

Octobre Rose 2018

Le sport aide à prévenir le cancer

Frédéric Serge LONG
Libreville/Gabon

Sous la direction de coachs de sport professionnels, plus de 5 000 femmes ont pu en ressentir les effets positifs durant la période de Fitness Rose. Environ 4 000 d'entre elles ont profité de cette activité sportive pour se faire dépister.

BÉNÉFIQUE au maintien de la santé, la pratique régulière du sport aide également à prévenir le cancer. Ceci par l'amélioration de la qualité de vie. De nombreuses études scientifiques démontrent, d'ailleurs, qu'une activité physique suffisamment régulière et bien dosée contribue à lutter efficacement contre le cancer.

Sous la direction de coachs de sport professionnels, dont Coralie Padjis alias la louve, plus de 5 000 femmes ont pu, en effet, en ressentir les effets positifs durant la période de Fitness Rose, et 4 000 d'entre elles environ ont profité de l'opportunité spéciale de l'activité sportive pour effectuer le dépistage.

« Cette activité a été plus que bénéfique pour toutes les femmes ayant effectué le déplacement du Palais des sports de Libreville. Ce programme nous a permis, non seulement de nous retrouver en grand nombre entre femmes, mais également de marquer notre lutte commune contre les cancers féminins, précisément ceux du sein et du col de l'utérus. Tout ceci dans une très bonne ambiance », explique la coach.

« La danse a été mise en avant, parce qu'elle est également une discipline spor-



Photo : D.R

Coralie Padjis : "Le Fitness Rose a été plus que bénéfique aux 5 000 femmes venues régulièrement au Palais des sports".

tive contribuant au maintien d'une bonne santé. Pour cela, nous avons enseigné aux femmes des pas et des mouvements de danse

sur différents styles musicaux à reproduire chez elles ou à n'importe quelle autre occasion. A cela, se sont ajoutées d'autres disciplines

sportives. Une chorégraphie Zumba a été concoctée pour elles à la boucle de ce programme de Fitness Rose. Dans la foulée de ces activi-

tés, Dr Nathalie Ambounda a montré aux femmes les différentes techniques d'auto palpation à effectuer au même moment que l'exécution des pas de danse », a-t-elle ajouté.

Le sport ne guérit pas le cancer, précise Coralie Padjis, mais aide plutôt à le prévenir. Il devient, à ce moment, un atout puissant pour la lutte. Dans d'autres pays, des associations proposent des cours de karaté ou de Tai-chi. Des centres spécialisés contre le cancer comme l'institut Curie organisent des cours collectifs de gymnastique ou d'endurance. Des sociétés montent des séances d'exercices en visioconférence. Et des fédérations sportives, par exemple celle du tennis, proposent des sessions spécifiques. Tout compte fait, un corps sain avec un esprit sain met à l'abri de la survenue de maladies.

Consommation

Prix-Import organise sa 2e " Foire aux vins "



Photo : Maxime Mihindou

Le directeur commercial de Prix-Import, Michel Moukarzel, lors de la remise des prix de la tombola.



Photo : Maxime Mihindou

Une large gamme de vins est proposée dans tous les magasins Prix-import durant cette foire.

MSM
Libreville/Gabon

APRÈS le succès de la 1ère édition organisée du 22 avril au 13 mai 2017, le groupe Prix-Import a officiellement lancé, jeudi dernier, à la faveur d'une soirée de dégustation gratuite, sa 2e " Foire aux vins " dans l'enceinte de son supermarché du Centre-ville. Pendant près de 3 semaines (26 octobre -18 novembre 2018), l'une des plus grandes enseignes commerciales de la grande distribution du pays va mettre à la disposition de sa clientèle et des amateurs de vin, des crus d'exception avec près de 113 vins de référence de

marques française et étrangère à des remises promotionnelles, allant de 5% à 29%. Bordeaux, Margeaux, Saint-Julien, Grands crus classés, Bourgogne & Beaujolais, mousseux, champagne... Les clients auront un choix éclectique selon leurs goûts les plus variés. Pour le directeur commercial de Prix-Import, Michel Moukarzel, cette 2e édition revêt un caractère particulier car, le groupe a tenu à présenter des nouveautés et des vins accessibles à toutes les bourses et qui s'adaptent parfaitement avec les mets typiques gabonais. « Nous avons référencé pas mal de nouveautés que nous voulons faire découvrir à la clientèle gabonaise. Notamment des vins

de la région du Sud de la France et des vins étrangers, en l'occurrence ceux produits en Italie. Les vins du sud peuvent plaire aux consommateurs gabonais à cause de leurs goûts qui s'accordent très bien avec les mets du terroir », a souligné M. Moukarzel, en présence de Paul Bartkowiak, le spécialiste des vins du sud "Les grands chais de France". Avant de préciser : « Nous avons mis en place une gamme de produits qui peuvent intéresser toutes les couches de la population et toutes les bourses. Nous avons tenu à toucher le maximum de consommateurs avec des vins à des prix très abordables, à partir de 2 500 FCFA ». Pour le Président-directeur général du groupe Prix-Import, Bernard Azzi,



Photo : Maxime Mihindou

Le directoire de Prix-Import et de nombreux invités.

cette 2e édition de la foire aux vins est une occasion idéale pour être à l'écoute des suggestions de ses clients, afin d'améliorer continuellement la qualité de son offre sur le marché. « Nous avons à cœur, pour

cette Foire aux vins Prix-Import, de sélectionner des coups de cœur authentiques et de grande qualité. Notre monde évolue à très grande vitesse. Mais les piliers de notre travail au quotidien continuent de re-

poser sur les mêmes fondamentaux, les mêmes valeurs : la passion du partage, simplicité, écoute et vous proposer des produits de qualité irréprochable au meilleur prix », a mentionné Bernard Azzi.