



## **Communiqué de presse**

### **La Fondation Arthrose, Artialis, startup de l'ULiège et la Province de Liège soutiennent un triathlon de 3.000 kilomètres**



*Le 17 septembre 2023*

Créée en 2017 à l'**initiative liégeoise de la Fondation Arthrose**, la **journée mondiale de l'arthrose** a pour but de sensibiliser les patients et les professionnels de la santé à la prévention et aux traitements de l'arthrose, maladie qui affecte 520 millions de personnes dans le monde.

Cette année, la thématique mise en lumière est **la prévention par la pratique du sport**.

Dans le cadre d'un **défi sportif exceptionnel qui sera aussi une première mondiale**, la Fondation Arthrose, l'AFLAR, l'association RhumatoSport et ARTIALIS **unissent leurs forces** pour rendre ce défi possible. Elles peuvent également compter sur le soutien de la CCI France Belgique Wallonie et de la Province de Liège.

**Elles soutiendront et encadreront Adam LEMIERE**, qui va tenter un triathlon de 3.000 kilomètres dans des conditions extrêmes. Il s'agira d'une véritable prouesse sportive !

Ce challenge est multifacettes : **sportif, scientifique et caritatif**.

Outre l'aspect sportif, ce défi de l'extrême permettra d'étudier les limites du corps humain. Adam LEMIERE sera suivi durant toutes les étapes de son parcours par des scientifiques afin d'étudier l'adaptation de son organisme aux conditions extrêmes de température ou encore d'altitude. Trente scientifiques de renommée internationale vont encadrer ce projet.

Parallèlement, une équipe de journalistes suivra le sportif afin de réaliser un film destiné aux plateformes internationales. « Il aura pour objectif d'éveiller les consciences du grand public et d'ouvrir un autre regard sur le spectre du « possible », explique Adam LEMIERE.

**La pratique régulière d'un sport, un outil de prévention de l'arthrose**, comme en témoignent des spécialistes

« Pratiquer un sport est possible si l'on souffre d'arthrose, à condition que celui-ci soit réalisé dans de bonnes conditions, avec la bonne technique et une bonne préparation. Il ne faut pas que le sport engendre de traumatismes pour les articulations » rapporte le Professeur Yves HENROTIN, Président de la Fondation Arthrose

Francoise ALLIOT-LAUNOIS, Présidente de l'AFLAR, souligne l'importance de pratiquer avec plaisir et régularité une activité physique « *Nous avons mené une enquête en France auprès des patients arthrosiques : plus des 2/3 des patients ont répondu pratiquer une activité physique, mais 19% pratiquent moins de 1 heure par semaine et 67% pratiquent entre 1 à 5 heures par semaine. Par ailleurs le sport ou l'activité physique n'ont été ni proposés, ni prescrits par un professionnel de santé dans la majorité des cas. Il y a des progrès importants à faire...* »

« *L'arthrose est une maladie chronique complexe. Les traitements curatifs sont pauvres à l'heure actuelle. Une prise en charge préventive, globale et personnalisée est indispensable et se doit d'être développée. Les principaux axes de prévention reposent sur la lutte contre le surpoids et l'obésité, la nutrition, l'hygiène de vie et l'activité physique.* » précise le Dr Aurélie SICAUD (Rhumatologue du Sport, France).

Pour la Députée provinciale en charge des Sports et de la Santé, Katty FIRQUET, il est normal que la Province de Liège soutienne ce projet : « *En matière de santé, la Province est active tant pour l'information que la promotion. Ainsi, via la médecine du sport, les campagnes TipTop – qui font la promotion des saines habitudes de vie – ou encore son académie des sports pour les seniors, la Province agit pour prévenir l'arthrose au sein de la population* ».

