des biophysiciens et des chimistes ont développé des techniques et ont finalement trouvé une molécule qui inhibe l'activité de la fameuse protéine, sans la retirer. C'est une avancée énorme !

Vous parlez de découvertes et d'avancées significatives mais, vu de l'extérieur, on a clairement le sentiment que la recherche n'avance pas, que les chercheurs ne trouvent pas.

J.A. - Cette idée reçue est probablement la plus cruelle face à la réalité du métier de chercheur. Tout chercheur « trouve » régulièrement et publie les résultats de ses découvertes dans des journaux spécialisés. Toutes ces découvertes n'ont bien entendu pas le même retentissement ou la même importance, mais toutes contribuent à repousser les frontières de la connaissance.

Que diriez-vous à un patient atteint d'un cancer du pancréas ? Quelles sont ses chances ? Pourquoi n'y a-t-il pas d'avancées thérapeutiques aujourd'hui ?

J.A. - Le cancer du pancréas est l'un des cancers les moins étudiés. Il y a plusieurs raisons à cela. La raison principale est que, pour parler crûment, nous n'avons pas de « matériel ». Le cancer du pancréas est rarement opérable, on a peu d'échantillons à étudier... Nos recherches s'effectuent donc sur des tumeurs du côlon, davantage « opérables », pour

voir si le fonctionnement est le même pour le cancer du pancréas. Dans la même logique, il n'existe pas de traitement thérapeutique pour le cancer du pancréas. On a donc regardé si les médicaments que l'on prenait pour les autres cancers (côlon, sein...) fonctionnaient. Parfois oui, parfois non ! La roue de la chance décidait. Puis en 2011 à Nancy, un médecin-oncologue a tenté une trithérapie qui était efficace pour le cancer du côlon sur une patiente qui ne répondait à rien. Cela a marché ! L'avancée la plus importante de ces 30 dernières années sur le traitement thérapeutique du cancer du pancréas est le fruit du hasard !

La Ligue,
1^{er} financeur
privé de la
recherche
fondamentale

**Est-ce censé nous rassurer ?!
Il faut s'en remettre au hasard ?
N'est-ce pas frustrant ?**

J.A. - Ce que je veux vous dire c'est qu'il y a eu du retard à l'allumage et que les débuts se font toujours à tâtons. Peu de laboratoires prennent en compte le cancer du pancréas car il y a peu de malades. On compte 65 000 nouveaux malades atteints du cancer du côlon chaque année contre 12 000 cancers du pancréas. C'est un cancer moins fréquent que d'autres et dont la mortalité est très importante.

Ce sont les chiffres qui sont terribles et frustrants.

A peine 15 à 20% des tumeurs sont opérables et moins de 5%

”
*Les « petites »
découvertes
favorisent
l'émergence des
grandes.*

*« La science avance par l'imagination
des gens et par la disponibilité technologique ».*

des patients sont toujours en vie cinq ans après le diagnostic. Ce pronostic n'a pas évolué depuis trente ans. Mais c'est aussi ça notre moteur.

Et les choses évoluent, bien heureusement ! Des modèles et des concepts apparaissent. C'est la recherche qui permet cela. On a ainsi découvert, grâce au modèle animal, quels étaient les gènes importants dans le cancer du pancréas. C'est un pas très important car on peut les suivre, comprendre, comparer. On a ainsi compris qu'il y a de nombreuses formes de cancers du pancréas.

Il y a plusieurs types de tumeur... donc plusieurs types de traitement. C'est une spécificité du cancer du pancréas. Cette variabilité est une des causes majeures des échecs. Le travail sur la Carte d'identité Tumorale va nous permettre d'avancer car cela va permettre de personnaliser les traitements.

Que répondez-vous à ceux qui estiment que, le nez dans le microscope, les chercheurs sont trop déconnectés de la réalité de la maladie et des patients ?

J.A. - Ne pas avoir de lien direct ne signifie pas être déconnecté. L'ensemble des chercheurs, biologistes, oncologues, médecins, chirurgiens, techniciens... nous nous réunissons chaque mois pour échanger sur des cas concrets. Nous sommes parfaitement conscients que derrière chaque cas, se cache un être humain malade. On sait que derrière chaque cellule, chaque gène se cache un patient. Nous savons quel est notre objectif...

Parlons du nerf de la guerre. Comment est financé votre laboratoire et quel en est le coût ?

J.A. - Ce laboratoire nécessite un financement annuel d'1 million d'euros hors salaires (fonctionnement des laboratoires, animalerie, électricité, bureaux, achat de machines...). En termes de ressources humaines, les salaires des chercheurs sont pris en charge par l'Inserm. Les bourses de thèse ou de doctorat font quant à elles l'objet de demandes spécifiques en fonction des projets en cours.

En termes d'infrastructures, nous avons plusieurs postes. Le confinement des laboratoires par exemple nécessite chaque année 60 000 € pour changer les filtres. Autre exemple significatif, l'achat de nouvelles machines. Nous avons dernièrement acheté deux machines à 250 000 € l'unité. Elles offrent d'immenses opportunités grâce à la précision dans l'analyse de la cellule cancéreuse. De tels financements sont difficiles à trouver. Sans parler des contraintes administratives qui rallongent les délais... Mis bout à bout, il faut compter 2 ans de démarches. Aux Etats-Unis, à la Fondation de la Clinique Mayo ou à Washington au NIH par exemple, le système est très différent, plus rapide. Mais en France on a d'autres avantages, on n'a pas d'obligation de résultats immédiats, nous sommes plus libres, nous pouvons faire des projets plus ambitieux et à plus long terme.

Quel est le rôle de la Ligue contre le cancer dans ce fonctionnement ?

J.A. - Il est fondamental ! Nous avons obtenu notre première labellisation de la Ligue contre le cancer en 1999. Depuis lors, leur soutien a été sans faille. Une aide financière tout d'abord, que l'on peut estimer à 120 000 € par an, auquel s'ajoute l'équivalent d'un poste doctorant en continu. La Ligue accompagne par ailleurs des projets ponctuels, comme celui de Carte d'Identité des Tumeurs et nous apporte une aide technique essentielle dans l'analyse des données. Ce qui est très important pour nous c'est l'inscription dans la durée, la continuité dans le don et l'accompagnement. Ce témoignage de confiance est primordial.

Aujourd'hui, êtes-vous en mesure de donner un calendrier ? Pensez-vous que dans 5 ans, dans 15 ans, on trouvera un traitement contre le cancer du pancréas ?

J.A. - Non, nous ne sommes pas dans la compétition. Mais je crois que d'ici 3 à 4 ans, on aura fait de gros progrès sur les molécules et d'ici 7 à 10 ans, on pourra proposer des traitements efficaces, au moins pour une bonne partie des tumeurs. C'est mon intuition. Je suis optimiste et reste dans l'énergie.

Quel message souhaitez-vous faire passer aux adhérents de la Ligue contre le cancer ? A ces donateurs qui donnent 5€, 10€ ?

J.A. - La Ligue contre le cancer est unique, je connais son honnêteté. L'idée de labelliser les équipes de chercheurs pour des périodes renouvelables de 3 ou 5 ans est une excellente idée. On s'inscrit dans la durée et dans une relation de confiance. Les équipes labellisées sont très actives et leur qualité est largement reconnue. A travers la Ligue, les donateurs font confiance dans la recherche. Chaque euro donné est utile !

