

JOURNEE MONDIALE DE LUTTE CONTRE LE SIDA AU LYCEE MARIE CURIE

Dans le cadre de la journée mondiale de lutte contre le sida du 4 décembre 2018, les étudiantes de première année BTS Économie Sociale et Familiale ont organisé différentes actions de prévention contre le VIH, SIDA, les IST (Infections Sexuellement Transmissibles).

Ces activités étaient réparties dans le hall, la cour, la cafeteria et dans un des préfas.

De nombreux stands ont été mis en place : les liens et différence entre VIH/SIDA et les chiffres clés, les IST/ jeunes et les chiffres clés, l'incitation au dépistage avec le Centre Gratuit Information de Dépistage et de Diagnostic CeGIDD, la promotion de l'utilisation du préservatif et son mode d'emploi grâce à un jeu de cartes et au « manège enchanté ».

Nous avons également organisé une chaine humaine de solidarité, à la récréation de 10h, en formant le symbole de la lutte contre le Sida.

Cette journée a rencontré un vif succès

RENDEZ-VOUS L'ANNEE PROCHAINE !





ACTION SANTE-ALIMENTATION PARTENARIAT LYCEE MARIE CURIE – COLLEGE DES CAILLOLS

Dans la cadre du parcours Santé initié par l'Education Nationale, le lycée Marie Curie (Marseille 5^{ème} arrdt) et le collège des Caillols (Marseille 12^{ème} arrdt) ont développé un partenariat sur la thématique de l'équilibre alimentaire en lien avec la promotion de l'exercice physique.

Ce partenariat a impliqué la section de BTS Diététique (étudiants de 1^{ère} et de 2^{ème} année) du lycée et les classes du collège (de la 6^{ème} à la 3^{ème}, classes SEGPA, section athlétisme).

Le projet s'est déroulé en trois temps :

1 – Stage de 4 étudiants au collège (du 26 novembre au 21 décembre 2018)

Quatre étudiants de 2^e année de BTS Diététique ont réalisé les actions suivantes :

- passation d'un questionnaire alimentaire pour connaître les habitudes alimentaires des collégiens,
- interventions dans les classes de 5^{ème}, 4^{ème} et 3^{ème} pour présenter les bases de l'équilibre alimentaire,
- actions auprès des CM2 des écoles du secteur, futurs 6^e au collège, pour les sensibiliser à l'équilibre alimentaire,
- interventions « alimentation équilibrée et pratique sportive » auprès des élèves de la section athlétisme du collège,
- interventions auprès des élèves de la section Segpa autour des thèmes de l'équilibre alimentaire et de la saisonnalité ainsi que sur les représentations liées à l'alimentation véhiculée par les médias.



2 – Organisation d'un petit déjeuner équilibré au collège (06 mars 2019)

Les étudiants de 1ère année du BTS ont organisé et animé une matinée au collège sur le thème du petit déjeuner. Chaque classe de 6^{ème} a été encadrée par un groupe d'étudiants qui a présenté l'importance du petit déjeuner, initié les élèves à la lecture d'étiquettes des produits industriels consommés, et donné des conseils et des exemples de petit déjeuner équilibré.

Cette matinée s'est poursuivie par le partage d'un petit déjeuner au collège, pour appliquer les conseils donnés et échanger dans la convivialité.

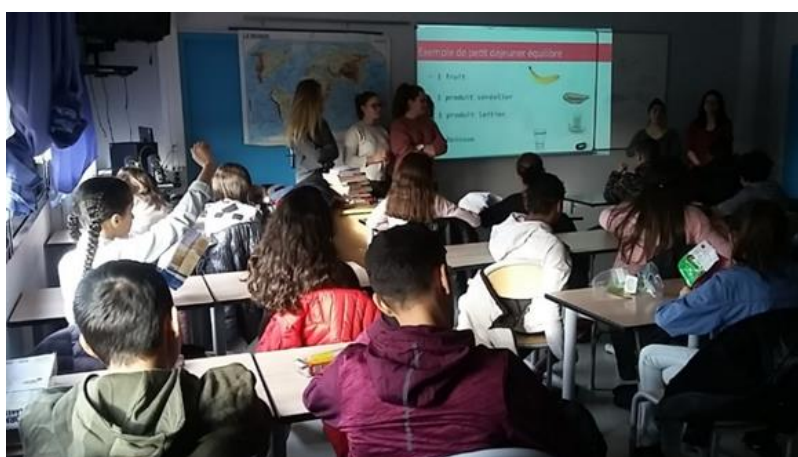
Un dépliant réalisé par les étudiants a été distribué à chacun.



