

INF'O'SPORT SANTÉ



Movember & Activité physique



Qu'est-ce que le movember ?

Argo Australien qui signifie :

MO-VEMBER

Signifie Novembre en anglais



Créé en Australie dans les années 2000, le phénomène Movember gagne la France depuis les années 2010.

Movember est une organisation caritative qui modifie la santé masculine à l'échelle mondiale. elle participe à la prévention du suicide, cancer de la prostate et des testicules.

Chaque année les dons récoltés permettent de financer la recherche, les traitements innovants et les projets de santé mentale.

Aujourd'hui la campagne permet de soutenir plus de 1250 projets.
Movember à pour objectifs :

- Pousser les hommes a rester en bonne santé.
- Augmenter les relations sociales.
- Parler ouvertement des problèmes de santé.

A vos marque,
Prêts,
RASEZ !



1. Au 31 Octobre, rasez-vous de prêt pour que tous les participants aient les mêmes chances.

2. Laissez pousser votre moustache jusqu'au 30 Novembre (et plus si vous l'adoptez).

3. Laissez place à votre créativité ! La seule règle de Movember est de se raser la barbe.

UN ÉVÈNEMENT OUVERT AUX
FEMME !

Les femmes, elles aussi peuvent participer au Movember :

- Pratiquiez le Move:
Courez/marchez 60km pour 60 hommes.
- Organisez un Mo-Ment:
Rassemblez une équipe et organiser un évènement.

*Pour plus d'info :
<https://fr.movember.com/>





- Réduire la mortalité des hommes de 25%.
- Réduire le taux de suicide chez les hommes de 25%.
- Réduire de 50% le nombre de décès dus aux cancers de la prostate et des testicules.
- Réduire de 50% le nombre d'homme atteints de ces cancers qui subissent des effets secondaires physique et psychologique.

CANCER DE LA PROSTATE

Cancer le plus fréquent chez l'homme.

Touche les hommes de 70ans Plus rarement de 50ans.

Les principaux facteurs de risques sont les antécédant familiaux, l'âge, l'appartenance ethnique, l'alimentation riche en AGS, le tabac et l'obésité.

Le dépistage repose sur le toucher rectal et/ou la mesure de l'antigène prostatique spécifique.

Différents traitements : chirurgie, radiothérapie, hormonothérapie et chimiothérapie.

CANCER DU TESTICULE

Cancer en forte augmentation depuis quelques années.

Touche principalement les jeunes hommes.

Touche principalement les hommes de moins de 35 ans.

L'autopalpation reste aujourd'hui une méthode efficace de dépistage.

Différents traitements : ablation du testicule chimiothérapie, radiothérapie, curage ganglionnaire.

SUICIDE