» *« Nous avons obtenu notre première labellisation de la Ligue contre le cancer en 1999. Depuis lors, leur soutien a été sans faille. Une aide financière tout d'abord, que l'on peut estimer à 120 000 € par an, auquel s'ajoute l'équivalent d'un poste doctorant en continu. »*

Juan Iovanna est-il représentatif de tous les chercheurs ? Certains s'y retrouveront, d'autres pas. Nous saluons un homme pas tout à fait comme les autres, mais un homme comme tant d'autres. Esprit scientifique captivant et original. Les pieds sur terre et l'esprit ailleurs, guidé par les électrons autant que par ses émotions. Profondément humain.





**Pour nous, voici
le plus beau résultat
de notre combat
contre le cancer.**

En finançant la recherche
et en aidant les personnes malades,
notre combat est celui de préserver la vie.

**AIDEZ-NOUS À LUTTER SUR :
WWW.LIGUECANCER13.NET OU AU 04.91.41.00.20**

1^{er} financeur privé
de la recherche
contre le cancer



CONTRE
LE CANCER

LA LIGUE
101
comités

pour la vie

OSEZ EN PARLER !

Changement physique, problèmes de couple, incompréhension de son entourage, sentiment d'être seul face à la maladie... de multiples facteurs mettent à rude épreuve la confiance en soi lorsqu'on affronte un cancer. Devant cette situation complexe, les personnes atteintes d'un cancer ont besoin d'être soutenues et de confier leurs difficultés... Encore faut-il oser passer le cap d'en parler !



Echanges avec Marjorie Dupré, psychologue clinicienne, sophrologue et sexologue.

Quelle que soit notre personnalité, lorsque l'on est face à la maladie, rien n'est plus comme avant : notre moi intérieur est chamboulé ! Dans ce contexte, certains ont besoin de faire part de leur souffrance alors que d'autres préfèrent s'isoler... Et face à cette épreuve, il existe une inégalité hommes/femmes : la majorité des femmes prend le parti de partager ce qu'elles ressentent alors que les hommes ont tendance à interioriser.

Et pourtant, la parole est libératrice ! C'est ce que nous explique Marjorie Dupré, psychologue clinicienne, sophrologue et sexologue. Elle s'occupe notamment d'entretiens de soutien psychologique à la Ligue contre le cancer comité 13. « L'objectif est de permettre aux personnes qu'elle rencontre de bénéficier d'un espace de libre parole, en toute confidentialité », explique Marjorie Dupré.

Forte d'une expérience en psycho-oncologie, Marjorie Dupré aide les patients à lever les tabous et leur offre l'opportunité de s'exprimer simplement et librement, sans jugement. Ce temps de rencontre permet à la psychologue clinicienne d'évaluer les besoins du patient, sa demande et de faire un point

sur sa situation. « Je suis là pour évaluer et guider les personnes ; leur faire vivre ce que c'est que d'être accompagnées au niveau psychologique pour qu'elles se rendent compte de ce que ça peut leur apporter et de ce dont elles ont besoin », raconte-t-elle.

Certains recherchent une écoute, un soutien ; d'autres ont besoin d'être rassurés, guidés. L'important est de trouver les bons professionnels correspondant aux attentes et aux besoins du patient. Marjorie Dupré explique qu'elle est là « pour s'adapter à ce dont la personne a besoin à ce moment-là ».

Lorsqu'on fait référence à la parole, elle ne concerne pas uniquement la personne atteinte par un cancer ; elle touche aussi les proches, les « aidants » comme on les appelle dans l'univers médical. On ne peut pas occulter que lorsqu'une maladie est diagnostiquée, c'est toute une famille qui en pâtit... Il arrive que ce ne soit pas le patient qui ait besoin de se confier mais ses enfants ou son conjoint. Après le choc de l'annonce, il est primordial de mettre des mots sur cette angoisse, sur cette peur suscitée par le mot « cancer » que certains n'osent même pas prononcer. La position des accompagnants

n'est pas simple ! De nombreuses questions se bousculent...

Comment accompagner et soutenir notre proche atteint par un cancer quand nous sommes nous-mêmes en souffrance ? Comment vivre ensemble cette épreuve au quotidien tout en maintenant un équilibre ?

On a tendance à croire que lorsqu'on est frappé par la maladie, on a forcément besoin d'en parler... Et pourtant ! Certaines personnes refusent d'en parler. Les causes de ce silence ? La volonté de protéger ceux qu'on aime, le souhait de se protéger soi-même en restant à distance de la maladie et en évitant ainsi de prononcer certains mots trop douloureux. Malheureusement dans cette position de « fuite », de « déni », le silence devient pesant et éprouvant. Dans ce contexte, le rôle des aidants est crucial : il faut savoir respecter le silence de la personne malade mais également montrer son soutien, dialoguer avec son proche et ne pas hésiter à le guider vers des professionnels compétents comme Marjorie Dupré pour lui permettre d'affronter la maladie et pouvoir se reconstruire après.



SEXologie

Depuis que je suis en traitement hormonothérapie je n'éprouve plus l'envie d'avoir des rapports avec mon conjoint ? Est-ce normal ?

L'hormonothérapie peut en effet entraîner comme effets secondaires un trouble du désir sexuel, toutefois il est également possible que ce traitement ne soit pas en cause et que votre difficulté à retrouver une intimité sexuelle avec votre mari provienne de tous les bouleversements psychologiques engendrés par la maladie.

Depuis mes différentes opérations je ne peux toujours pas me montrer nue à mon mari et notre sexualité n'est plus ce qu'elle était! Aidez-moi!

L'appréhension à se montrer à nouveau nue à son conjoint après avoir subi des transformations physiques est tout à fait naturelle. Vous devez penser que votre mari ne vous trouvera plus aussi désirable, mais ceci est votre propre jugement et non celui de votre mari. Parlez en ensemble avec tendresse...

Le regard de l'autre sur ma poitrine mutilée m'est insupportable ! Je me refuse de ce fait de rencontrer des hommes alors qu'avant j'aimais séduire...

Tant que votre propre regard sur votre poitrine sera aussi douloureux, jugeant, rejetant, il vous sera en effet très difficile de supporter le regard de l'autre. Pour regagner confiance dans vos atouts physiques et votre pouvoir de séduction, l'accompagnement d'un psychologue sera d'une grande aide.

Ma femme ne me parle que de sa maladie, comment redonner une place à la sexualité dans notre couple ?

Vous avez effectivement un rôle important à jouer pour aider votre femme à ne pas être tout le temps focalisée sur sa maladie, et la sexualité en ce sens peut être très précieuse ! Vous pouvez tenter de la surprendre en faisant preuve d'initiatives : sorties originales, scénarii de séduction, attentions diverses, tout ce qui pourrait lui changer les idées et vous rapprocher.

Comment retrouver une sexualité normale après des années de traitements et un corps mutilé ?

Si plutôt que de chercher à retrouver une sexualité « normale » ou antérieure, il était possible pour votre couple de découvrir une « nouvelle » sexualité où il s'agirait de se réapproprier dans la douceur et la confiance, d'oser parler librement de ses désirs et de ses peurs, d'explorer une intimité plus créative et joyeuse, alors se pourrait-il que le recommencement d'une vie sexuelle conjugale soit chargé de belles promesses ?

