

DOSSIER DE PRESSE

4^e Colloque Santé Nutricréole

« Bien dans mon assiette »



Samedi 26 septembre 2015

**École Nationale Supérieure des Télécommunications
49 rue Vergniaud - Paris 13**

En partenariat avec l'APTOM

Association du Personnel de La Poste de France
Télécom originaire des départements d'Outre-mer



DOSSIER DE PRESSE - 4^e Colloque Nutricréole - Paris - 26 septembre 2015

Dr Marie-Antoinette Séjean : 06 70 76 04 58 - Patricia Bristol : 06 82 25 27 68

drsejean@gmail.com

SOMMAIRE

- I. COMMUNIQUÉ DE PRESSE
- II. L'ASSOCIATION NUTRICRÉOLE
- III. LE 4^e COLLOQUE NUTRICRÉOLE
- IV. PROGRAMME
- V. PARTENAIRES
- VI. CONTACTS

COMMUNIQUÉ DE PRESSE www.nutricreole.org

4^e Colloque Santé Nutricréole

« Bien dans mon assiette »

Samedi 26 septembre 2015 14h-19h
École Nationale Supérieure des Télécommunications
49 rue Vergniaud - 75013 Paris

Forte du succès de ses trois précédents colloques qui ont attiré au total **près de 1500 participants**, l'association Nutricréole « remet le couvert » autour d'un goûter diététique avec le partenariat de l'APTOM (Association du Personnel de La Poste de France Télécom originaire des départements d'Outre-mer).

La vocation initiale de Nutricréole était d'apporter des notions concrètes et directement applicables dans l'assiette. Parce que les maladies des Outre-mer sont en majorité des maladies de la nutrition, parce que ces maladies touchent aussi la majorité des populations, Nutricréole élargit ses objectifs à la « Santé des Outre-mer, Santé de la Terre ».

Le 4^e Colloque Santé Nutricréole « Bien dans mon assiette », sous la présidence d'honneur du professeur Paul-Étienne VALÈRE, décline un **cycle de conférences** à visée grand public, tournées vers l'équilibre par une meilleure alimentation. Sous la houlette de Jean-Jacques SEYMOUR, journaliste éditorialiste, des expertes scientifiques originaires des Outre-mer, déclineront diverses thématiques :

- Les conséquences sanitaires du chlordécone, pesticide polluant le jardin créole et les produits de la pêche aux Antilles par Cindy LAUPEN-CHASSAY, présidente de l'association Les ateliers de la bioéthique
- Les goûts et saveurs de l'assiette tropicale par Patricia BRISTOL, cadre de santé, vice-présidente Nutricréole
- Les effets du gluten et l'intérêt des aliments tropicaux « sans gluten » par Marie-Antoinette SÉJEAN, médecin nutritionniste, présidente de Nutricréole.

La cheffe cuisinière Suzy PALATIN, donnera des **conseils culinaires** pour manger « plus léger et plus sain ».

Carole MARIETTE, coach et thérapeute bien-être, Laure-Anne AMBROISINE, ostéopathe, animeront un atelier « Bien respirer ».

Le colloque sera clôturé par un spectacle **humoristique et pédagogique** autour de la malbouffe, animé par l'écrivain et conteur Djant M'BITAKO.

« Les prévalences de l'obésité et du diabète sont dans les Outre-mer deux fois plus élevées que dans la population métropolitaine, voire plus. L'hypertension artérielle, l'accident vasculaire cérébral ont aussi dans ces territoires un impact important. Ces problématiques de santé publique sont universelles, ce que défend avec ferveur et succès Nutricréole dans ses différents axes de communication. L'intérêt suscité est mesurable : en moins de 7 mois, nous avons dépassé plus de 5000 fans sur Facebook et notre vidéo sur les conséquences des pertes de poids massives a été vue depuis fin avril plus de 9000 fois avec plus de 21 000 personnes atteintes ! www.facebook.com/nutricreole

La presse des Outre-mer relaie l'évènement sur toutes les latitudes tropicales. Je souhaite que cette année, les médias métropolitains diffusent (enfin) l'information auprès d'un public élargi et renvoient une image positive et dynamique des Outre-mer dans l'hexagone !

Dr Marie-Antoinette SÉJEAN, Présidente de Nutricréole

DOSSIER DE PRESSE - 4^e Colloque Nutricréole - Paris - 26 septembre 2015

Dr Marie-Antoinette Séjean : 06 70 76 04 58 - Patricia Bristol : 06 82 25 27 68

drsejean@gmail.com

II. L'ASSOCIATION NUTRICRÉOLE

Nutricréole, initialement, association « pour la Santé et la Diététique en Pays Créole¹ », a été fondée à Paris en janvier 2000 à l'initiative de sa présidente, Dr Marie-Antoinette Séjean, médecin nutritionniste, originaire de la Martinique.

