



FESTIVAL

La petite robe blanche, un salon de mariage d'un genre nouveau organisé sur deux jours



DIÉTÉTIQUE

Affiner sa silhouette et améliorer sa santé sans se frustrer avec Célia Sarossy



OCTOBRE ROSE

Rencontre avec Claudine Legay, présidente de la ligue contre le cancer de Haute-Corse

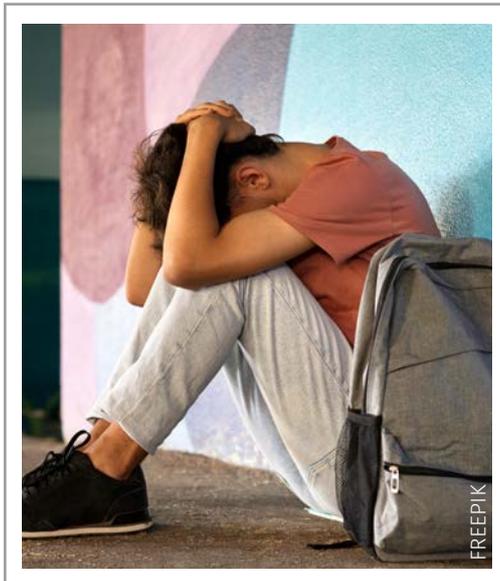
POUR QUE L'ÉCOLE RESTE « UN SANCTUAIRE »

« L'école est un sanctuaire et nos enfants doivent être protégés », a déclaré le chef de l'Etat, lors de sa visite en Corse, le 27 septembre dernier.

Le même jour, Elisabeth Borne avait présenté un plan interministériel pour lutter contre le harcèlement scolaire. Énonçant plusieurs mesures, la Première ministre a promis une « mobilisation générale » et une « lutte implacable » contre ce « phénomène massif ».

Dans près d'un mois, le 9 novembre, pour la journée nationale contre le harcèlement, plusieurs campagnes de communication et de sensibilisation vont être lancées.

En Corse, c'est l'association Jean-Toussaint, créée par Nathalie Santoni, une maman



endeuillée en 2017, qui intervient dans les écoles, collèges, lycées afin de sensibiliser contre ce fléau.

4,3% des élèves sont concernés par le harcèlement scolaire, sur l'île, deux fois moins que sur le continent en moyenne. Mais selon l'association, ces chiffres ne reflètent pas l'ampleur du phénomène. D'où l'importance pour les membres de mettre en place beaucoup plus de prévention et de sensibilisation dans les établissements scolaires et faciliter la prise de paroles pour les enfants, les écouter, les entendre et les aider.

E.F.

N°VERT 0 800 73 08 53

Et par mail : associationjeantoussaint@gmail.com
Site : association-jean-toussaint.com

Un nouveau rendez-vous durable à Calvi

Petit nouveau dans l'équipe des rendez-vous écolos balanins, le festival Green orizonte est un héritage du, désormais bien connu, Festival du vent de Calvi et doit se tenir sous peu, du 20 au 22 octobre, afin de réunir son public autour du thème du développement durable. Cela, dans l'idée d'aborder la question écologique de manière constructive en échangeant les idées au cours de débats et de conférences bien sûr, mais aussi en réunissant autour de moments festifs avec des concerts qui sont prévus les soirs de l'évènement sous un chapiteau (sur le parking Super U de Calvi).

L. M.

Programme et informations sur : www.greenorizonte.corsica



VERSION **femina** VERSANT CORSE

CORSE-MATIN 2 rue Sergent-Casalonga 20000 Ajaccio Tél. : 04 95 51 74 00

DIRECTEUR GÉNÉRAL ET DIRECTEUR DE LA PUBLICATION Gabriel d'Harcourt

DIRECTEUR DÉLÉGUÉ ET RÉDACTEUR EN CHEF Henri Mariani

PUBLICITÉ Corse-Matin Publicité, 2165 Av Sampiero corso
Centre commercial Castelli 20600 Furiani ; Tél. : 04 95 32 66 33
et 2 rue Sergent-Casalonga 20178 Ajaccio ; Tél. : 04 95 51 74 30