Comment passer le cap : « Mon mari me désire mais moi je ne me sens plus féminine avec un sein en moins ! »

Là encore ce témoignage poignant révèle la difficulté qu'éprouvent les femmes qui ont subi des opérations mutilantes à réapprendre à s'aimer avec ce nouveau corps, étape nécessaire pour ensuite avoir envie de réinvestir sa sexualité. Il existe des aides psychologiques, il est primordial de ne pas s'enfermer dans sa souffrance et d'en parler.

Envoyer toutes vos questions par mail sur cd13@ligue-cancer.net qui transmettra à Marjorie Dupré.

le Groupe Tempo One

UN LABEL ENTREPRISE



En ces temps où la sincérité des engagements sociétaux des entreprises est régulièrement remise en question, il est fort agréable et réconfortant de croiser une entreprise bien dans son environnement, pour laquelle l'engagement et la solidarité ne sont pas de vains mots. Rencontre avec Joseph Arakel, président du Groupe de transport et logistique Tempo One, tout nouveau détenteur du Label Ligue Entreprise.



Bonjour Joseph Arakel. Présentez-nous le groupe Tempo One en quelques mots.

Joseph Arakel - Notre cœur de métier est concepteur de solutions sur-mesure dans le transport et la logistique. J'ai démarré dans cette activité en 1974, pour aboutir à la création de Tempo One qui compte aujourd'hui plus de 400 personnes, une vingtaine de sociétés implantées sur le continent et dans les DOM TOM, pour un chiffre d'affaires de 110M€. C'est l'ensemble de ces structures qui contribue à la fiabilité de notre réponse d'expert dans les domaines de la route, du maritime, de l'aérien et de la logistique. Nos premiers clients sont des groupes de dimension internationale qui attendent des réponses personnalisées et innovantes, ce qu'ils trouvent difficilement auprès des acteurs généralistes.

Les engagements solidaires de votre entreprise ne datent pas d'hier. Le Groupe Tempo One mène depuis de nombreuses années une politique active en matière de soutien aux personnes en difficulté...

J. A. - Nous sommes attachés aux valeurs humaines. Notre groupe a hissé la solidarité au rang de priorité. Le fonds de dotation +

Avenir, créé et financé par Tempo One, est une illustration de notre volonté de soutenir et d'aider les personnes confrontées à un accident de la vie (deuil, maladie, chômage, divorce,...) pour faire face à des situations terribles qui peuvent conduire jusqu'à l'exclusion. + Avenir qui est un réseau d'entraide, apporte une écoute, une aide dans le recours du droit, du soutien psychologique, et parfois une avance d'argent sans intérêt. Tout cela grâce à des experts bénévoles impliqués dans + Avenir.

Autre action solidaire, la création de l'association + Avenir Le Patronage. Pouvez-vous nous en dire plus ?

J.A. - + Avenir Le Patronage soutenu par Tempo One a pour objectif d'accompagner à la création de nouveaux patronages. Ce soutien va de la rédaction des statuts à tous les processus opérationnels. Le patronage est né à Marseille, fin du 18^{ème} siècle, de l'initiative de l'Abbé Jean Joseph Allemand. Il représente un ensemble d'initiatives destiné à protéger et aider les autres. Pour exemple ; l' A J Auxerre club de foot a été créé par un patronage, comme le Cholet basket club. Il y a un potentiel, des aptitudes, dans chacun. Un environnement favorable est nécessaire pour les exprimer.

« Notre groupe a hissé la solidarité au rang de priorité »

Une structure comme le patronage épargne aux enfants d'être livrés à eux-mêmes, il offre un accompagnement aux devoirs et des activités épanouissantes comme le théâtre, le chant, la danse, le tout encadré par des adultes. Créer des conditions favorables afin de donner la confiance en soi est une arme pour demain. Elle permettra aux jeunes d'éviter de décrocher sur le plan scolaire et leur donnera une chance d'avoir un diplôme, un métier, « un avenir ».

Le Groupe Tempo One vient d'obtenir le Label Ligue Entreprise. Pourquoi avoir entrepris cette démarche ?

ZOOM sur... le Label Ligue Entreprise

Le cancer touche un homme sur 2 et une femme sur 3. Parce que le traitement a progressé, parce que la survie moyenne des malades s'améliore, parce que l'âge de la retraite recule, la prise en charge des personnes touchées par un cancer devient un enjeu pour l'entreprise. Absentéisme, intérim, surcroît de travail, désorganisation des services, formations, présentéisme, licenciement... L'accompagnement des situations de cancer par les entreprises s'inscrit naturellement dans des enjeux plus larges de qualité de vie au travail et de cohésion sociale.

L'entreprise doit désormais répondre à de nouvelles exigences du législateur au niveau national mais aussi européen : prérogatives du dernier plan cancer (priorité au maintien et retour à l'emploi...), risques psychosociaux... Pour conjuguer performance économique et solidarité à l'égard des salariés fragilisés, l'entreprise doit entreprendre une véritable démarche d'accompagnement. On constate cependant que, bien souvent par pudeur, par peur de mal faire, par ignorance..., l'entreprise est démunie et ne sait pas gérer une situation déroutante telle que la maladie. Elle ne dispose pas des ressources humaines et techniques nécessaires.

La Ligue contre le cancer comité 13 lance aujourd'hui le Label Ligue Entreprise. Sa vocation ? Aider les entreprises à mieux soutenir leurs salariés touchés par le cancer.

« Des solutions pragmatiques techniques et humaines pour que l'entreprise garde toutes ses compétences ».

J.A. – Le cancer est la première cause de mortalité en France ; il affecte de près ou de loin toutes les entreprises et leurs collaborateurs. La santé de nos collaborateurs nous préoccupe. Au-delà de l'aspect humain et relationnel, ce label est pour nous un outil. Il faut être prévoyant. Si nous n'avons pas encore à ce jour de cas précis, il est évident qu'à terme la situation se présentera. Le moment venu, La Ligue contre le cancer sera alors un relais précieux qui nous permettra de bénéficier d'une équipe d'experts pour conseiller et soutenir psychologiquement les malades.



Comment réagissent les dirigeants, managers, DRH, collègues ? Que ressentent et qu'attendent les salariés touchés par le cancer mais aussi les aidants en situation professionnelle ? Au-delà des salariés touchés, comment l'équipe va-t-elle gérer les conséquences ? Quelles perspectives donner à un salarié atteint d'un cancer ? Quel lien maintenir durant l'absence d'un salarié fragilisé par la maladie ? Quelle attitude adopter au moment du retour au travail de son collaborateur ? Comment conserver la cohésion des équipes ? C'est pour aider l'entreprise à répondre à toutes ces questions que le Label Ligue Entreprise a été créé.

La Ligue accompagne l'entreprise labellisée en mettant à disposition ses compétences et une équipe dédiée pour : informer et sensibiliser les collaborateurs de l'entreprise, mener des campagnes préventives (tabagisme, cancer de la peau, du sein...) et de communication interne (newsletter, intranet, journal entreprise...), formation opérationnelle et bien sûr, auprès des salariés touchés par le cancer : mettre au point un accompagnement personnalisé, gérer le maintien et le retour à l'emploi, mécénat de compétences...

Les avantages sont nombreux pour l'entreprise labellisée qui, en plus d'afficher son engagement sociétal et son soutien à la Ligue contre le cancer, affirme haut et fort ses valeurs d'humanisme et sa RSE (Responsabilité Sociétale des Entreprises). Des valeurs essentielles pour les jeunes actifs de la génération Y (nés après les années 1980), qui représentent aujourd'hui plus de 20% de la population active et représenteront d'ici à 5 ans, la moitié de la population active.

