



ligue contre le cancer

Unis contre le cancer du sein



COMMUNIQUÉ DE PRESSE

Contact Nicole Bulliard, chargée de communication, nicole.bulliard@liguecancer.ch
Ligne directe 031 389 91 57
Date Berne, le 23 septembre 2013

« Unis contre le cancer du sein » 2013

Faire le tour du monde par solidarité

L'activité physique pratiquée régulièrement diminue le risque de développer un cancer du sein et aide les femmes touchées à retrouver un équilibre physique et psychique. Aussi une participation à l'action de solidarité « Unis pour le tour du monde » seule, en groupe ou avec la Ligue contre le cancer est tout bénéfice.

Pour les femmes en bonne santé, de l'exercice physique pratiqué régulièrement et en suffisance contribue à abaisser le risque de cancer du sein, notamment après la ménopause. L'activité physique permet d'éviter ou de réduire la surcharge pondérale, autre facteur important de risque du cancer du sein. Toutefois, le risque de développer un cancer du sein dépend également de facteurs non influençables, tels le sexe, l'âge et les prédispositions héréditaires

Pour les personnes touchées par le cancer du sein, l'exercice physique en cas de cancer joue un rôle important pour la prévention des récurrences, des effets secondaires et des conséquences ultérieures. Il est prouvé scientifiquement que les personnes atteintes de cancer du sein qui ont une activité physique régulière présentent moins de récurrences et un taux de mortalité réduit. Pour cette raison, on conseille aux personnes qui le peuvent de pratiquer régulièrement de la marche ou toute autre activité physique. L'exercice physique permet en outre de diminuer les conséquences physiques et psychiques des traitements et d'améliorer la qualité de vie. Chaque personne touchée peut choisir selon ses envies et ses possibilités de s'entraîner seule ou à plusieurs, en privé ou dans le cadre de cours organisés par la Ligue contre le cancer.

Grande action de solidarité « Unis pour le tour du monde »

En octobre, à l'occasion du Mois d'information sur le cancer du sein, nous faisons le tour du monde par solidarité, ce qui représente 40 000 kilomètres à parcourir. Toutes les personnes qui souhaitent participer à l'action « Unis pour le tour du monde » peuvent effectuer un parcours de leur choix dans leur région ou se joindre à l'une des manifestations organisées par les ligues contre le cancer. Ces témoignages de solidarité sont documentés à la page www.liguecancer/cancerdusein avec la photo des participants.





ligue contre le cancer

Unis contre le cancer du sein



Orné d'un ruban rose en épinglette, chacun peut parcourir seul ou en groupe un tronçon à pieds, à la course, à la nage, en roller ou à vélo et télécharger une photo de cette activité à la page www.liguecancer.ch/cancerdusein ou l'envoyer par messagerie à cancerdusein@liguecancer.ch ou par poste à Ligue suisse contre le cancer, « cancer du sein », case postale 8219, 3001 Berne – en mentionnant le nom, le parcours et les kilomètres effectués.

Une maquette de sein exposée pour la première fois

Une maquette de sein en grand format sera présentée pour la première fois dans toute la Suisse à l'occasion du Mois d'information sur le cancer du sein, en octobre. La maquette de sein permet de visualiser la structure de la poitrine féminine, les modifications bénignes qui peuvent survenir ainsi que les différents stades d'évolution du cancer du sein. Elle est une bonne entrée en matière pour aborder les questions de la prévention et du dépistage du cancer du sein. Les visiteurs peuvent poser leurs questions et obtenir des informations sur place. La liste des expositions est disponible à la page www.liguecancer.ch/cancerdusein.

La Ligue contre le cancer offre conseils et soutien

La ligne téléphonique gratuite InfoCancer, 0800 11 88 11, est à l'écoute du lundi au vendredi de 9 h à 19 h. Les internautes peuvent poser leurs questions par messagerie à helpline@liguecancer.ch.

Durant le mois d'octobre, un médecin répond aux questions des personnes touchées et de leurs proches par messagerie et animera le forum (www.forumcancer.ch).

Les personnes atteintes et leurs proches peuvent échanger en ligne sur le forum de la Ligue suisse contre le cancer à l'adresse www.forumcancer.ch ou prendre contact avec la ligue de leur région (liste complète des ligue cantonales sous www.liguecancer.ch).

Différents supports d'information sur les risques et le dépistage du cancer du sein sont disponibles gratuitement dans trois à six langues. Ils peuvent être commandés auprès de la Ligue suisse contre le cancer (tél.: 0844 85 00 00 ou par courriel: boutique@liguecancer.ch) ou auprès des ligues cantonales.

Nous vous mettons volontiers en contact avec des personnes touchées ou des spécialistes du cancer du sein. Des d'informations supplémentaires sur l'activité physique et le cancer du sein, la liste des activités, des photos et le matériel d'information se trouvent à la page www.liguecancer.ch/cancerduseinmedias.

La Ligue suisse contre le cancer (fondée en 1910) est une organisation à but non lucratif œuvrant dans la prévention du cancer, la promotion de la recherche et le soutien des personnes atteintes de cancer et de leurs proches. En tant qu'organisation faitière nationale sise à Berne, elle rassemble 19 ligues cantonales et régionales. Certifiée Zewo, elle est principalement financée par des dons.