**Tous ensemble, engageons-nous pour une prévention de l'arthrose grâce au sport !**

#### **Contacts presse**

Adam Lemiere , Sportif de l'extrême et Président de l'association Hadeen Sport  
[adam.lemiere@sciencespo.fr](mailto:adam.lemiere@sciencespo.fr)  
+33-785.59.86.47

Pr Yves Henrotin, Président et Fondateur de la Fondation Arthrose  
[yhenrotin@uliege.be](mailto:yhenrotin@uliege.be) - +32-475.84.14.61

Céline Mathy, Administratrice déléguée et co-fondatrice de la Fondation Arthrose  
[admin@fondationarthrose.org](mailto:admin@fondationarthrose.org) - +32-498.68.08.41

Dr Aurélie Sicaud  
[asicaud@ghnd.fr](mailto:asicaud@ghnd.fr)  
+33-601.94.18.90

Dr Mélanie Uebelhoer  
[Mélanie.uebelhoer@artialis.com](mailto:Mélanie.uebelhoer@artialis.com)  
+32-492.50.79.26

Francoise Alliot-Launois, Présidente de l'AFLAR, Association Française de Lutte Antirhumatismale  
[contact@aflar.org](mailto:contact@aflar.org)  
+33-145 80 30 00

Communiqué de presse

## JOURNÉE MONDIALE DE L'ARTHROSE

---

Une journée entièrement consacrée à l'arthrose

[www.fondationarthrose.org](http://www.fondationarthrose.org)

[www.aflar.org](http://www.aflar.org)

### « Un sportif de l'extrême au service de la recherche contre l'arthrose »

Le 17 septembre, c'est la Journée Mondiale de l'Arthrose : une occasion d'insister sur l'importance de prévenir et de bien soigner cette maladie qui affecte 520 millions de personnes dans le monde. Cette année, la Fondation Arthrose et l'Association Française de Lutte Anti-Rhumatismale (AFLAR) ont décidé de communiquer ensemble pour rappeler l'importance de pratiquer régulièrement un sport de loisir afin de lutter contre l'arthrose. Elles souhaitent mettre la lumière sur ce sujet en parrainant un sportif de l'extrême, Adam Lemiere Mac Douglas, qui est en passe de relever un défi inédit pour aider la recherche scientifique.

#### L'arthrose, une maladie sournoise qui conduit à la sédentarité

« Comme beaucoup d'hommes et de femmes, entre 40 et 50 ans, j'ai pris du poids et limité la pratique du sport, pris dans le tourbillon de la vie familiale et professionnelle. Lorsque que j'ai pris conscience de ce changement physique, mon premier réflexe a été de reprendre la course à pied avec comme défi de parcourir un semi-marathon. Après quelques entraînements, j'ai brutalement dû arrêter, terrassé par une douleur vive au genou gauche. Le diagnostic fut sans appel : une arthrose sévère du genou nécessitant la pose d'une prothèse. 15 ans plus tard, je n'ai toujours pas de prothèse et je pratique régulièrement du sport (golf, cyclisme et course à pied). Comment j'ai fait ? Une perte de poids, une bonne rééducation et la pratique d'un sport adapté à ma condition physique. » témoigne le Professeur Yves Henrotin (Université de Liège), Président de la Fondation Arthrose. « Le message que je veux faire passer est que pratiquer un sport est possible si l'on souffre d'arthrose, à condition que celui-ci soit réalisé dans de bonnes conditions, avec la bonne technique et une bonne préparation. Certains sports comme le cyclisme, la marche ou encore la natation sont de bons moyens d'entretenir ses articulations et de gérer les symptômes liés à l'arthrose. » ajoute le Professeur Yves Henrotin. Françoise Alliot Launois, Présidente de l'AFLAR, souligne l'importance de pratiquer avec plaisir et régularité une activité physique et/ou sportive pour entretenir, voire récupérer du capital articulaire, notamment de la souplesse, et améliorer les douleurs. « En réalité, la pratique du sport est encore faible. Nous avons



*mené une enquête en France auprès des patients arthrosiques : plus des 2/3 des patients ont répondu pratiquer une activité physique, mais 19% pratiquent moins de 1 heure par semaine et 67% pratiquent entre 1 à 5 heures par semaine. Enfin, il faut noter que le sport ou l'activité physique n'ont été ni proposés, ni prescrits par un professionnel de santé dans la majorité des cas. On voit qu'il y a des progrès importants à faire ».*

### **L'importance d'une approche globale et préventive des patients atteints d'arthrose**

*« L'arthrose est une maladie chronique complexe aux étiologies multiples. Les traitements curatifs sont pauvres à l'heure actuelle. Une prise en charge préventive, globale et personnalisée est indispensable et se doit d'être développée. Les principaux axes de prévention reposent sur la lutte contre le surpoids et l'obésité, la nutrition, l'hygiène de vie et l'activité physique.»* précise le Dr Aurélie Sicaud (Rhumatologue du Sport, Les Abrets en Dauphiné, PHC Groupement Hospitalier du Nord Dauphiné, Médecin des Equipes de France FFTIR, France).