Entreprises, à vous de jouer !

Jean-Noël Tommasi

LE MÉCÉNAT DE COMPÉTENCES

Le mécénat de compétences n'en est qu'à ses débuts en France. Et pourtant : les entreprises aspirent de plus en plus à utiliser cet outil qui répond à l'évolution de notre société.

De quoi s'agit-il exactement ? A qui profite le mécénat de compétences (à ne pas confondre avec le mécénat d'entreprise) ? Point sur ce dispositif avec Jean-Noël Tommasi, salarié de la société Orange, et qui met actuellement ses compétences au profit de la Ligue contre le cancer comité 13.

Les avantages du mécénat de compétences pour l'entreprise et ses salariés

Le mécénat de compétences permet à l'entreprise de mettre à disposition d'associations le savoir-faire de ses salariés. Si une entreprise est engagée dans le processus, un collaborateur - quel que soit son âge ou son ancienneté - peut en bénéficier. « *C'est une aide aux salariés ; ça peut ouvrir d'autres perspectives et c'est valorisant pour l'entreprise* », confie Jean-Noël Tommasi.

Parfois méconnu des chefs d'entreprise, ce dispositif offre pourtant un double intérêt : il permet de concrétiser les engagements de Responsabilité Sociétale de l'Entreprise (RSE) et il est intéressant pour le collaborateur. Cette mise à disposition de salariés pendant leur temps de travail peut être ponctuelle ou régulière, de l'ordre d'une journée à plusieurs mois.

« *Ça peut permettre à certains de sortir de l'entreprise et de rompre avec leur quotidien. C'est favorable et apprécié des personnes en activité qui ne sont pas malades et ça l'est d'autant plus pour des personnes qui ont traversé une maladie* », annonce Jean-Noël. Autre avantage pour les entreprises : elles peuvent défiscaliser les salaires des collaborateurs missionnés.

Le mécénat de compétences proposé à Jean-Noël via la Fondation Orange

Ce dispositif répond à une véritable quête de sens pour certains salariés, comme ça a été le cas pour Jean-Noël Tommasi. De formation scientifique, Jean-Noël a longtemps exercé dans l'ingénierie et a collaboré à l'émergence des nouveaux systèmes de l'information et de la communication dans les années 80. Dans les années 2000, il entre chez Wanadoo qui passera sous le giron de France Télécom et qui est devenu aujourd'hui Orange. Toutes ces années, il mène une vie professionnelle à 100 à l'heure jusqu'à ce 15 décembre 2009 ; le jour où sa vie bascule : on lui diagnostique une leucémie pour laquelle il aura 6 mois de chimiothérapie.

Après 2 ans et demi d'absence, il reprendra le travail mais bénéficiera de 14 mois de compte-épargne temps dont il aura besoin pour se reconstruire à la fois physiquement et psychologiquement. « *Pendant cette période je suis parti en formation à l'Université des saveurs et des senteurs de Forcalquier pour me former à la culture du safran. J'ai compris que c'était là que j'allais trouver du bonheur* ».

Il réalise durant cette période qu'il ne pouvait plus reprendre son poste comme avant. « *La chimiothérapie c'est l'obsolescence programmée ; ça démolit physiquement et psychologiquement. Par la suite, tu ne vois plus les choses comme avant et tu te recentres sur l'essentiel : tu veux donner un autre sens à ta vie. Ça t'amène obligatoirement à une réflexion sur toi-même et à te repositionner dans la société, dans la vie. Et moi je ne me sentais plus en phase avec ma vie professionnelle d'avant* », explique-t-il longuement.



WWW.FONDATIONORANGE.ORG

« *Ce mécénat de compétences est un tremplin, une bouffée d'oxygène, un bol d'air pour ces personnes qui sont en difficulté dans le cadre du maintien ou de la reprise du travail après un traitement lourd.* »




En réintégrant Orange en 2013, il a bénéficié de ce qu'on appelle le Temps Partiel Senior dans le cadre du mécénat de compétences. Ce dispositif permet aux salariés qui sont à 5 ans de l'âge de la retraite de partir durant 2 ans afin de proposer leurs compétences à des associations reconnues d'utilité publique. Ensuite pour les 3 années restantes, le salarié est dispensé de toutes activités professionnelles. « *Chez Orange, les collaborateurs ont accès à plusieurs associations et j'ai opté pour la Ligue contre le cancer* », explique Jean-Noël.

Même s'il avoue au départ n'avoir plus voulu entendre parler de cancer, il ne regrette pas son choix et remercie la Fondation Orange de lui avoir offert cette opportunité.

« Ce mécénat de compétences est un tremplin, une bouffée d'oxygène, un bol d'air pour ces personnes qui sont en difficulté dans le cadre du maintien ou de la reprise du travail après un traitement lourd ».

Jean-Noël finira son contrat à la Ligue le 24 juillet 2016 mais il sait d'ores et déjà qu'il ne s'éloignera pas du Comité des Bouches-du-Rhône du jour au lendemain. « *Je souhaite accompagner la Ligue dans la durée et finaliser les projets démarrés ; j'y trouve une forme d'engagement* ».

Ses projets pour la suite ? Ce passionné de nature partagera son temps entre ses abeilles, son safran et ses voyages humanitaires.

A young girl with a red headscarf is looking at a tablet computer. She is wearing a dark blue cardigan over a white t-shirt. The background is slightly blurred, showing a wooden desk and another person's arm in a grey sleeve.

Tunisie,
janvier 2015, Amani
étudie les fractions
avec sa tablette.

Avoir tous les mêmes chances

Avec le numérique, les jeunes ont un nouvel accès à l'éducation et à la formation.

A la Fondation Orange, nous agissons en faveur de l'éducation numérique partout où nous sommes présents.

En France, nous avons déjà formé 5000 jeunes au numérique pour faciliter leur insertion professionnelle. En Afrique, nous équipons les classes de kits pédagogiques numériques.

fondationorange.com

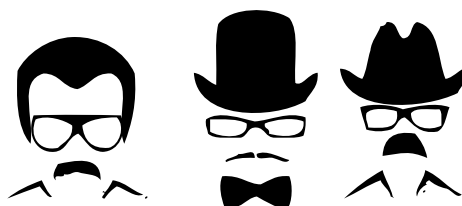


Fondation

PAROLES D'HOMMES

Jean-Claude, 75 ans :

« J'ai eu un cancer de la prostate en 2010 durant lequel je me suis rendu compte que face à cette pathologie, j'étais essentiellement en contact avec mon médecin généraliste, mon oncologue et le personnel soignant. C'est en participant aux Assises de la prostate, qui se sont tenues à Marseille en 2015, et au sein du Comité patients de l'Institut Paoli-Calmettes, que j'ai pris conscience de l'importance des échanges avec d'autres patients. J'ai ainsi souhaité rejoindre la Ligue contre le cancer comme bénévole et avec le comité 13, nous avons décidé d'organiser des rencontres entre patients atteints de cette pathologie. Ces rencontres qui viennent de débiter, sont un lieu d'accueil, d'échanges et d'écoute. Les maîtres-mots : confiance, convivialité et confidentialité. Les patients peuvent ainsi s'exprimer librement et poser toutes les questions, même celles qu'ils n'ont jamais osées aborder avec leur entourage ou leur médecin. L'expérience de chacun est véritablement un enrichissement pour l'ensemble des participants. Ces rencontres vont permettre aux patients de mieux connaître et accepter leur maladie et ses conséquences et être un lieu de soutien et d'aide pour surmonter les difficultés rencontrées dans la vie quotidienne. Elles devraient également faciliter le dialogue avec leur médecin et leur entourage. »