SUPPLÉMENT HEBDOMADAIRE COORDONNÉ PAR

Gaële Valéry - gvalery@corsematin.com et Emmanuelle Ferrandini - eferrandini@corsematin.com

Cousette

Boutique
MAISON FONDÉE EN 1970

Nouvelle 2023 Collection

Automne / Hiver

INDIES
BLEU BLANC ROUGE
DEVERNOIS
MARINA RINALDI
PERSONNA
BY MARINA RINALDI
ELENA MIRO
GRANDES TAILLES
TINTA
BARILOCHE
FUCHS SCHMITT
ROSSOMONTA
MARIE PASTORELLI
CHAPEAUX, BIJOUX
& ACCESSOIRES

LES JARDINS DE BODICCIONE
BOULEVARD LOUIS CAMPI
AJACCIO - 04 95 22 11 63

LUNDI SUR RENDEZ-VOUS
DU MARDI AU SAMEDI
9H30/12H30 & 14H30/19H

DEVERNOIS

MOD. MK4115U COL. 3950
PHOTOGRAPHIE RETOUCHEE

MICHAEL KORS

OPTIQUE BALBI **ESPACE OPTIQUE** **OPTIQUE BALBI** **OPTIQUE BALBI** **OPTIQUE BALBI** **OPTIQUE BALBI**
Ajaccio - Porticcio - Baléone Ajaccio Calvi - Ile Rousse - St Florent Foilelli - Alistro Propriano - Porto-Vecchio Bastia - Corte

Insuffler l'inspiration aux mariés

Lancé par trois amies, qui ont créé une association « Serial noceuses », le festival La petite robe blanche, qui se déroulera aujourd'hui et demain au Domaine Cappa, se présente comme une alternative aux salons du mariage traditionnels

Rendez-vous au domaine Cappa, situé à mi-chemin entre Ajaccio et Propriano, pour assister au premier festival La petite robe blanche aujourd'hui et demain. 44 prestataires seront présents lors de ce salon du mariage atypique, pour insuffler l'inspiration aux futurs mariés. Le festival à taille humaine propose à ses visiteurs de partir à la rencontre de professionnels : fleuristes,



ANGÉLIQUE PHOTOGRAPHIES

photographes, traiteurs, cheffe à domicile, organisateurs de mariage, créateurs de robes de mariée, de costumes ou de papeteries... « *Quand je me suis mariée, j'aurais aimé avoir ce type d'événements, pouvoir partager, échanger,* précise Angelina Ramazotti, wedding planner. *C'est l'occasion rêvée pour les futurs mariés de découvrir des professionnels talentueux, réactifs et sympathiques, à qui confier leur*

projet. Ce sont pour beaucoup des coups de coeur. » Avec ses consœurs, Marinella Decastro, à la tête de Studio Mariage, et Alexia Anxionnaz, fleuriste, elles ont mis les petits plats dans les grands pour rendre ces deux jours uniques, « *dans un très beau lieu mêlant ancien et modernité* ». Chaque mariage est différent, le festival est quant à lui l'occasion de dessiner le vôtre à votre image. **E.F.**

Le mois de la véranda

DU 15/10 AU 15/11

-25%



*Hors pose - Voir conditions en magasin

ALU
confort

**MENUISERIE ALU PVC BOIS • VERANDA • PERGOLA • STORES • MOUSTIQUAIRES
PLACARDS • DRESSING • PORTAILS • AUTOMATISMES • PORTES AUTOMATIQUES
RIDEAUX METALLIQUES**

C.C Le Polygone, Montesoro - BASTIA - 04 95 30 76 25 - contact@aluconfort.fr

Bronchiolite : comment protéger mon enfant ?

Retrouvez des conseils pour protéger votre enfant, limiter la contamination et appliquer les bons gestes en cas de bronchiolite.

La bronchiolite est une infection respiratoire d'origine virale (virus respiratoire syncytial ou VRS) très répandue et très contagieuse qui touche principalement les enfants de moins de 2 ans.



En France, on estime que la bronchiolite touche chaque hiver près de 30% des nourrissons de moins de 2 ans. C'est une maladie bénigne la plupart du temps, mais elle peut parfois entraîner des complications assez sévères chez les plus jeunes et les plus fragiles.