### **Pourquoi faut-il pratiquer régulièrement un sport de loisir ?**

*« La pratique régulière d'une activité physique, comme un sport de loisir, permet de maintenir une bonne mobilité articulaire et une musculature performante, capable de protéger les articulations. En plus, le sport favorise la production d'hormones du bonheur, ce qui est bon pour le moral. A court terme, l'endorphine, la sérotonine et la dopamine libérées durant l'activité physique créent en effet un sentiment d'apaisement. À moyen terme, ces hormones auront également un impact positif sur le niveau de stress, d'anxiété et de tension dans les muscles. On sait aussi que l'endorphine permet de soulager la douleur. Et, lorsqu'il est pratiqué en groupe, le sport est aussi un moyen de voir du monde et d'agrémenter sa vie sociale. Il y a donc un tas de raisons de pratiquer une activité sportive de manière régulière, surtout si c'est de loisir.»* souligne Céline Mathy, psychologue clinicienne et Administratrice déléguée de la Fondation Arthrose.

### **Quel sport faut-il pratiquer ?**

*« Les règles sont les suivantes : pratiquer un sport que l'on aime (pour pouvoir le maintenir dans le temps), adapté à son état de santé, dans de bonnes conditions à la fois techniques (par exemple un terrain souple, un bon équipement) et physiques (des muscles performants). Il ne faut pas que le sport engendre de traumatisme pour les articulations. Les sports les plus souvent étudiés et recommandés sont la natation, la marche nordique, la course à pied et le cyclisme. Par contre, d'autres sports ont été identifiés comme facteur de risque d'arthrose et sont donc à éviter, comme par exemple le football ou le rugby. »* précise le Pr Y. Henrotin (Université de Liège, Belgique). *« La marche et parfois même la reprise de la marche qui avait été abandonnée à cause des symptômes de gênes articulaires et de douleurs, peut aussi être, et bien sûr chez les seniors, la première étape d'un programme sportif qui pourra se développer vers des sports adaptés et plus intenses »* souligne Françoise Alliot Launois, Présidente de l'AFLAR.

### **Adam Lemiere Mac Douglas : un sportif de l'extrême**

*« Adam Lemiere Mac Douglas pratique la natation depuis l'âge de 6 ans et est devenu nageur de haut niveau en 2012. Il a obtenu un Master en Ressources Humaines et gouvernance durable à Sciences Po Paris. Il s'est investi dans les sports extrêmes, notamment après avoir perdu des proches d'un cancer et avoir été confronté à un homme armé dans un bus, se rendant compte ainsi que la vie ne tenait qu'à un fil. A travers le sport, il souhaite véhiculer ses convictions, partager ses émotions et faire rêver les jeunes générations. Grâce à ses exploits, il aspire surtout à sensibiliser le grand public au monde qui l'entoure, à son environnement et sa nature. Il a pris la direction générale de la Ligue Ile-de-France de natation à seulement 23 ans et espère relever un triathlon de l'impossible.»* précise Céline Mathy (Fondation Arthrose, Belgique).



## Une première mondiale !

« Mon défi est de parcourir 3000 km en pratiquant 3 sports différents (course, cyclisme et natation) et d'étudier les limites du corps humains. Il s'agit d'une première mondiale car c'est la première fois qu'une telle distance sera pratiquée dans des conditions climatiques si extrêmes. Je vais d'abord relier Paris à Gibraltar à vélo, ensuite traverser le détroit de Gibraltar à la nage et enfin parcourir 800 km en altitude entre Gibraltar et Ouarzazate en terminant par le célèbre Marathon des Sables considéré comme la compétition de trail la plus exigeante (250 kms au cœur Sahara sous des températures avoisinant les 50°C). Un défi jamais réalisé auparavant. » explique Adam Lemiere Mac Douglas (Sportif de l'extrême, France).