Christian, 55 ans :

« Ce qui me surprend le plus chez l'homme occidental c'est qu'il perd la santé pour gagner de l'argent, il perd ensuite son argent pour récupérer la santé ». Je me retrouve dans ce texte du Dalai Lama. J'ai toujours beaucoup travaillé ; j'étais en déplacement la semaine. On vit à 100 à l'heure mais finalement sans prendre le temps de vivre. Un jour, je ressens une grosseur dans la gorge ; je passe un IRM. Le verdict tombe : cancer de la gorge. Je suis resté optimiste, j'ai fait confiance à la médecine. Je me suis aussi appuyé sur la Ligue contre le cancer comité 13 où on y rencontre des personnes qui ne parlent pas uniquement de leur maladie et où on peut faire des activités. Depuis ma maladie, j'ai divorcé ; j'ai changé mon mode de vie en délaissant ma moto pour un camping-car et je me balade. Refaire sa vie n'est plus un problème à partir du moment où on l'a ! »

Laurent, 32 ans :

« Apprendre qu'on a une leucémie alors que l'on est jeune, que l'on commence à peine à s'installer dans sa vie professionnelle, que l'on vient juste d'être papa est dans un premier temps une vraie rupture, une vraie injustice ! De ce combat pour la vie, je ne retiens qu'une chose ! Vivre, et encore vivre ! Pour pouvoir profiter de tout ce que la vie me donne !!!!! »



Envoyer vos témoignages à cd13@ligue-cancer.net ou par téléphone au 04 91 41 00 20

BEAUTÉ

Conseils
& Astuces d'Estelle
Socio-esthéticienne

Les traitements du cancer entraînent des effets secondaires pouvant modifier son aspect physique : c'est une atteinte à son image et ces changements sont souvent difficiles à accepter. Quelques astuces beauté sur la tendance automne/hiver 2015 et réponses à toutes les questions que vous vous posez sur la chute des cheveux et les perruques.



CÔTÉ MAQUILLAGE

*Cet hiver,
la tendance
est au naturel !*



1

Les teints

...sont frais et légers. La peau doit rester apparente, révéler sa lumière naturelle. On rehausse le haut des joues d'un trait de blush pêche ou orangé, pour un hâle frais et lumineux.



2

Les bouches

...sont rouges voire noires quand elles ne sont pas nues avec des textures nacrées ou légèrement glossées.



3

Les regards

...sont marqués par des smoky-eyes étirés et réchauffés d'ombres orangées. Et si on ose la couleur, cette saison, les yeux se teintent de couleurs chaudes, avec des ombres orangées et couleur marsala.



Vous l'aurez compris, cette saison, la tendance maquillage se joue des contrastes, regards intenses ou bouches soutenues, mais c'est l'un ou l'autre... pour éviter l'effet too much ! Enfin pour des make-up plus discrets, le nude est à l'honneur, avec des bouches ou des yeux non maquillés. Osez tout de même la couleur pour donner de l'éclat à votre teint et vous donner bonne mine !

La tendance maquillage de cet automne-hiver 2015-2016 privilégie les textures et des rendus mats que l'on préfère le rouge à lèvres ou le gloss. L'autre couleur tendance est le bordeaux. Et en plus elle se marie à merveille avec les teintes nudes.

CÔTÉ HYDRATATION

NOTRE SÉLECTION

Le visage

- Démaquillant « solution micellaire » La Roche-Posay
- « Hydrhase intense UV Riche » La Roche-Posay hydrate intensément et contient un filtre UVA/UVB SPF20

Pour chouchouter votre corps :

- « Lipikar huile lavante et Lipikar Baume AP » La Roche-Posay
- Baume réparateur « Cicaplast Baume B5 »

A l'approche des journées froides d'hiver et pour pallier les brûlures du froid sur vos mains : « cicaplast mains » La Roche-Posay



MON CONSEIL :

N'oubliez pas votre peau étant fragilisée par les traitements, veillez à ne pas utiliser n'importe quels produits sur votre peau et vos yeux, plusieurs laboratoires pharmaceutiques sont spécialisés !



Les lèvres

Pour hydrater ses lèvres en douceur : « Cicaplast lèvres » La Roche-Posay



Le teint

Pour une meilleure tenue, on n'oublie pas sa crème hydratante. Côté blush, le rosé et le corail laissent place au beige soutenu, qui structure avec douceur le visage. A poser de préférence en virgule sur la pommette saillante et surtout pas en pastille.

PERRUQUE OU "BOÛLE À ZÉRO"

Lors d'une chimiothérapie, deux femmes sur trois perdent la totalité de leurs cheveux et ont recours à des prothèses capillaires.

Pourquoi les cheveux tombent-ils ?

Nous avons entre 100 000 et 150 000 cheveux sur la tête. La chimiothérapie agit sur les cellules et notamment celles du bulbe pileux qui se divisent beaucoup, entraînant leur destruction et la chute des cheveux et de tous les poils (dont les sourcils et les cils).

Cette chute porte le nom d'alopecie. Elle est temporaire, les cheveux et les poils repoussant à l'arrêt du traitement. La chute des cheveux commence généralement deux à trois semaines après le début de la chimiothérapie mais parfois dès la première séance. Elle peut être brutale ou espacée suivant le type de molécules utilisées et les doses administrées.

Est-ce que ça fait mal ?

Certaines patientes ressentent des démangeaisons, des picotements au niveau du cuir chevelu, juste avant et au moment de la chute.

« J'ai peur de me réveiller un matin et de trouver mes cheveux sur l'oreiller »

Naturelle ou synthétique, cheveux longs ou courts ou colorés, comment choisir sa perruque ?

En règle générale, 99% des patients font le choix de la prothèse capillaire synthétique, solution la plus abordable. 2 options : ceux qui prennent à l'identique de la couleur et de la forme par rapport à leur coiffure d'avant, et ceux qui vont vouloir complètement changer. La majorité choisit tout de même ce qui ressemble à sa coiffure par besoin de retrouver son image.



MON CONSEIL :

couper vos cheveux par étape afin de vous habituer à votre nouvelle image. La perte de vos cheveux sera moins brutale. Certaines personnes vont directement raser leurs cheveux. Chaque personne est différente, il faut savoir s'écouter.

Y a-t-il des précautions, difficultés d'usage ?

Les prothèses sont labellisées mais n'empêchent pas la repousse. On peut les porter jusqu'à la fin du traitement et elles ne grattent pas. Ce qui démange, c'est lorsqu'il y a desquamation. Il est donc important d'entretenir le cuir chevelu avec des shampoings adaptés achetés de préférence en pharmacie et hydrater son cuir chevelu.

Doit-on la porter tout le temps ?

Parfois vous les achetez pour vous rassurer mais ce qui vous fait surtout peur c'est le regard des autres. Vous ne souhaitez pas la porter car vous avez chaud, ça gratte ou vous vous sentez mal à l'aise avec ?

Ou vous désirez tout simplement ne pas en porter et opter pour le look « boule à zéro » ? Soyez à l'aise et assumez votre choix ! Et pour celles qui veulent l'égayer d'un accessoire, vous trouvez aujourd'hui une multitude de turbans et foulards dont les prix varient de 20 à 70 euros.