Petit déjeuner et exemple d'affiche faite par les étudiants



Analyse d'étiquettes de produits alimentaires industriels consommés par les collégiens.



Utilisation de supports visuels produits par les étudiants.

Dépliant réalisé par les étudiants et distribué à chaque élève.

L'importance du petit déjeuner

Il apporte de l'énergie pour le début de la journée.

Il permet d'augmenter la concentration et l'efficacité au travail.

Il permet de limiter le grignotage avant le repas du midi et de bien répartir les apports caloriques sur toute la journée.

Il apporte de la vitamine C pour renforcer les défenses Immunitaires.

Il apporte du calcium pour la minéralisation des os et des dents.

La structure d'un petit déjeuner

- Une boisson



- Un produit laitier

- Un produit céréalier



- Un fruit

Le petit déjeuner



Classe de première année de BTS diététique
2018/2019
Lycée technique Marie Curie - Marseille

Quelques aliments...

Produits céréaliers

- Pain
- Biscottes
- Céréales (flocons d'avoine, muesli)

Produits laitiers

- Lait
- Yaourt
- Fromage
- Fromage blanc

Fruits

- Fruits entiers
- Compote sans sucre ajouté
- Salade de fruits

Boissons

- Eau
- Lait
- Occasionnellement : Jus de fruits (pressé ou 100% pur jus).

Exemples de petit déjeuner

2 tranches de pain beurrées et confiture
1 tasse de lait au chocolat
1 poire
1 verre d'eau

4 biscottes beurrées
1 yaourt
1 verre de jus de fruit pressé

2 poignées de céréales (peu sucrées)
1 verre de lait
1 compote de pomme/banane



Quelques quantités...



Aliments	Quantité
Céréales	2 poignées (30g)
Pain	2 tranches (50g)
Biscottes	4 biscottes (50g)
Lait	1 tasse
Yaourt	1 (125g)
Fruits	1 (150g)
100% pur jus ou jus de fruit pressé	1 verre (max:100 mL)



3 – Organisation d'un atelier de techniques culinaires au lycée (le 04/04/19)

Les élèves de 3ème Segpa ont participé à une séance de TP de techniques culinaires avec les étudiants de 1ere année de BTS Diététique sur le thème de la collation et du goûter.

Professeurs encadrants tout au long de cette action

Mmes Bonaudo, Lombard, Santi, Tsobgni



ONCOPACA Nutrition et Cancer

Deux étudiants en 2^e année de BTS Diététique, Anthony Coffyn et Mathilde Imbert, ont effectué leurs 4 semaines de stage «à thème optionnel» au sein du réseau régional de cancérologie ONCO-PACA Corse en décembre 2018. Ils ont été chargés de collaborer à la réflexion et à la mise en place de travaux autour de la nutrition des personnes atteintes du cancer.

Le Réseau Régional de Cancérologie (RRC) OncoPaca-Corse a pour objectifs de promouvoir et d'améliorer la qualité de la prise en charge des patients dans le cadre des Plans Cancer. Le réseau coordonne, évalue et harmonise les pratiques en cancérologie et contribue à l'information des professionnels et du public à l'échelle régionale. Au service des patients et des professionnels, il constitue l'un des maillages de l'organisation régionale de l'offre de soins en cancérologie.