Des gestes simples de prévention

La maladie, très contagieuse, se transmet d'une personne à une autre par la salive, la toux et les éternuements ou par un contact avec les mains et les objets (jouets, biberons...).

Plusieurs gestes simples sont importants pour protéger votre bébé :

- Se laver les mains avant et après chaque change, tétée ou câlin ;
- Aérer régulièrement l'ensemble du logement ;
- Porter un masque en cas de rhume, toux ou fièvre ;
- Eviter d'emmener son enfant dans les endroits publics confinés ;
- Ne pas partager ses biberons, sucettes ou couverts non lavés ;
- Ne pas fumer à côté des bébés et des enfants.

Quels sont les symptômes ?

La bronchiolite démarre en général par un **simple rhume (nez bouché ou qui coule)** ou une rhinopharyngite. Dans les 2 à 3 jours, une infection respiratoire basse peut apparaître avec fièvre, toux et une augmentation des sécrétions qui peuvent conduire à une gêne respiratoire. **La respiration peut devenir rapide et sifflante**, avec une impression « d'essoufflement ». L'enfant est gêné pour respirer, a du mal à manger et à dormir.

Dans la majorité des cas, la bronchiolite guérit spontanément au bout de 5 à 10 jours

mais la toux peut persister pendant 2 à 4 semaines.

En début de bronchiolite, il est important de bien surveiller les nourrissons de **moins de 2 mois** et de leur apporter des soins adaptés. Ils peuvent présenter une forme plus grave nécessitant une hospitalisation.

Votre enfant a la bronchiolite, que faire ?

- assurez une bonne hydratation pour faciliter la fluidité des sécrétions.
- désencombrez son nez, particulièrement avant les repas,
- couchez-le sur le dos, à plat ;
- fractionnez son alimentation ;
- aérez sa chambre et veillez à ne pas trop le couvrir
- ne pas l'exposer à la fumée du tabac.
- gardez votre enfant à la maison pour limiter la circulation du virus.

Quand faut-il s'inquiéter ?

En cas d'infection, l'hospitalisation est rarement nécessaire. Si l'état de votre bébé se dégrade, s'il est gêné pour respirer ou rencontre des difficultés pour manger ou téter, consultez en priorité votre médecin habituel. S'il n'est pas disponible, avant de vous rendre aux urgences, appelez le 15 pour être orienté vers la structure la plus adaptée.

Un nouveau traitement préventif pour limiter les formes graves chez les nouveaux nés et les nourrissons

Un nouveau traitement préventif est disponible. Destiné aux nourrissons de moins d'un an (y-compris aux nouveau-nés), il empêche le virus à l'origine de la bronchiolite d'infecter l'organisme en quelques jours après l'injection. Il repose sur la technologie des anticorps, c'est-à-dire que l'on donne à l'organisme les outils pour se défendre, et est efficace sur plusieurs mois (à la différence de la vaccination qui présente la maladie à l'organisme pour l'entraîner à se défendre seul). Ce traitement peut être délivré sans facturation aux patients, sur ordonnance, en établissement de santé et en pharmacie de ville. Renseignez-vous auprès de votre médecin.

En savoir plus :

www.corse.ars.sante.fr



L'or et la manière

Hier, à Lumio, Casanera a lancé sa marque de joaillerie fine, Maria Battaglia. La créatrice et sa sœur Marie Ceccaldi, fondatrice de la marque Casanera, puisent leur inspiration dans l'île. L'une pour créer de la joaillerie fine, avec des pièces d'exception et un goût ultime pour les matériaux précieux, la seconde dans la cosmétique bio et les senteurs.

Elles ont pour fil rouge commun l'élégance et les valeurs de l'île

Pouvez-vous nous parler de la genèse de la marque Maria Battaglia et de son lien avec Casanera ?