Vous êtes manuelles, pourquoi ne pas vous en créer un selon vos envies ? A vous d'oser les couleurs, les fleurs, les motifs originaux !

Si vous souhaitez des conseils personnalisés, contactez Estelle Rieu à la Ligue contre le cancer comité 13 au 04 91 41 00 20

Coup de cœur

Jeu Concours
du 3 novembre 2015
au 15 janvier 2016 par tirage au sort
10 bons cadeaux
À GAGNER
pour le lancement du Mag des
Espaces Ligue RDV sur :
www.liguecancer13.net

B IEN-ÊTRE

Spa by Clarins de l'InterContinental

C'est dans les murs chargés d'histoire de l'ancien Hôtel-Dieu que le Spa by Clarins s'est implanté. Un havre de paix de 1000 m² où se côtoient luxe, remise en forme et bien-être.




Des soins professionnels aux textures et aux senteurs qui vous transportent dans un ailleurs où l'on sait prendre soin de vous, un lieu qui séduit à la fois par son architecture historique et son ambiance apaisante... Une exaltation totale de vos sens. Ce parcours hors du temps vous permettra de découvrir nos saunas, hammams, douches sensorielles, piscine, salle de fitness haut de gamme et nos espaces de relaxation. Le Spa met en place des abonnements pour une clientèle de privilégiés qui souhaiterait profiter de toutes les installations du lieu en illimité 7 j sur 7.



spa by **CLARINS**

InterContinental Marseille-Hotel Dieu. 1 Place Daviel, 13002 Marseille
Tél.04 13 42 42 43
www.deepnature.fr



La destination
mode

**Galeriès
Lafayette**

GALERIES LAFAYETTE MARSEILLE BOURSE

28 RUE BIR HAKEIM – 04 91 56 82 12
DU LUNDI AU SAMEDI DE 9H À 20H ET LES DIMANCHES DE 10H À 20H

GALERIES LAFAYETTE MARSEILLE SAINT FERRÉOL

40 À 48 RUE SAINT FERRÉOL – 04 96 11 35 00
DU LUNDI AU SAMEDI DE 10H À 20H



Avant



Après

”

« *Une journée dédiée... rien qu'à moi !* »

Evelyne, Marseille

R ELOOKING AVANT - APRÈS

J'AI DÉCIDÉ DE CONSACRER UNE JOURNÉE ENTIÈRE À ME FAIRE PLAISIR ET À ÊTRE FEMME TOUT SIMPLEMENT.

9h



Etape 1 RDV Coiffure

Rendez-vous est pris chez Marjorie Coiffure pour une coupe et une couleur histoire de changer de tête. En toute confiance, je me suis entièrement remise entre les mains expertes de Marjorie. Objectifs : trouver la couleur idéale adaptée à ma carnation et rafraîchir ma coupe de cheveux qui en avait besoin. Quelques coups de ciseaux plus tard, me voilà transformée avec une coupe plus courte, dynamique et avec des reflets auburn qui redonnent une brillance à mes cheveux.

11h



Etape 2 RDV Stylistme

Je suis accueillie par la charmante Olinda aux Galeries Lafayette. Nous sélectionnons ensemble une série de vêtements et d'accessoires pour créer deux tenues chics mais décontractées, que je pourrai mettre tous les jours. Me voir dans des vêtements inhabituels passe encore mais lorsqu'il a fallu se percher sur des talons de 10 cm, ça a été une franche partie de rigolade ! Au final, ce nouveau style m'a bluffée et je savais qu'il ferait sensation auprès de mon entourage.

Aux Galeries Lafayette Saint-Ferréol - Marseille :

- Robe bleu du Comptoir Des Cotonniers 145€
- Trench Gérard Darel 450€
- Sac Noir Gérard Darel 450€
- Pantalon coton enduit bleu pétrole Gérard Darel 145€

15h



Etape 3 RDV Maquillage

Me voici entre les mains d'Emilie. Yeux, teint, lèvres... plus de secret pour cette professionnelle du maquillage. Emilie me conseille un maquillage doux et naturel. Chaque produit est minutieusement appliqué, chaque accessoire a son rôle à jouer. Elle en profite pour me divulguer quelques conseils sur l'entretien de la peau, les produits à utiliser et les teintes à privilégier.

17h



Etape 4 Résultat final

Coiffée, pomponnée et habillée, j'ai le sentiment d'être une nouvelle femme et ça fait un bien fou ! Je suis curieuse du regard que ma famille va poser sur moi ; je sens qu'ils vont être éblouis...

**Si vous souhaitez participer à la prochaine séance de relooking, contactez la Ligue au :
04 91 41 00 20**

À GAGNER



Blouson cuir BMW rouge femme 359€ existe aussi en bleu homme 379€

Tenue Galeries Lafayette à gagner en lot :

Blouson noir. Jean gris slim. Tee-shirt manches longues. Ceinture Blu Velvet motif serpent : Boutique les 3 Zébrés - Arles.



Sac bandoulière femme : 49,99 € Galeries Lafayette

Jeu Concours
du 3 novembre 2015
au 15 janvier 2016 par tirage au sort
10 bons cadeaux
À GAGNER
pour le lancement du Mag des
Espaces Ligue RDV sur :
www.liguecancer13.net

Coups de CŒUR

Echarpe cachemire grise : 79,99 € Galeries Lafayette



Pull cachemire bleu homme : 99,99 € Galeries Lafayette



Trench beige : 129,99€ Galeries Lafayette

Cartable homme : 169,99 € Galeries Lafayette



Boots bleu marine homme : 89 € Galeries Lafayette



Au cœur des collines protégées du Montaignet, à 100m du pont des Trois Sautets peint par Cézanne avec la montagne Sainte-Victoire en toile de fond, marchez au fil de la vie du peintre pour rejoindre la rivière de l'Arc. Percevez les paysages, les couleurs comme le peintre les a vécus en suivant cet itinéraire. Prélassez-vous à l'ombre des arbres et replongez dans cette ambiance champêtre.

S

PORT

Randonnée

Des « Pas de Cézanne aux balcons d'Aix-en-Provence » : une balade dans une nature d'exception à la découverte d'une étonnante richesse en faune et en flore.

La découverte de la faune et de la flore

Tout au long de votre randonnée, vous allez découvrir deux types de milieu : le bord de cours d'eau et la garrigue. Vous croiserez peut-être un pouillot véloce -petit oiseau qui se reconnaît à son chant bien particulier - ou des papillons étonnants au printemps. Pour les reconnaître, vous pouvez télécharger l'application sur smartphone « Ecobalade » qui recense de nombreuses espèces locales.

Informations pratiques :

Distance : 10km / Difficulté : facile
Dénivelé : faible / Durée : 3h
Fléchage : bleu / Départ : Complexe Sportif du Val de l'Arc
Pensez à amener de l'eau, de bonnes chaussures et pour préserver ce paysage et sa richesse extraordinaire, ne marchez pas en dehors des sentiers balisés.

Embarquez les circuits sur votre smartphone !

L'application « MY PROVENCE BALADE » vous permet de connaître les conditions d'accès aux massifs, mémoriser votre randonnée... Le petit plus pour une balade sereine ! Vous pouvez également vous renseigner sur www.visitprovence.com et www.bouches-du-rhone.gouv.fr, mis à jour quotidiennement.

La montagne Sainte-Victoire



Conseils :

Pour éviter les mauvaises surprises, mieux vaut effectuer une, voire plusieurs marches courtes avec ses chaussures de randonnée avant d'effectuer un parcours de plusieurs heures. N'hésitez pas même à les porter un peu chez vous avant la première randonnée. Bonne balade !



