



## Clémentine Vergnaud : son podcast témoignage de sa vie face au cancer

Elle était journaliste à FranceInfo. Elle est décédée la veille de Noël le 23 décembre 2023, à 31 ans, après s'être battue contre un cholangiocarcinome, un cancer des voies biliaires rare et très agressif, détecté un an et

demi plus tôt. Créatrice du podcast « Ma vie face au cancer : le journal de Clémentine » elle y raconte son combat, ses espoirs et ses doutes.

Dans les dix 1<sup>ers</sup> épisodes sortis en 2022, elle y raconte son quotidien de personne malade atteinte d'un cancer : les traitements, les espoirs, les déceptions, l'aide des proches, la peur de la mort. Jusque dans sa chambre d'hôpital, elle a souhaité reprendre le fil de son témoignage pour « laisser une trace » de son histoire.

Les derniers épisodes sont disponibles à titre posthume sur le site de Radio France, dans la rubrique Podcast de FranceInfo : [francetvinfo.fr/replay-radio/ma-vie-face-au-cancer-le-journal-de-clementine/](http://francetvinfo.fr/replay-radio/ma-vie-face-au-cancer-le-journal-de-clementine/)



## Infos de La Ligue

Dans un rapport, l'OMS annonce qu'en 2022, la prévalence de la consommation de produits du tabac a continué à décliner dans le monde.

En 2022, 1,25 milliard d'adultes sont consommateurs de tabac dans le monde, soit 1 sur 5, contre 1 sur 3 en 2000.

150 pays sont parvenus à réduire avec succès l'usage de tabac au sein de leur population, en particulier le Brésil et les Pays-Bas, réussissant ainsi à réduire la consommation de tabac de respectivement 35 et 30%.

Pour l'OMS, les politiques de lutte contre le tabac doivent avant tout cibler les jeunes. L'OMS reste vigilante face aux industriels du tabac, prêts « à toutes les extrémités [...] pour vendre leurs produits mortifères ». Par ailleurs, la baisse de la consommation de tabac reste inégale dans le monde: l'Europe est en 2<sup>ème</sup> position dans le classement des plus gros fumeurs (25,3%), derrière la région du Sud-Est asiatique (26,5%).

L'Europe devrait passer en tête de la consommation de tabac en 2030, avec plus de 23 % d'adultes fumeurs. La baisse du tabagisme est 2 fois plus lente en Europe que pour les autres régions. D'ici à 2025, l'OMS anticipe une réduction d'un quart du nombre de fumeurs dans le monde, par rapport aux chiffres de 2010.



# Action 92



Lettre d'information de La Ligue Contre le Cancer des Hauts-de-Seine • février 2024 • [www.liguecancer92.org](http://www.liguecancer92.org)



## Journée mondiale contre le cancer : pour des soins plus justes

Chaque année, le 4 février, la Journée Mondiale Contre le Cancer incite les entreprises, les communautés et les individus du monde entier à montrer leur soutien, à faire entendre leur voix, à agir personnellement et à encourager les gouvernements à en faire plus.

La Journée mondiale contre le cancer est une initiative de l'Union Internationale Contre le Cancer, la plus importante et la plus ancienne organisation internationale de lutte contre cette maladie, qui cherche à unir la communauté de lutte contre le cancer pour alléger le fardeau mondial de la maladie, favoriser une plus grande équité et inscrire la lutte contre le cancer au programme mondial de développement et de santé.

Lors de cette journée, nous savons que chacun d'entre nous a la capacité de faire la différence, grande ou petite, et qu'ensemble nous pouvons réellement progresser dans la diminution de l'impact mondial du cancer. Qui que vous soyez et où que vous soyez, venez prendre part à la création d'un monde sans cancer.

Pour cette Journée mondiale contre le cancer, qu'allez-vous faire sur les iniquités en matière de prise en charge du cancer ?

Nous élèverons nos voix pour que nos dirigeants s'engagent. Maintenant que nous avons les connaissances et une communauté unie à nos côtés, nous sommes prêts à faire trembler les bases mêmes de l'injustice, devenir des militants à vie, équipés pour pousser vers un changement durable.

Ensemble, nous ferons en sorte que nos dirigeants sachent que nous demandons de leur part un engagement à faire du cancer une cause prioritaire, de créer des stratégies innovantes conçues pour lutter contre les iniquités, et d'investir nos ressources pour parvenir à un monde juste et sans cancer. Nous appellerons nos dirigeants à éliminer les iniquités en matière de santé en s'attaquant à l'origine de ces dernières, en veillant à ce que tout le monde ait accès à des services de santé de qualité - quand ils en ont besoin, où ils en ont besoin, et de la manière dont ils en ont besoin.