Maria Battaglia : Ma sœur a créé la marque Casanera en 2010, pour le Spa de l'hôtel *La Signoria*. Puis elle m'a proposé d'ouvrir une boutique à Bastia, six mois après l'ouverture de celle de Calvi. Dès le départ, nous avions les gammes Casanera senteurs et parfums, mais aussi des bijoux de créateurs en exclusivité sur la Corse. Au fil du temps, je me suis intéressée réellement aux bijoux. On a continué chacune dans son domaine, ces deux univers étant très complémentaires. Mon expérience d'acheteuse, de SAV, m'a permis d'acquérir toutes les notions de fabrication et de connaissances de base sur les pierres, les matières, les fragilités,... avant de me lancer dans la fabrication il y a 8 ou 9 ans. J'ai sorti une première collection plus classique avec notamment les croix. Aujourd'hui, c'est une marque plus créative, plus aboutie que je propose avec une inspiration qui se nourrit des mêmes symboles, histoires ou traditions que Casanera. La nouvelle collection vient étoffer



fer cette offre plus marquée insulaire avec, par exemple, des symboles tels que les oursins, la fleur d'immortelle, la feuille de châtaignier, le corail.

Un lien commun flagrant existe entre les cosmétiques et les bijoux de la marque ?

Maria Battaglia : On partage les mêmes valeurs, qui nous poussent à créer naturellement sur la même longueur d'onde. On a décidé de fusionner nos domaines de compétences en travaillant encore plus en étroite collaboration pour développer Casanera. C'est un gros virage pour nous, ça nous a paru évident de re-

fondre le groupe et de ne faire plus qu'un. On voudrait ainsi se développer sur internet, pour faire partager notre univers insulaire au plus grand nombre.

Mettre en valeur notre patrimoine, notre univers. On ne se ferme pas non plus sur l'ouverture de nouvelles boutiques ou de points de vente, pour répondre à la demande des clients du Continent. 2023 signe la volonté d'un nouvel élan, de nouvelles ambitions, d'un projet globalisé et digitalisé, que l'on a choisi de porter pour assurer ensemble le développement et la pérennité de la marque Casanera.

Quel est le poids de votre enfance sur vos créations ?

Marie Ceccaldi : Que ce soit pour les cosmétiques ou les bijoux, nous nous inspirons beaucoup de notre enfance. Nous avons été élevées dans la nature, avec une grosse connaissance des plantes. Dans la famille, un herbier a été confectionné sur trois générations. Mon arrière-grand-mère qui m'a élevée était la guérisseuse du village. Elle confectionnait des remèdes à base de plantes sauvages. Elle ne nous soignait qu'avec cela. Ma mère, quant à elle, a ouvert une herboristerie en 1978, elle fabriquait ses propres produits. Que ce soit en cosmétiques ou en cuisine, les produits chimiques étaient bannis chez nous. On se nourrissait de ce que l'on ramassait, sur terre ou en mer. Ma mère cuisinait, par exemple, des spaghettis aux arapèdes. Cette culture est vraiment ce qui nous anime tous les jours. C'est un grand héritage qui nous a été légué par notre famille.

Maria Battaglia : Petite, j'étais déjà très attirée par les bijoux. Avec ma petite sœur, on fouillait constamment dans la grande boîte à bijoux de ma



mère, qui chinait beaucoup dans les puces parisiennes. Elle avait des colliers en filigrane, des joncs travaillés, un bracelet avec des charm's, un collier avec une boule remplie de morceaux de corail, que porte ma sœur aujourd'hui. Cela influence forcément. De plus, notre autre sœur a eu deux boutiques de bijoux fantaisie. À mes 13 ans, je la suivais déjà sur les salons, j'allais chez les grossistes. Depuis cet âge, j'ai suivi toutes les tendances en cette matière.



Maria Battaglia combine héritage et modernité pour créer des pièces emplies d'émotion. En 2023, elles ont un leur univers pour partager l'excellence de la Corse.

Est-ce que vos bijoux s'inscrivent dans la tendance ?

Maria Battaglia : Je ne voulais pas de bijoux tendance, mais des bijoux intemporels, un bijou qu'on garde et qu'on n'enlève pas. Un bijou de peau. Tous les symboles que l'on retrouve dans la collection (les oursins, par exemple, qui se portent en bagues en accumulation, l'aigle dont les ailes se déploient en boucle d'oreille unique en diamant et rubis), ne se retrouvent pas ailleurs. Mon inspiration se nourrit de mon quotidien, donc elle ne peut pas être, par essence, démodable. C'est important pour nous de porter des bijoux comme des talismans, des éléments protecteurs, symboliques, qui ont une histoire et qui racontent quelque chose. C'est pourquoi j'ai intégré dans la collection l'œil de Sainte-Lucie en le travaillant avec de l'or et du diamant. En Corse, la nature est représentée symboliquement par cinq éléments : l'univers, l'air, le feu, l'eau et la terre. Mes bijoux aussi : l'étoile Diana déclinée en collier, bracelet et boucles d'oreilles, écho à Diana di l'Alba, celle qui brille plus que toutes ; la croix, qui est bien plus qu'un symbole religieux, mais un vrai porte-bonheur, etc.