L'association Nutricréole abordait à son origine uniquement la diététique et les maladies de la nutrition dans leurs spécificités ultramarines.

La vocation première de Nutricréole était d'apporter des notions concrètes et directement applicables dans l'assiette. Parce que les maladies des Outre-mer sont en majorité des maladies de la nutrition, parce que ces maladies touchent aussi la majorité des populations, Nutricréole élargit aujourd'hui ses objectifs de communication à la « Santé des Outre-mer, Santé de la Terre ».

Une approche plurielle de la nutrition et la diététique

Nutricréole crée un pont entre des secteurs polyvalents et complémentaires, médical et paramédical, agroalimentaire et gastronomique en y intégrant nos spécificités locales :

- histoire de l'alimentation créole, gastronomie créole
- recettes allégées, régimes adaptés

Des actions concrètes

- page Facebook
- site Internet
- conférences, dîners-débat, séminaires
- expositions, stands, journées thématiques
- stages dans les écoles et autres collectivités
- soutien de mémoires et de thèses

Parce que la maîtrise de notre alimentation trouve son ancrage dans nos racines, Nutricréole s'engage aussi dans **la défense du patrimoine des Outre-mer** et collabore régulièrement avec d'autres associations et institutions.

Forte de plus de 1200 membres actifs et sympathisants l'association initie le 4^e Colloque Nutricréole, sous l'égide d'un comité scientifique de haut niveau composé de personnalités du monde médical et paramédical ou intéressées dans leur pratique par la santé et la nutrition et en particulier celles des Outre-mer.

¹ Notion purement géographique, sans contenu politique.

Le comité scientifique

Présidents d'honneur

Pr Paul-Étienne VALÈRE, professeur de cardiologie, Président d'Honneur

Pr Jean-Luc ELGHOZI, professeur de néphrologie, hypertensiologue

Dr Marie-Antoinette SÉJEAN, médecin nutritionniste, psychosomaticienne, présidente de Nutricréole

Patricia BRISTOL, cadre de santé, spécialiste de la santé des Outre-mer

Dr Guy AMAH, cardiologue, président de l'association Santé Afrique Caraïbes Pacifique

Dr Hubert TISAL, médecin du sport, ex-attaché à l'INSEP

Jean-Louis LONGUEFOSSE, pharmacien hospitalier à la Martinique, expert des plantes médicinales caribéennes

Karoll POCQUET, déléguée médicale

Pôle Junior Nutricréole

Caroline BACOUL, psychologue clinicienne

Émilie DÉROS, master 2 Nutrition et Santé Publique

Laure-Anne AMBROISINE, ostéopathe

Angélica CARENE, auxiliaire puéricultrice

Séverine LOBEAU, ingénieure en agro-alimentaire

Astrid LERNO, ostéopathe

Julie-Anne THÉOPHILE, diététicienne

III. LE 4^e COLLOQUE NUTRICRÉOLE

Dans le cadre d'**une collaboration associative tournée vers les Outre-mer**, cette quatrième édition se fait pour la 3^e fois consécutive en partenariat avec L'APTOM, Association du Personnel de La Poste et de France Télécom originaire des départements d'Outre-mer.

Le Ministère des Outre-mer, la Délégation pour l'égalité des chances pour les Français des Outre-mer, la Délégation Générale à l'Outre-mer de la Mairie de Paris, ainsi que la Maison de Martinique apportent leur soutien à ce projet pertinent.

Le professeur de Cardiologie, **Paul-Étienne VALÉRE** en assure la présidence d'honneur.

Le thème fédérateur de la 4^e édition du Colloque Nutricréole « Santé des Outre-mer, Santé de la Terre » est « Bien dans mon assiette ».

Le programme de conférences scientifiques et conseils culinaires et de bien-être, un goûter diététique et un spectacle humoristique et pédagogique visent à sensibiliser à la prévention des maladies nutritionnelles inhérentes à l'environnement et au contenu de l'assiette, à la pratique d'un meilleur équilibre alimentaire, et à celle d'une respiration optimale.

CHLORDÉCONE, OÙ EN EST-ON ?

Le chlordécone est un insecticide organochloré employé aux Antilles de 1973 à 1993 pour lutter contre le charançon du bananier hautement toxique. Sa présence persistante est à l'origine de la contamination de certaines denrées alimentaires. La contamination des populations antillaises a été montrée par des travaux antérieurs. Le chlordécone, considéré comme perturbateur endocrinien est classé comme cancérigène possible pour l'homme par l'OMS. Interdit depuis 1990, il a continué à être utilisé avec pour conséquence terrible des sols pollués pour des décennies.

Quels en sont les effets délétères, et quels sont les derniers principes de précaution préconisés.