## Marche à Clamart - 1 dessin = 1 €



Le 28 février, une marche solidaire est organisée pour la journée internationale du cancer de l'enfant.

La ville de Clamart se joint également à l'opération « un dessin = 1 euro : dessine ton sport préféré ! » aux côtés de la Fondation l'Adresse et de l'UNAPECLE qui soutient des associations locales qui accompagnent des enfants atteints d'un cancer et leurs familles.

Les dessins seront offerts aux enfants hospitalisés.

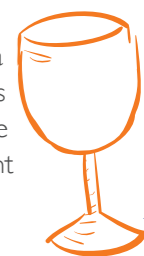
Cette journée est donc l'occasion d'informer sur toutes les améliorations qui restent à envisager mais aussi de partager et encourager les initiatives qui visent à faire évoluer la prise en charge de la maladie.

## Dry January

La consommation d'alcool augmente indéniablement les risques pour notre santé. Responsable chaque année de 28.000 nouveaux cas, elle représente la deuxième cause évitable de mortalité par cancer et la première cause de consultation aux urgences. Le Dry January ou Défi de janvier, rythme le premier mois de l'année qui se veut sans alcool. Au-delà d'une réflexion sur son rapport aux boissons alcoolisées, il nous apporte



également de nombreux bénéfices notamment en termes d'amélioration de sa santé physique et mentale, d'économies financières, de risque de réduction de cancer. Sous la forme d'ateliers participatifs, nous sommes intervenus dans plusieurs hôpitaux et entreprises sur le territoire des Hauts-de-Seine pour sensibiliser sur les effets de l'alcool sur la santé et l'importance de la modération sa consommation, lorsque « 53% des français n'ont pas le sentiment de prendre de risque ne consommant de l'alcool ».



Action 92 est une publication de La Ligue Contre le Cancer des Hauts-de-Seine • Directeur de la publication : Muriel Dehay • Secrétaire de rédaction : Christophe Blanc • Rédaction : Marie Lefebvre des Noëttes - Action 92 est la lettre d'information du Comité de La Ligue Contre le Cancer des Hauts-de-Seine - 3, avenue Paul Doumer - 92500 Rueil Malmaison Tél. : 01 55 69 18 18 - [cd92@ligue-cancer.net](mailto:cd92@ligue-cancer.net) - [www.liguecancer92.org](http://www.liguecancer92.org)

## La recherche en bref



Luis Garciz-Larrea, lauréat du prix Axel Kahn 2023

Le prix Axel Kahn « Douleurs et cancer » créé en 2022 par la Ligue Contre le Cancer, vise à récompenser les avancées dans la compréhension, le traitement et la prise en charge des douleurs liées aux cancers. Lors de la seconde édition qui s'est tenue le 13 décembre au Collège de France,



3 médecins-chercheurs ont été récompensés pour leurs travaux innovants dans ce domaine.

Le président de la Ligue, Daniel Nizri, souligne l'importance de mieux appréhender les douleurs associées aux cancers et encourage la communauté scientifique à accélérer les progrès dans ce domaine.

La Ligue Contre le Cancer a également lancé un appel à projets dédié à la recherche et à l'innovation contre les douleurs liées aux cancers, soutenant 8 projets pour un montant total de 2 640 000€ en 2023.

Le prix d'une valeur de 50.000€ rend hommage à Axel Kahn, ancien président de la Ligue, et met en lumière les problématiques des douleurs liées au cancer.

Les lauréats de la seconde édition comprennent Laure Copel, médecin oncologue et cheffe de pôle soins palliatifs à Paris, Denis Dupoirson, médecin anesthésiste-réanimateur

et chef du département douleur à l'institut de cancérologie de l'Ouest à Angers, et Luis Garcia-Larrea, médecin neurophysiologiste à Lyon en charge des douleurs associées aux cancers, allant de la médecine palliative à l'utilisation de techniques innovantes telles que l'analgésie intrathécale et la stimulation corticale transcrânienne.

## Journée internationale du cancer de l'enfant

La journée internationale des cancers de l'enfant, de l'adolescent et du jeune adulte se tient le 15 février.

Chaque année, plus de 2 500 enfants et adolescents et 1 000 jeunes adultes de 20 à 25 ans sont touchés.

Ces cancers représentent la 2<sup>e</sup> cause de mortalité par maladie chez les moins de 20 ans.

Engagée sur le sujet dès 2004, la Ligue Nationale Contre le Cancer est le 1<sup>er</sup> et seul financeur de la recherche contre les cancers pédiatriques.