Le respect de l'environnement est semble-t-il très important pour vous ?

Maria Battaglia : J'utilise de l'or 18 carats recyclé (issu de bijoux anciens, cassés, d'invendus et de restes de production) qui évitent d'utiliser de l'or de gisement. Les diamants ont, quant à eux, une traçabilité. Ils sont certifiés par le Processus Kimberley. C'est une réglementation qui stipule que les pierres ne proviennent pas du commerce illicite de diamants bruts et que les bénéfices n'ont pas servi à financer des conflits armés. Tout est fait de manière artisanale dans des ateliers européens mais avec l'apport de nouvelles technologies pour avoir un niveau de finition et de détail. Chaque modèle débute par un dessin, quand les lignes sont arrêtées, les artisans prennent le relais et donnent corps aux modèles. La fonte à cire perdue sous vide, la découpe laser et la fonderie par impression 3D sont intégrées au processus de fabrication et se couplent avec des techniques plus traditionnelles, comme le serti à la main. En amont de la production, toute la collection a été validée également par la directrice de la qualité de l'école du Louvres.



L'offre cosmétique Casanera, lancée en 2010 par Marie Ceccaldi, vient d'être complétée par la collection de bijoux Maria Battaglia.

PAULE SANTONI

Le secteur de la joaillerie est le plus polluant au monde, c'est pourquoi nous avons choisi des ateliers en Italie et en Espagne labellisés RJC (Responsible Jewelry Council), qui suit une charte sur l'économie d'énergie et les conditions de travail des artisans. Chez Casanera, nous avons à cœur de minimiser l'empreinte carbone et l'impact sur l'écosystème.

PROPOS RECUEILLIS PAR EMMANUELLE FERRANDINI

Comment bien manger en écoutant son corps ?

La perte de poids se veut la plupart du temps rapide... Vous avez toutes et tous (ou presque !) testé les régimes miracles qui vous promettent de perdre 4 kg en 10 jours. Vous avez perdu du poids... Et vous en avez repris le double ! Et si on changeait notre référentiel ? Et si on testait quelque chose de différent ? Et si on prenait le temps d'écouter son corps ? Il est pourtant possible d'affiner sa silhouette et d'améliorer sa santé, sans se frustrer

CONSEIL N°1 : ÉQUILIBREZ VISUELLEMENT VOTRE ASSIETTE

La Harvard Medical School recommande de remplir la moitié de son assiette par des fruits et légumes variés. Un quart de votre assiette doit être composé de glucides complexes riches en fibres tels que le pain complet, les pâtes ou le riz complet. Le quart restant doit apporter des protéines animales et/ou végétales en évitant toutefois un excès de viandes rouges. Il est important de bien vous hydrater en évitant néanmoins les boissons sucrées. Il est bon de savoir qu'à mesure que les scientifiques acquièrent de nouvelles connaissances, il semblerait que les effets bénéfiques de l'alimentation proviennent non pas d'un élément nutritif particulier, mais plutôt d'interactions bénéfiques entre différents nutriments. Cela amène à adopter une approche plus globale de la nutrition fondée sur la considération de plats dans leur intégralité plutôt que d'aliments isolés. Il n'existe pas un seul régime alimentaire qui soit bon pour votre santé mais plusieurs principes fondamentaux mis en œuvre chaque jour qui peuvent faire la différence.

CONSEIL N°2 : MISEZ SUR LES FRUITS ET LES LÉGUMES

Les fruits et les légumes sont riches en fibres et contiennent des vitamines et des minéraux que n'apportent pas la plupart des compléments alimentaires. Ils contribuent à réduire la tension artérielle, le taux de cholestérol et l'inflammation ainsi qu'à lutter contre la résistance à l'insuline des cellules.