AGENDA LIGUE 13

JOURNÉE D'INFORMATION
MARSEILLE WORLD TRADE CENTER

26 NOVEMBRE

CANCER DE L'ENFANT ET DE L'ADOLESCENT :
Guérir et se Reconstruire

ASSURANCE Publique
Médicare de Marseille

COMITÉ DES BOUCHES DU RHÔNE

Région
Provence-Alpes-Côte d'Azur

Venez nombreux !

A ne pas manquer !
1^{er} trimestre 2016

ELEONORE	OLIVIER	NICOLAS
RACHID	DOMINIQUE	SARAH
PETIT LUC	CAROLINE	PHILIPPE
JEAN-PIERRE	YVES	GUY
CHARLOTTE	ALDO	MATHALIE
DELPHINE	STEPHANE	AVABELLE
DAVID	SACHA	MYLENE
LESLIE	JOSETTE	YASMIVA
CHRISTOPHE	CLEMENT	PAUL-ALEXIS
BERNARD	SIMONE	MARIE
GENEVIEVE	AICHA	SYLVAIN...

COLLOQUE CHERCHEURS / GRAND PUBLIC
RECHERCHE & CANCER
OÙ EN EST-ON ?

LA LIGUE CONTRE LE CANCER / MARSEILLE LUMINY

ENTRÉE GRATUITE
RENSEIGNEMENTS - PROGRAMME - INSCRIPTIONS
www.liguecancer13.net - Tél. 04 91 41 00 20

COMITÉ DES BOUCHES DU RHÔNE

JOURNÉE D'INFORMATION : Cancer de l'enfant et de l'adolescent



LA LIGUE
pour la vie

Marché de Noël
Gourmand et artisanal

Les 12 et 13 Décembre - Espace Van Gogh

GRANDE TOMBOLA AU PROFIT DE LA LIGUE CONTRE LE CANCER
ANIMÉ PAR LES GARNEMENTS - RESTAURATION SUR PLACE - BALLADE EN CALÈCHE
La Corse est l'invitée d'honneur du marché cette année !

CONTACT: LIGUE CONTRE LE CANCER - ESPACE LIGUE ARLES & PAYS D'ARLES
16 PLACE DU SALVAGE, ARLES - 04 90 49 73 67 - WWW.LIGUECANCER13.NET
INFORMATIONS DISPONIBLES SUR L'ÉVÈNEMENT FACEBOOK

ARLES

A ne pas manquer !

Bientôt
les petits déjeuners
entreprises

Plus d'infos sur :
www.liguecancer.net
ou au 04 91 41 00 20





DANSE
à AIX-EN-PROVENCE

➔ **ROMÉO ET JULIETTE**
Ballet Preljocaj

Le ballet Preljocaj a 30 ans. L'occasion de retrouver les performances de ceux qui ont jalonné son histoire. Angelin Preljocaj présente une relecture de son propre ballet Roméo et Juliette, créé en 1990 pour le Lyon Opéra Ballet.

Plus d'informations sur :
www.preljocaj.org

Du mardi 1^{er} décembre au vendredi 4 décembre 20h30 (sauf mercredi 19h) et samedi 15h **GRAND THÉÂTRE DE PROVENCE** - 380 Avenue Max Juvénal, 13100 Aix-en-Provence



EXPOSITION
à ARLES

➔ **EXPOSITION**
OSER LA PHOTOGRAPHIE :
50 ANS D'UNE COLLEC-
TION D'AVANT GARDE

1965, naissance de la première collection publique de photographies dans un musée des beaux-arts français. C'était à Arles au musée Réattu. Jean-Maurice Rouquette, conservateur, et Lucien Clergue, photographe, osent un projet d'avant-garde dont découlera le festival des Rencontres, l'école nationale de photographie mais aussi la reconnaissance absolue de la photographie en France.

Plus d'informations sur :
www.museereattu.arles.fr

Arles du 4 juillet 2015 au 3 janvier 2016 **Musée REATTU - 10 Rue du Grand Prieuré, 13200 Arles**

A ne pas manquer!



SORTIR

DANS LE 13

Coups de cœur, agenda culturel



EXPOSITION à MARSEILLE

➔ **J'AI ME LES PANORAMAS**

Cette exposition, née de la collaboration entre le MuCEM* et le Musée d'art et d'histoire de Genève sera LE point de ralliements des artistes de tout poil. Elle cherche à montrer comment ce concept dépasse les catégories habituelles de la représentation : beaux-arts, art et pratiques populaires, art contemporain, photographie, cinéma...

Plus d'informations sur www.mucem.org
*Musée des civilisations de l'Europe et de la Méditerranée

Du 4 novembre 2015 au 29 février 2016
MuCEM J4 Marseille – Niveau 2

CINEMA À AUBAGNE

16^{ème} FESTIVAL INTERNATIONAL DU FILM D'AUBAGNE

Le Festival International du Film d'Aubagne présente grâce aux compétitions et aux projections thématiques, des premiers films (courts et longs métrages). Il soutient la jeune création cinématographique et la création sonore/musicale pour l'image. Pour sa 16^{ème} édition, le Festival International du Film d'Aubagne fête Pagnol et programme une soirée dédiée aux musiques des films de Pagnol.

Du 16 au 21 mars 2016

Espace Bras d'Or Cinéma le Pagnol Théâtre le Comoedia Salle Jean Renoir (La Penne-sur-Huveaune)

Phot'Aix 2015

du 8 octobre au 31 décembre



• Aix - Kumamoto
• 7 Parcours photographiques dans la ville

PHOTOGRAPHIES à AIX-EN-PROVENCE

PHOT'AIX 2015/ REGARDS CROISÉS JAPON-PROVENCE

Chaque année, à l'automne, Aix-en-Provence célèbre le regard croisé dans l'art de la photographie, le Phot'Aix.

La Fontaine Obscure accueille cette année le Japon.

5 photographes nippons sont invités à croiser leur regard avec 5 photographes français, sous le regard d'un parrain prestigieux : Risaku Suzuki, qui présentera sa série White.

Plus d'informations sur :
www.fontaine-obscure.com

Jusqu'au 31 décembre 2015
Cité du Livre - 8 rue Des Allumettes, 13090 Aix-en-Provence

Coup
de cœur!



SPECTACLE MULTIMEDIA AUX BAUX-DE-PROVENCE

LÉONARD DE VINCI, MICHEL-ANGE, RAPHAËL, LES GÉANTS DE LA RENAISSANCE

Après Klimt et l'école de Vienne, c'est la Renaissance italienne qui est mise à l'honneur dans le cadre magique des Carrières de Lumières des Baux-de-Provence. Une occasion exceptionnelle de voir sous un angle nouveau les plus grands chefs-d'œuvre de la Renaissance italienne, numérisés et projetés sur les monumentales surfaces des Carrières sur des musiques soigneusement choisies.

Plus d'informations sur :
carrieres-lumieres.com

**Jusqu'au 3 janvier 2016 - Carrières
de Lumières Route de Maillane,
13520 Les Baux de Provence**

CIRQUE À MARSEILLE

SMASHED de Gandini

Ne ratez pas ce spectacle inclassable qui fait le tour du monde, qui mêle théâtre, jonglage et acrobaties ! Humour et flegme britannique sous-tendent une proposition originale, colorée et spectaculaire, où les pommes virevoltent comme autant de flocons en hiver. Chorégraphiés avec une minutie exemplaire, les numéros sont portés par des musiques allant de Tammy Wynette à Bach et sont conçus comme un hommage à la grande Pina Bausch. C'est drôle, c'est beau, c'est décapant. So British !