NOTRE EXPERTE

Cindy LAUPEN-CHASSAY, présidente de l'association Les ateliers de la bioéthique sensibilisant les individus à la bioéthique qui soulève tous les enjeux moraux liés aux innovations biotechnologiques relatives au vivant et notamment aux pratiques médicales.

LES GOUTS ET SAVEURS DE L'ASSIETTE TROPICALE

L'assiette créole a été influencée par les différentes cultures qui se sont succédées sur les départements d'Outre-mer : amérindienne, africaine, européenne, indienne...

Elle fait appel, comme toutes les assiettes du monde à notre odorat, notre vue, au sens tactile et bien sûr au goût. Les quelques 900 papilles gustatives qui recouvrent la langue permettent de reconnaître les goûts et de les apprécier. Préparée avec des fruits et légumes exotiques, cette cuisine métissée, généreuse et goûteuse est le plus souvent, bien épicée !

DOSSIER DE PRESSE - 4^e Colloque Nutricréole - Paris - 26 septembre 2015

Dr Marie-Antoinette Séjean : 06 70 76 04 58 - Patricia Bristol : 06 82 25 27 68

drsejean@gmail.com

Cela fait d'elle une cuisine spécifique et exceptionnelle, reconnaissable dès les premiers effluves.

Que savons-nous exactement sur ce qu'apportent les goûts et les saveurs des plats tropicaux à notre palais et à notre plaisir de manger ? Connaissions-nous toutes les vertus de ces alliances culinaires ?

NOTRE EXPERTE

Patricia BRISTOL, cadre de santé spécialiste de la santé des Outre-mer, vice-présidente de Nutricréole.

AVEC OU SANS GLUTEN, TOUS CONCERNÉS ?

Parce qu'il s'attaque directement aux villosités intestinales (micro-replis), le gluten peut être très nocif. C'est en effet à niveau que s'effectuent de multiples échanges. Lorsqu'ils sont harmonieux, les nutriments sont bien absorbés, les toxines bien évacuées.

Mais la muqueuse de l'intestin, agressée par le stress et l'alimentation moderne peut devenir trop perméable, une déficience majorée par les abus de gluten.

La véritable intolérance au gluten dite «maladie cœliaque», ne touche qu'une infime partie de la population. De nombreuses personnes ont par contre une hypersensibilité aux effets du gluten qui peut se traduire par des troubles digestifs, et une infinité d'autres symptômes. Dans l'assiette tropicale les légumes-fruits et légumes-racine (banane, patate douce, manioc, igname...), le riz et les légumes secs, sont un atout nutrition « sans gluten » qui mériteraient une mise en valeur.

NOTRE EXPERTE

Dr Marie-Antoinette SÉJEAN, nutritionniste, psychosomaticienne, présidente de Nutricréole

CUISINER « SAIN ET LÉGER »

De nombreuses recettes savoureuses, font trop souvent rimer calories et saveurs.

Par exemple résumer la cuisine du soleil aux ti-punch, acras de morue, samossas, ragoûts et pâtisseries sirupeuses serait expéditif et surtout terriblement restrictif !

Légèreté et modération peuvent se conjuguer au plaisir dans l'assiette !

Pour cuisiner « sain et léger », il est bon de choisir les meilleurs ingrédients et les modes de cuisson adaptés en suivant les conseils d'une cheffe expérimentée.

L'équilibre dans l'assiette est assurément une arme de soin et de prévention des maladies cardiovasculaires et nutritionnelles.

NOTRE EXPERTE

Suzy PALATIN, cheffe cuisinière et chroniqueuse culinaire, auteure de nombreux ouvrages à succès.

ATELIER « BIEN RESPIRER »

L'oxygène est assurément notre première nourriture. Une respiration optimale permet une bonne oxygénation tissulaire et aussi d'évacuer le maximum de toxines sous forme de dioxyde de carbone.

Cet atelier amènera le public à prendre conscience de sa propre respiration et proposera la pratique de différents exercices de respiration profonde dirigée.

Une respiration adaptée agit sur le système émotionnel et nerveux et régule la prise alimentaire.

NOS EXPERTES

Carole MARIETTE, coach bien être – **Laure-Anne AMBROISINE**, ostéopathe D.O., membre du Pôle Junior Nutricréole.

SPECTACLE HUMORISTIQUE ET PÉDAGOGIQUE

Sawsimé... Dòktè Byen Bwè, Byen Manjé

Sawsimé... Docteur du bien boire et du bien manger

Dòktè Sawsimé, « Docteur ce-que-tu-sèmes »... un nom prédestiné et symbolique parce qu'en Guadeloupe la sagesse populaire dit, pour responsabiliser tout un chacun : « Sa ou simé, sé sa ou ka rékòlté ! » Tu récoltes ce que tu sèmes !