Ces effets ont un impact direct sur la lutte contre la graisse viscérale et/ou abdominale et donc sur la réduction de pathologies cardiovasculaires et de diabète de type 2.

Astuce : les fruits et légumes surgelés ou en conserve peuvent être satisfaisants d'un point de vue nutritionnel d'autant plus qu'ils s'avèrent parfois plus pratiques à consommer.



Diététicienne DE - Ingénieur
agroalimentaire spécialisé
en qualité et en nutrition

CONSEIL N°3 : CHOISISSEZ LES BONS GRAS

Les corps gras, variés sont indispensables à la santé. Il suffit de sélectionner ceux qui sont bons pour l'organisme et de réduire ceux qui le sont moins. Les bonnes matières grasses regroupent les acides gras mono-insaturés et poly-insaturés. Vous les trouvez dans le poisson, l'avocat, les graines, les noix, les huiles végétales et plus spécifiquement l'huile de colza (canola). Les mauvaises graisses regroupent les acides gras saturés et acides gras trans qu'on retrouve dans les aliments frits, les viennoiseries, la charcuterie et les produits laitiers.

Astuce : L'Agence nationale de sécurité sanitaire de l'alimentation (ANSES) recommande une consommation de bonnes graisses à hauteur de 35 à 40 % de vos apports énergétiques quotidiens. Pour un individu consommant 2 000 kcal par jour, les bonnes matières grasses représentent entre 700 et 800 kcal. Il est important de respecter cette fourchette pour couvrir vos besoins en acides gras essentiels et ainsi préserver votre santé.

CONSEIL N°4 : MANGEZ QUAND VOUS AVEZ FAIM

À quelle heure faut-il manger ? Quand vous ressentez la faim, quand l'estomac « gargouille ». Prenez le soin de saisir pleinement le goût des aliments que vous mangez et de les mâcher lentement. Une prise alimentaire trop rapide et sans l'adoption d'une pleine conscience de l'acte ne laissera pas le temps à votre cerveau de recevoir des signaux hormonaux de satiété. Cela amène au contraire à des prises alimentaires supérieures à vos besoins réels ainsi qu'à une occasion perdue de vous faire plaisir. L'heure du repas importe peu pourvu qu'il soit guidé par une faim réelle et qu'il procure à votre corps un apport calorique ajusté.

Centre Auditif Regis Franceschi

Audioprothèse à Bastia et à Folelli : le retour d'un artisan dévoué

Régis Franceschi a pris le temps de la réflexion pour concevoir et proposer les meilleurs services possibles en matière d'audioprothèse.

En effet, après plus de 14 ans passés au sein de plusieurs enseignes, en ayant assumé la création et la direction d'une dizaine de magasins, il s'est octroyé une pause pour faire le bilan de son expérience et élaborer un grand projet : faire son métier de la manière la plus

satisfaisante pour lui et pour ses clients. Son passé d'ingénieur et ses compétences en mathématique l'ont certainement aidé dans le montage financier et pour l'organisation rigoureuse des espaces et des structures d'accueil.