« Un film dont l'idée principale est de me suivre au cours des différentes étapes de ma préparation et de ma performance sera réalisé pour tenter de retranscrire ma philosophie. Destiné aux plateformes de diffusion à l'international (Netflix, Amazon Prime, ...), il aura pour objectif d'éveiller les consciences du grand public et d'ouvrir un autre regard sur le spectre du « possible », poursuit Adam Lemiere Mac Douglas (Sportif de l'extrême, France).

## Un défi pour faire progresser la science !

« Adam sera suivi durant toutes les étapes de son parcours par des scientifiques afin d'étudier l'adaptation du corps humain aux conditions extrêmes de température ou encore d'altitude. Trente scientifiques de renommée internationale vont encadrer ce projet. Une entreprise liégeoise (Artialis SA) étudiera notamment, dans le sang d'Adam, les variations de marqueurs biologiques de l'inflammation, du métabolisme de l'os et du cartilage. Cette étude de cas servira à préparer une étude de plus grande envergure qui sera réalisée sur un plus grand nombre de sportifs de l'extrême. » informe le Dr Aurélie Sicaud (Rhumatologue du sport, Les Abrets en Dauphiné, PHC Groupement Hospitalier du Nord Dauphiné, Médecin des Equipes de France FFTIR, France).

## Contacts presse

Adam Lemiere Mac Douglas, Sportif de l'extrême et Président de l'association Hadeen Sport

[adam.lemiere@sciencespo.fr](mailto:adam.lemiere@sciencespo.fr)

+33-785.59.86.47

Pr Yves Henrotin, Président et Fondateur de la Fondation Arthrose

[yhenrotin@uliege.be](mailto:yhenrotin@uliege.be) - +32-475.84.14.61

Céline Mathy, Administratrice déléguée et co-fondatrice de la Fondation Arthrose

[admin@fondationarthrose.org](mailto:admin@fondationarthrose.org) - +32-498.68.08.41

Dr Aurélie Sicaud

[asicaud@ghnd.fr](mailto:asicaud@ghnd.fr)

+33-601.94.18.90

Dr Mélanie Uebelhoer

[Mélanie.uebelhoer@artialis.com](mailto:Mélanie.uebelhoer@artialis.com)

+32-492.50.79.26

Francoise Alliot-Launois, Présidente de l'AFLAR, Association Française de Lutte Antirhumatisme

[contact@aflar.org](mailto:contact@aflar.org)

+33-145 80 30 00

Allo Rhumatisme 0810 42 02 42 (service 0.06 €/min + prix d'un appel)



## LA FONDATION ARTHROSE

La Fondation Arthrose a été créée en 2015 pour **soutenir la recherche fondamentale, organiser des campagnes d'information et de sensibilisation et défendre les intérêts des patients** auprès des instances compétentes en matière de santé.

Elle est à l'origine de la Journée Mondiale de l'Arthrose depuis 2017.

Fondation Arthrose  
Rue de Fraigneux 22B  
4100 Bonnelles (Belgique)  
**contact@fondationarthrose.org – [www.fondationarthrose.org](http://www.fondationarthrose.org)**



## L'ASSOCIATION FRANÇAISE DE LUTTE ANTI-RHUMATISMALE

L'AFLAR a été fondée en 1928 sous le nom de Ligue Française contre le Rhumatisme. C'est la seule association concernant les maladies des os et des articulations reconnues d'utilité publique (depuis 1937).

L'AFLAR a pour mission d'optimiser et de coordonner la lutte contre les affections ostéo-articulaires et leurs conséquences, en rassemblant toutes les personnes physiques et morales concernées (dont les associations de maladies affiliées, consacrées à une seule maladie).

Elle a également pour objectif l'amélioration de la qualité de vie des groupes de Patients concernés chacun par l'une des grandes affections rhumatismales : arthrites, arthrose, mal de dos, ostéoporose... sans oublier les maladies orphelines comme le syndrome d'Ehlers-Danlos, le syndrome de Sapho...