Dans le cadre des travaux Soins de Support du panier INCa (Institut National du Cancer), le Réseau met en place un Groupe Bi-régional Nutrition Soins de Support, composé d'acteurs de santé de l'hôpital, de la ville et des associations de patients, sous l'égide des ARS Paca et Corse. Les travaux de ce groupe ont notamment pour objectifs :

- la revue des connaissances et du savoir-faire dans la prévention, le dépistage et la prise en charge de la dénutrition,
- la mise à disposition d'outils pour la pratique,
- la sensibilisation des acteurs de santé et ceux du médico-social,
- l'organisation de journée d'informations,
- une veille documentaire.

La mise en place de ce groupe est présentée à l'adresse suivante :

<http://www.proinfoscancer.org/fr/page/groupe-expert-sud-paca-corse-nutrition-cancer-soins-de-support>

Notons que Mathilde et Anthony, accueillis et encadrés par Mme Pibarot, médecin coordonnateur du Réseau, et par Mme Rey Correard, Chargée de Mission Soins de Support Ville-Hôpital, sont cités en bas de page comme contributeurs au projet. Notons également que M Gergouil, diététicien faisant partie du comité scientifique du groupe, est un ancien étudiant du lycée.

Cancer et Nutrition

Groupe expert régional
SUD Paca Corse
NUTRITION & CANCER



NE SOYEZ PAS VICTIME DES IDÉES FAUSSES !!

VOTRE SANTÉ PEUT EN DÉPENDRE !



PRATIQUER LE JEÛNE POUR MIEUX SUPPORTER LES CHIMIOTHÉRAPIES !

FAUX!

EN RÉALITÉ

Aucun effet bénéfique du jeûne n'a été démontré, que ce soit sur la maladie ou sur les effets du traitement. Certaines études ont même rapporté des effets délétères de ce régime comme une diminution de l'efficacité des traitements anticancéreux, ainsi qu'un risque d'aggravation de la dénutrition.

FAUX!



BOIRE DU LAIT FAVORISE LE CANCER

EN RÉALITÉ

Il a été démontré que le calcium présent dans le lait peut jouer un rôle préventif, dans certains cas, en particulier pour le cancer colorectal. La consommation dans la limite recommandée de deux produits laitiers par jour fait partie d'une alimentation équilibrée. Le lait contient des protéines, du calcium, de la vitamine D et B12 et du phosphore, essentiels pour l'organisme.



SE PRIVER DE FÉCULENTS POUR TUER LES CELLULES CANCÉREUSES !

FAUX!

EN RÉALITÉ

Les féculents apportent l'énergie indispensable dont notre corps a besoin et participent au bon fonctionnement des cellules. S'en priver provoquerait un déséquilibre de l'organisme. Dans la mesure du possible, aller vers des féculents complets, riches en fibres.

FAUX!



COMPLÉMENTS ALIMENTAIRES ET ALIMENTS "MIRACLES" POUR COMBATTRE LE CANCER !

EN RÉALITÉ

La consommation de compléments alimentaires ou d'aliments "miracle" (curcuma, spiruline..) n'est pas recommandée. Il n'a pas été démontré d'effets bénéfiques pendant la maladie et certains compléments peuvent réduire l'efficacité de traitements anti-cancéreux. Les allégations anti-cancer pour certains complémentaires ou aliments proviennent d'études réalisées uniquement sur des cellules et des animaux, et n'ont jamais confirmé leur bénéfice anti-cancer sur l'homme. Aucun complément ne vaut une alimentation variée et saine bien plus bénéfique pour la santé.

FAKE NEWS



PATIENTS, PARLEZ-EN À VOTRE ÉQUIPE MÉDICALE



Ce document a été réalisé dans le cadre des travaux du Groupe expert régional Sud Paca Corse Nutrition & Cancer - Soins de support. Remerciements aux établissements de santé, aux URPS et aux associations de patients membres du Groupe.

Informations complémentaires et sources documentaires à retrouver sur le portail ProInfosCancer.org

Avec la relecture du réseau NACRe