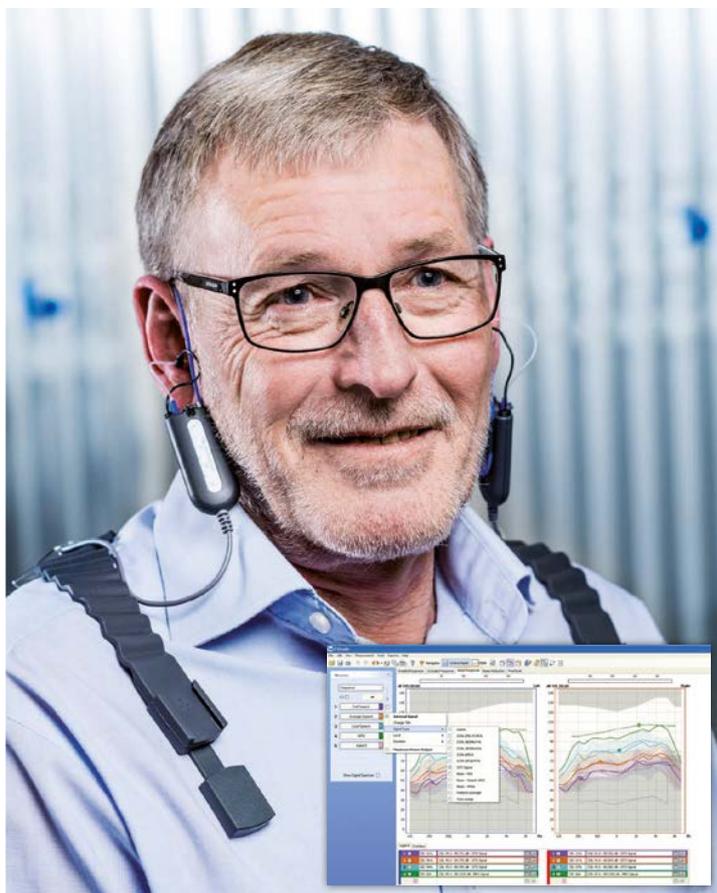
Du temps pour chacun

La base de sa réflexion c'est la possibilité d'accorder à chacun de ses clients le temps nécessaire dont il a besoin

pour adopter et s'adapter à un appareillage qui va changer radicalement sa vie sociale. Chaque situation est particulière et demande une approche personnalisée.

Recouvrer l'audition parfaite suppose de tenir compte de la sensibilité qui est la votre. Cette démarche progressive et adaptée c'est la compétence et la vertu de cet artisan pour qui l'humain et la satisfaction de ses clients est une priorité absolue.

**Recouvrer
l'audition
parfaite
suppose
de tenir
compte de
la sensibilité
qui est
la votre**





Deux adresses pour une présence plus proche de vous

Un magasin à Bastia, un autre à Folelli. Assez distants pour répondre aux besoins des habitants de la région et pas trop éloignés pour être disponible rapidement à proximité de chez vous.

Un équipement de pointe, unique en Corse

La technologie a récemment vu des évolutions spectaculaires en audioprothèse. Les deux adresses sont équipées de matériels très perfectionnés pour permettre des mesures précises et donner au professionnel qu'il est des indicateurs de grande fiabilité pour analyser l'évolution de votre audition au fil du temps. C'est ainsi que vos appareils seront réglés et calibrés progressivement pour vous accompagner vers une récupération optimale de l'audition et de la compréhension, en milieu silencieux mais aussi en milieu bruyant ! Quelque soit votre équipement actuel, venez découvrir le fauteuil AirFit équipé de cinq sources sonores qui peut simuler toutes les situations réelles et stressantes afin d'opérer sur votre appareil les meilleurs réglages qui vous conviennent.

Une gamme Premium

Pour ce qui des appareils proposés ici, pas de compromis : de l'entrée de gamme aux appareils les plus sophistiqués, la marque Phonak est mise à l'honneur. Une réputation mondiale acquise par la qualité, la solidité et la réparabilité de

ses produits. De nombreux accessoires sont également disponibles pour gérer les interfaces avec la télévision, avec votre téléphone fixe ou portable ou avec un casque audio professionnel.

Un laboratoire pour la télé-audiologie

Obtenir un rendez-vous chez un ORL est devenu un parcours de patience. Chez Régis Franceschi, vous pourrez désormais obtenir en quelques jours seulement une consultation pour un premier diagnostic via une cabine connectée à un spécialiste disponible. Vous pourrez donc repartir immédiatement avec une ordonnance !

Un service après-vente accessible le samedi

Un samedi sur deux, un service après-vente est ouvert pour tous ceux qui n'ont pas le temps en semaine.

Accès aisé et parking devant chaque magasin.



Centre Auditif Regis Franceschi

BASTIA

Port de plaisance de Toga
Bat. G
20200 Ville Di Pietrabugno
04 95 61 74 55

FOLELLI

Résidence U Centru
Bat. B
20214 Penta Di Casinca
04 95 65 09 64

www.auditionregisfranceschi.fr
regis.franceschi20@gmail.com

Claudine Legay : « Il faut encore plus informer les femmes »

Alors que se déroule la campagne annuelle de sensibilisation pour la lutte contre le cancer du sein, nous avons rencontré la présidente de la ligue de Haute-Corse, Claudine Legay

Moins d'une femme sur deux de 50 à 74 ans a réalisé sa mammographie en 2022 selon une étude de la lutte contre le cancer.