**Association Française de Lutte Antirhumatismale**  
**Reconnue d'Utilité Publique**

2 rue Bourgon – 75013 Paris (France)  
Tél : +33(0)1 45 80 30 00 – Fax : +33(0)1 45 80 30 31  
contact@aflar.org – [www.aflar.org](http://www.aflar.org)

**ALLO OSTÉOPOROSE** : 0 810 43 03 43  
**ALLO RHUMATISMES** : 0 810 42 02 42



Avec le soutien de la société Artialis SA  
et de la Chambre de Commerce et d'Industrie FRANCE BELGIQUE - Wallonie



A composite image featuring a triathlete in three different disciplines: swimming, cycling, and running. The swimmer is in the foreground, wearing a black cap and goggles, splashing through dark water. Behind him, a cyclist is shown in a dynamic pose on a road bike, and a runner is in a full stride. The background is a dramatic, dark sky with heavy, grey clouds, suggesting a storm or late evening. The overall mood is one of intense physical effort and pushing boundaries.

# Beyond Iron Man

Le triathlon de l'impossible

# Une aventure de l'extrême inédite pour la science

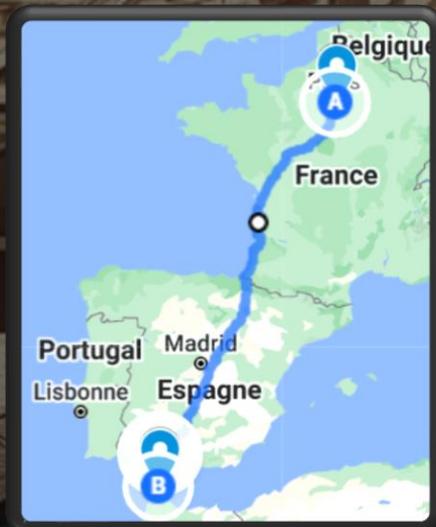
**3000 kms**, 3 sports, 4 étapes à réaliser en un temps record

La plus ambitieuse **expérience scientifique** jamais réalisée pour étudier les limites du corps humain face au réchauffement climatique



# Etape 1 : Paris à Gibraltar

Un contre-la-montre  
de 2000 kms comme  
« *échauffement* »





## Etape 2 : Détroit de Gibraltar

L'une des plus  
**dangereuses** traversées  
à la nage **au monde**

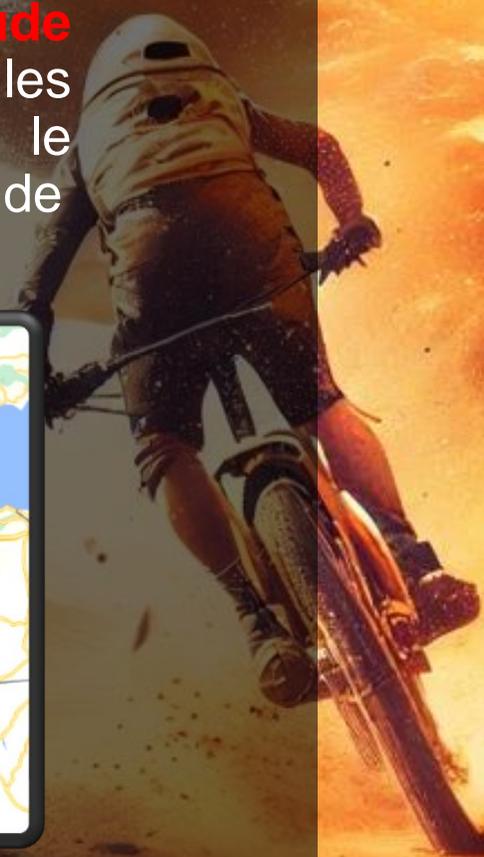
16 kms contre vents et  
marées entre requins et  
navires





# Etape 3 : Gibraltar à Ouarzazate

800 kms en **altitude**  
pour atteindre les  
portes du désert le  
plus chaud au monde





## Etape 4 : Traversée du Sahara

L'une des plus **exigeantes**  
courses **au monde**

250 kms en autosuffisance  
alimentaire dans la région  
la plus chaude au monde



# Une étude scientifique comme première mondiale



30 scientifiques spécialisés en physiologie de l'extrême pour étudier les capacités du corps humain à s'adapter aux effets du réchauffement climatique