Plus d'informations sur :
www.gandinijuggling.com

Mardi 12 janvier 2016 et mercredi 13 janvier 2016
Théâtre le Merlan - Avenue Raimu, 13014 Marseille

LE COIN DES SAVEURS

Rencontre avec
Lionel Lévy, chef étoilé
à l'InterContinental Marseille – Hotel Dieu
L'ART DE CUISINER
LA NATURE MÉDITERRANÉENNE



Lionel Lévy,
un chef étoilé engagé
Originaire de Toulouse mais marseillais de cœur, le chef renommé Lionel Lévy poursuit ses ambitions. Après un cursus à l'école hôtelière de Toulouse, il démarre sa carrière à Paris où il va côtoyer les plus grands : Yves Camdeborde, Eric Fréchon, Alain Ducasse... Ce qui lui a donné envie de cuisiner ? La gourmandise et la volonté de faire plaisir aux autres. Quand on cuisine, **« on ne le fait pas pour soi, on le fait pour les autres »**, explique-il.

Inventif, curieux, il a à cœur de réaliser une cuisine authentique en mettant en avant les produits locaux de saison. Sa passion culinaire, on a pu la retrouver durant 13 ans lorsqu'il était à la tête de son restaurant « Une Table au Sud ». Depuis, il a eu l'opportunité de rejoindre l'Intercontinental Marseille ;

où il est aux commandes de la brasserie Les Fenêtres et le restaurant gastronomique Alcyone. Précision, rigueur et minutie sont les maîtres mots de ce chef de renom. Toutes ces qualités lui ont permis de décrocher sa première étoile au guide Michelin en 2005.

Au côté de son art culinaire, Lionel Lévy nous fait part des causes qu'il soutient comme la lutte contre le Cancer : **« A travers mon métier, ma passion, mes créations, si je peux, du fait de ma notoriété, alerter sur des problèmes aussi importants que le cancer et si je peux aider à une prise de conscience, j'en suis ravi »**. D'autres engagements lui tiennent à cœur : il vient en effet de devenir le parrain de l'association marseillaise Graines 2 Tournesol qui œuvre au profit des enfants malades de la Timone. Par ailleurs, il lutte également contre le gaspillage alimentaire, l'un des fléaux de notre société.

Tout en soutenant ces différentes causes, il continue à relever des défis comme ceux de conserver sa 1^{ère} étoile et d'en conquérir une 2^{ème}.



Commander
notre calendrier !
cd.13@ligue-cancer.net

Ingrédients

800 g de cèpes
1 oignon doux des Cévennes
150 g de jambon Corse
100 g de noisette fraîche
300 g de beurre
100 ml de jus de volaille
30 ml d'huile de noisette
100 g de farine
3 œufs
Quelques feuilles de persil plat

Recette

Nettoyer et couper les cèpes en 2 en les frottant avec un linge humide.

Ciseler finement les oignons et les faire revenir dans l'huile d'olive, ajouter les parures de cèpes, déglacer au vin blanc et crémiser pour réaliser une crème de cèpes.

Cuire et mixer pour avoir une crème lisse, rectifier l'assaisonnement et ajouter une cuillère à soupe d'huile de noisette.

Torréfier les noisettes dans un four chaud afin de les colorer légèrement et de rehausser le goût.

Rôtir les cèpes à la poêle avec une noisette de beurre, ajouter au dernier moment les noisettes et les copeaux de jambon.

Parsemer d'1/2 gousse d'ail hachée et quelques feuilles de persil plat.

Ajouter les éclats de noisettes et le jus de volaille.

Fricassée de cèpes à la noisette





Ici on découpe, on tranche, on émince,
on roule, on cuit et on déguste !



Le Kabanon à boulettes de Marseille,

C'est l'idée même d'un food truck 100% marseillais, au look rétro et coloré où règne patage et simplicité. Des petites boulettes gustatives et inventives qui revisitent l'esprit de la Méditerranée et de la Provence.

L'ambiance d'un petit cabanon au bord de la mer sur les roches. Des boulettes salées ou sucrées et quelquefois glacées, qui nous font redécouvrir les saveurs des épices, de l'anis, du fenouil, mais aussi de la sardine, de la panisse, de la navette, des olives... C'est sans fin.

Des boulettes exclusivement faites avec les meilleurs ingrédients, choisis avec soin par Karine et Marie auprès de producteurs exigeants. Des boulettes faites main, dans le plus grand respect des normes de la gastronomie. Avec la boulette, c'est l'invention qui pilote !

Le Kabanon se déplace chez vous (entreprise ou particulier) pour tous vos événements privés.

Un écrin joyeux et festif, où les boulettes sont servies dans de jolis cornets de bois.

C'est une belle histoire d'amitié, de goûts, d'inventivité, avec, pour s'inspirer, la Provence et la Méditerranée.

www.lekabanonboulettes.fr
kabanonboulettes@gmail.com



Je me

igue
contre le cancer

JE SOUTIENS LA LIGUE CONTRE LE CANCER
COMITÉ DES BOUCHES-DU-RHÔNE

Coupon à détacher et à renvoyer, sans affranchir, accompagné de votre règlement à l'adresse suivante :

Ligue contre le cancer Comité des Bouches-du-Rhône - Autorisation 20134
13287 Marseille cedex 09



JE FAIS UN DON

- 12€ 20€ 40€
 50€ 90€ €

DÉDUCTION FISCALE : vous recevrez un reçu fiscal pour l'ensemble de vos dons de l'année qui vous permettra de bénéficier d'une déduction fiscale de 66 % de vos versements dans la limite de 20 % de vos revenus imposables. Votre premier don de l'année comprend, sauf avis contraire de votre part, un montant d'adhésion de 8€ également déductible de vos impôts. Pour les entreprises, la déduction fiscale est de 60 % à concurrence de 5% du chiffre d'affaire annuel.

La Ligue contre le cancer est agréée par le Comité de la Charte. Il s'assure du respect du code de bonne conduite que la Ligue s'est engagée à respecter pour la collecte de fonds et la transparence de la gestion.



Nom
Prénom.....
Adresse postale complète.....
CP :
VILLE :

Je joins mon règlement à l'ordre de la Ligue contre le cancer par :

Chèque CCP 261205 H MARSEILLE

Je souhaite recevoir régulièrement des informations de la Ligue

Mail :



UNE BANQUE QUI APPARTIENT À SES CLIENTS, ÇA CHANGE TOUT.

Le Crédit Mutuel est une banque coopérative, qui appartient à ses clients-sociétaires : ceux-ci peuvent participer au fonctionnement de leur Caisse locale en votant aux Assemblées générales. Ils élisent leurs représentants au Conseil d'administration suivant le principe "une personne, une voix". C'est donc à ses clients que le Crédit Mutuel rend des comptes, et non à des actionnaires.

Crédit  Mutuel

CRÉDIT MUTUEL GAMBETTA
47 ALLÉE LÉON GAMBETTA – 13001 MARSEILLE
Tél. : 0 820 888 402 (0,119 € TTC/min.) – 08971@creditmutuel.fr

Le Crédit Mutuel, banque mutualiste, appartient à ses 7,6 millions de clients-sociétaires.