Comment expliquez-vous que les Françaises ne se fassent pas dépister davantage ?

Tout d'abord, il y a eu la période du Covid qui n'a pas été un cadeau. Nous avons presque atteint les 50 %. Mais pendant la pandémie, les gens ne se sont plus suffisamment occupés de leur santé. Et la reprise n'a pas été suffisante. Il y a également le fait que beaucoup de femmes sont réticentes. Elles ont peur de l'acte en lui-même et il y a celles qui ont peur de savoir. Alors qu'un dépistage tous les deux ans permet de prendre en charge la maladie tôt et augmente considérablement ses chances de guérison.

La Corse fait-elle figure de bon élève ?

Ici, seules 30,4 % des femmes ont réalisé le dépistage en 2022 avec un grand retard pour la Corse-du-Sud.

Comment l'expliquez-vous ?

Plusieurs raisons à ces chiffres inférieurs à la moyenne nationale. Il y a moins de rigueur de la part des radiologues qui ne font pas assez de seconde lecture. Ils sont moins investis. En Corse, il nous manque des centres ultra-spécialisés. Nous manquons de vrais instituts du sein.

Selon vous, comment toucher le plus de femmes possible ?

Le 1^{er} janvier prochain, ce sont les caisses primaires d'Assurance maladie qui vont envoyer les convocations aux femmes. Cela va permettre un accès plus facile. Les médecins vont être sensibilisés avec une liste des femmes de 45 à 74 ans. Mais



ANGÈLE RICCIARDI

même si à 74 ans, on n'est plus dans la fourchette, il faut continuer de faire sa mammographie. Il faut encore plus informer les femmes notamment sur l'importance de la nutrition ou l'arrêt du tabac.

D'où l'importance du travail des bénévoles. Nous faisons des actions au sein des associations de dépistage avec une personne à temps plein, des déplacements dans les villages ou par le biais de la presse.

En Haute-Corse, le cancer du sein est le premier de tous les

cancers. Il est de plus en plus fréquent.

Pouvez-vous nous parler du suivi des malades ?

Nous proposons des soins de support, des rencontres avec des psychologues ou avec des nutritionnistes. Nous incitons aussi les femmes à faire du sport dans des clubs car le sport permet d'éviter la récurrence. Tous les trois ans, sur justificatif d'une adhésion, nous donnons 100 euros pour aider les femmes malades à l'accès au sport sans tenir compte des ressources. Il faut demander auprès de la ligue de Haute-Corse.

Quelles vont être vos actions ?

Pendant un mois, de nombreuses manifestations vont être organisées dans toute la Corse. Des marches, des actions dans les grandes enseignes par exemple le 14 octobre au Carrefour de Borgo. Également la mise en place de beaucoup de stands avec tous nos partenaires. Le 28 octobre se tiendra un concert à l'Alb'Oru de Bastia ainsi qu'un match de handball au profit de La Marie-Do et de la ligue. Je veux redonner le moral aux malades, elles doivent savoir qu'elles sont soutenues et ne sont pas seules.

**PROPOS RECUEILLIS
PAR CAROLE HEILIGENSTEIN**

« JE PENSE QUE NOUS SOMMES MAL RENSEIGNÉES »

Alice, 35 ans habitante de Bastia

« J'ai été dépistée du cancer du sein début mai. J'étais personne à risque en raison de mes antécédents familiaux, je me faisais donc régulièrement dépister. Mon cancer du sein a été pris à temps et on a pu retirer la tumeur. Mais je pense que nous sommes mal renseignées. Il faut réajuster les campagnes avec une meilleure stratégie. On ne m'avait

jamais parlé d'autopalpation au lycée ou lors de mes premières consultations gynécologiques. Pour moi, le corps médical ne prend pas assez au sérieux certains symptômes comme la douleur qui en font partie. Aujourd'hui, je suis adhérente au Relais Rose qui organise une course dans le Cap Corse et réalise des trousseaux de soin distribués à toutes les femmes malades ».