- Analyses de l'impact de l'ultra distance et des conditions extrêmes de température sur les marqueurs biologiques de dégradation du cartilage, de l'oxydation et de l'inflammation

3 laboratoires d'études de renommée internationale pour réaliser les recherches

1 équipe de chercheurs dédiée à la préparation des athlètes aux JO Paris 2024 en accompagnement





# Adam, un récit de vie résilient et inspirant

---

De lycéen en échec scolaire à lauréat de **Sciences Po**

De nageur départemental à athlète de haut niveau en 1 an

De coureur du dimanche à **premier athlète ayant traversé le Sahara et le Pôle Nord** en courant (3 mois seulement après avoir débuté la course à pied)

Directeur Général d'une fédération olympique à 23 ans

Président de l'association Hadéen Sport



# Adam, un sportif de l'extrême engagé pour les autres



Nageur de haut niveau depuis 2012  
Finales championnats de France & meetings internationaux

Projet Swimrun for Arc (mai 2022)  
Finisher de la seconde **Swim&Run la plus extrême au monde** aux côtés de 3 champions du monde dont Camille Lacourt et 1 finaliste de Koh-Lanta (Dorian Louvet) pour financer la recherche contre le cancer du pancréas

Projet Xtreme Marathons Challenge (octobre 2022)  
**Premier athlète de l'histoire** à enchaîner la traversée du Sahara puis du Pôle Nord en moins d'une semaine  
*77° degrés d'écart en 4 jours pour étudier les réactions du corps humain aux variations climatiques extrêmes*

france•tv **Le Parisien** **Europe1**



# Un documentaire dans lequel Adam veut partager sa philosophie pour inspirer le grand public



Dans le cadre d'un **documentaire** destiné aux plateformes de diffusion, Adam Lemiere sera suivi par sur toutes les étapes de son projet afin de retranscrire en images sa philosophie et ses engagements pour les autres.

Cette performance, en pleine nature aura pour objectif d'éveiller les consciences du grand public, et d'ouvrir un autre regard sur le spectre du « possible ».

Adam sera suivi sur toutes les étapes de son parcours par des scientifiques au service de cette performance, afin **de montrer l'adaptation du corps humain au changement climatique**.

*« La performance est un moyen d'ouvrir des portes et de franchir des paliers dans la connaissance du corps humain et de ses capacités »*

Adam Lemiere, dans sa quête de performance, ne se veut qu'être un outil au service de l'éveil des consciences, et du dépassement de soi, tout en mesurant l'importance de la préservation de notre environnement dans ce dessein.

*« Je veux pouvoir permettre aux gens de retrouver l'essentiel en se rapprochant de la nature humaine dans sa forme la plus pure.*

*Je veux que ce film bouleverse les croyances et les codes ; qu'il touche le spectateur par son message d'espoir au point d'avoir envie de vivre avec sens. »*



# Avant son triathlon de 3000 kms Adam réalisera 4 défis de l'extrême pensés à son image



## Traversée du Grand Canyon

– 275 kms

24 – 30 sept. 2023

Adam va traverser le Grand Canyon en courant aux côtés de 2 militaires

Si Adam et son équipe termine la course, des fonds seront débloqués pour financer en intégralité l'équipement d'un hôpital pour aider les blessés de guerre



## Traversée du désert de Jordanie

– 120 kms

4 – 10 nov. 2023

Adam va traverser en courant le Wadi Rum avec Kévin son meilleur ami d'enfance qui est asthmatique et non sportif



S'ils parviennent au bout de ce périple, des fonds seront débloqués pour financer la recherche sur l'apparition de maladies pulmonaires liée à la pollution

Kévin sera suivi par des scientifiques pour étudier l'impact de la chaleur liée au réchauffement climatique sur les personnes atteintes de maladies respiratoires



## Traversée du désert d'Egypte

– 120 kms

18 – 24 nov. 2023

Adam va traverser en courant le désert de Fayoum pour la fondation AMSAK fondée par le footballeur professionnel Mamadou Sakho



Si Adam parvient au bout de ce défi, il contribuera avec ses sponsors à l'accès à l'eau potable au centre éducatif et sportif que Mamadou est en train de construire au Sénégal dans la ville de Tambacounda