Dans ce spectacle d'une trentaine de minutes autour de la malbouffe, l'écrivain et conteur Djant M'Bitako joue le rôle d'une femme médecin nutritionniste qui reçoit à son cabinet des patients obèses ou d'autres malades « alimentaires ». Elle les soigne avec jubilation et exaspération par des traitements de choc... Cœurs sensibles s'abstenir !

Intervention rendue pédagogique par l'explication des raisons de leurs maladies et de comment se porter mieux en se nourrissant autrement... Tout un plat !

NOTRE EXPERT

Djant M'BITAKO, écrivain, traducteur et artiste professionnel de langue créole. Conteur, slameur, comédien, il est l'auteur prolifique de nombreux ouvrages (contes, recueil de poésies, livres bilingues anglais-créole) ainsi que d'une pièce de théâtre.

IV. PROGRAMME

Sous la présidence d'honneur, Pr Paul-Étienne VALÈRE.

Accueil : 13h30

14h15

Discours d'ouverture

Sophie ELIZÉON, déléguée interministérielle « Outre-mer »

Marie-Antoinette SÉJEAN, présidente de Nutricréole

Micheline LÉZIN, présidente de l'APTOM

Modérateur : *Jean-Jacques SEYMOUR, journaliste éditorialiste*

14h40 - 15h00

Chlordécone, où on est-on ?

Cindy LAUPEN-CHASSAY, présidente des ateliers de la bioéthique

15h00 - 15h20

Goûts et saveurs de l'assiette tropicale

Patricia BRISTOL, cadre de santé, vice-présidente de Nutricréole

15h20 - 15h40

Débat avec le public

15h40 - 16h00

Cuisiner sain et léger

Suzy PALATIN, cheffe cuisinière, chroniqueuse culinaire

Clôture de la 1^{ère} partie

Jean-Jacques SEYMOUR

Remerciements aux partenaires et intervenants

Goûter diététique

Atelier « Bien respirer »

Carole MARIETTE, coach bien-être - Laure-Anne AMBROISINE, ostéopathe

17h00 - 17h20

Avec ou sans gluten, tous concernés ?

Dr Marie-Antoinette SÉJEAN, nutritionniste, psychosomaticienne

17h20 - 17h30

Débat avec le public

Sawsimé... Dòktè Byen Bwè, Byen Manjé

« Ce-que-tu-sèmes »... Docteur du bien boire et du bien manger

Spectacle de Djant M'BITAKO

Clôture du Colloque

Marie-Antoinette SÉJEAN, présidente de Nutricréole

Micheline LÉZIN, présidente de l'APTOM

DOSSIER DE PRESSE - 4^e Colloque Nutricréole - Paris - 26 septembre 2015

Dr Marie-Antoinette Séjean : 06 70 76 04 58 - Patricia Bristol : 06 82 25 27 68

drsejean@gmail.com

V. PARTENAIRES

L'association Nutricréole sollicite des partenaires pour l'élaboration du Colloque Nutricréole « Santé des Outre-Mer, Santé de la Terre » et le projet de campagne de prévention santé qui en découle.

Partenaires pressentis

Ministère des Outre-mer
Maison de Martinique à Paris
Délégation interministérielle pour l'égalité des chances des Français d'outre-mer (DIECFOM)
Conseil Représentatif des Français de l'Outre-mer
Ville de Paris DGOM
UGPBAN (Union des groupements producteurs de banane de la Martinique et de la Guadeloupe)
La Bred Outre-mer
Laboratoire LERECA

Partenaires presse

France Ô radio et télévision, Radio Caraïbe Internationale (RCI), Canal 10 télévision, OM5TV, radio Espace FM, radio Tropiques FM

Presse écrite : « Pilibo », « Brune », « Black Beauty », « France-Antilles »

VI. CONTACTS

Présidente Nutricréole

Marie-Antoinette SÉJEAN

Tél. : 06 70 76 04 58

drsejean@gmail.com

Vice-présidente Nutricréole

Patricia BRISTOL

Tél. : 06 82 25 27 68

Secrétaire Nutricréole

Gaby LOMBARDINI

Tél. : 06 81 06 93 01

Page Facebook : www.facebook.com/nutricreole

Site : <http://www.nutricreole.org/>



Nutricréole - Association Loi 1901

« *Santé des Outre-mer, Santé de la Terre* »

Chez Dr Marie-Antoinette Séjean

18 rue des Belles Feuilles

75116 PARIS

N° SIRET : 438 885 246 000 19



DOSSIER DE PRESSE - 4^e Colloque Nutricréole - Paris - 26 septembre 2015

Dr Marie-Antoinette Séjean : 06 70 76 04 58 - Patricia Bristol : 06 82 25 27 68

drsejean@gmail.com