Il est souvent difficile de s'y retrouver en tant que parent lorsque vous êtes confronté au cancer de votre enfant. Cela peut avoir des retentissements sur divers plans : matériel, psychique ou social.

Voici une liste d'associations qui peuvent vous venir en aide : **UNAPECLE** : elle coordonne et fédère 37 associations ayant une forte implication locale pour la prise en charge des enfants atteints de cancer ou de leucémie

**SPARADRAP** : pour mieux informer et préparer les enfants et leurs parents à un soin, examen de santé, hospitalisation.

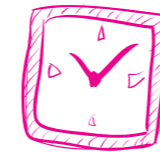
**PETITS PRINCES** : pour réaliser des rêves pour les enfants malades en fonction du traitement et de l'hospitalisation.

Fédération Leucémie Espoir (FLE) : pour apporter aide morale, matérielle et soutien aux personnes malades et à leur famille.

**À CHACUN SON CAP** : pour proposer des séjours à bord de voiliers à des jeunes de 8 à 25 ans atteints de cancer.

**À CHACUN SON EVEREST** : pour aider les enfants atteints de cancer ou leucémie, limiter l'isolement et favoriser l'entraide grâce à des séjours à la montagne.

## Les ateliers de La Ligue



Les ateliers de La Ligue Contre le Cancer des Hauts-de-Seine du mois de février  
Nos ateliers de soins de supports continuent avec notre réseau de centres partenaires.

### Ateliers pour les personnes malades d'un cancer ou en rémission



#### « Se recentrer sur les pensées positives »

Maryline Dutreil, sophrologue, hypnothérapeute de 10h à 11h30 • Centre Évoléoz Boulogne-Billancourt



#### « Accueillir et exprimer ses émotions par la méditation musicale »

Hélène Guepin, musicothérapeute/sophrologue de 16h à 17h30 • Maison du Mieux-Être Rueil-Malmaison



#### « Se connecter à la magie des mots pour mettre à distance les maux »

Géraldine Lemoine, conseillère et formatrice en communication bienveillante - Atelier d'écriture partagé de 16h à 17h30 • Maison du Mieux-Être Rueil-Malmaison



#### « Apprendre à méditer pour lâcher prise »

Laurence Berger, énergéticienne de 17h à 18h30 • Centre Évoléoz Colombes

#### « Que mettre dans mon assiette pour ma santé ? »

Elisabeth Musart, naturopathe de 10h à 11h30 • Espace Guimel Garches

### Ateliers pour les personnes aidantes



#### Groupe de partage « Café Chouquettes »

Christel Bellier, psychopraticienne 10h30 à 12h00 et 15h à 16h30 Centre Évoléoz • Boulogne-Billancourt

Pour vous inscrire gratuitement, rien de plus simple : vous pouvez contacter La Ligue Contre le Cancer des Hauts-de-Seine - 01 55 69 18 14 - [cgardinier@liguecancer92.org](mailto:cgardinier@liguecancer92.org) ou directement en ligne via le site : [www.helloasso.com/associations/ligue-contre-le-cancer-des-hauts-de-seine](http://www.helloasso.com/associations/ligue-contre-le-cancer-des-hauts-de-seine)

## Inauguration de l'espace Évoléoz



### Un nouveau centre de soins à Boulogne-Billancourt

a été inauguré Vendredi 19 janvier, en présence de Christel Bellier Créatrice de l'espace Évoléoz, Pierre-Christophe Baguet, maire de Boulogne-Billancourt, de ses adjoints à la démocratie locale Isaure de Beauval et à l'artisanat, Thomas Clément, et de thérapeutes exerçant au centre Évoléoz.

Évoléoz est un espace d'un genre nouveau dédié au développement personnel, à la thérapie et au mieux-être, situé aussi à Colombes (92) et à La Gacilly (Bretagne).

Christelle Bellier, thérapeute, a créé en 2020 le premier Évoléoz mais face à la demande de nombreux praticiens, elle a décidé d'ouvrir un deuxième puis un troisième centre dans les départements des Hauts-de-Seine et du Morbihan. Elle-même psychopraticienne et énergéticienne, elle a « conçu le lieu que j'aurais aimé trouver lorsque j'ai commencé à pratiquer ». C'est un lieu où des liens se tissent et où règne un état d'esprit positif et une convivialité entre les différents intervenants.

Elle y organise un « Apéroz » une fois par mois pour échanger sur leurs pratiques.



Les ateliers de soins de supports, avec des thématiques variant d'un mois à l'autre, sont offerts par la Ligue pour les personnes malades atteintes d'un cancer ou en rémission, ainsi que pour les personnes aidantes.

## L'année 2024 de La Ligue Contre le Cancer