## Championnat d'Europe en eau glacée

(<4,8°C)

1 – 5 fév. 2024

Adam ira se confronter aux meilleurs nageurs en eau glacée à Oradea en Roumanie

Il s'alignera sur l'épreuve reine (1000m) pour **étudier les limites du corps humain face au froid extrême**



**Adam Lemiere**

[adam.lemiere@sciencespo.fr](mailto:adam.lemiere@sciencespo.fr)

07 85 59 86 47



# RHUMATO SPORT

LA RHUMATOLOGIE AU SERVICE DU SPORT



# TRIATHLON DE L'IMPOSSIBLE

## Une aventure sportive et scientifique de l'extrême.

RHUMATOSPORT ASSOCIATION AU SERVICE DU SPORT ET DE LA SCIENCE ACCOMPAGNERA  
**ADAM LEMIERE Mc DOUGLAS**, SPORTIF DE L'EXTRÊME, POUR UNE ÉPREUVE DE 3000 KM.



# ASSOCIATION RHUMATOSPORT

## l'association du monde du sport et de la science.

L'ASSOCIATION RHUMATOSPORT EST NÉE DE LA VOLONTÉ D'APPORTER TOUTE LA CONNAISSANCE MÉDICALE DE NOTRE SPÉCIALITÉ : **LA RHUMATOLOGIE**, DONT L'APPAREIL LOCOMOTEUR EST LE CŒUR DE SON EXPRESSION, AU SERVICE DU SPORTIF.

RHUMATOSPORT AURA AU TRAVERS DE SES DIVERS PROJETS, UNE DIMENSION PÉDAGOGIQUE EN COMMUNIQUEANT, PAR LE BIAIS DE FORMATION MÉDICALE, DE REVUES SCIENTIFIQUES ET DE COLLOQUES, SUR SES DÉCOUVERTES ET CONCLUSIONS DE SES TRAVAUX.

CETTE PREMIÈRE « **EXPÉDITION** » NOUS PERMETTRA DE VALIDER L'ENSEMBLE DE NOTRE TRAVAIL PRÉPARATOIRE QUE NOUS RÉALISONS EN AMONT CONCERNANT :

- LA **PRÉSERVATION** DE L'ATHLÈTE.
- LA MISE EN ŒUVRE DU **RECUEIL DES DONNÉES** ET ÉCHANTILLONS SUR LE TERRAIN.
- LA PERTINENCE DES **INDICATEURS RETENUS**.
- L'ORGANISATION DE LA **LOGISTIQUE**.



## ASSOCIATION RHUMATOSPORT

Docteur Aurélie SICAUD présidente de RhumatoSport.



« JE SUIS PASSIONNÉE DE SPORT ET DE NATURE. L'ACTIVITÉ PHYSIQUE ET SPORTIVE FAIT PARTIE DE MON MODE DE VIE MAIS EST AVANT TOUT UN INCONTOURNABLE DE MON **ÉVENTAIL THÉRAPEUTIQUE** ... »

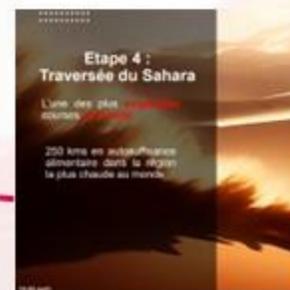
RHUMATOLOGUE ET MÉDECIN DU SPORT.  
MÉDECIN DES ÉQUIPES DE FRANCE DE LA FFTIR.  
CLASSIFICATEUR FÉDÉRAL PARA TIR SPORTIF.  
FONDATRICE ET RESPONSABLE DE LA FILIÈRE FRACTURE DU GHND (GROUPEMENT HOSPITALIER DU NORD DAUPHINÉ).  
ANCIEN CHEF DE CLINIQUE CHU GRENOBLE.  
EXERCICE LIBÉRAL ET HOSPITALIER.

# UN DÉFI SPORTIF DE L'EXTRÊME\* ... De Paris au Sahara Vous avez dit « **EXTRÊME** » ?

**DISTANCE : 3000** KM

**GÉOGRAPHIE : 3** PAYS, **2** CONTINENTS, **1** MER À TRAVERSER, D'UN CLIMAT CONTINENTAL AU CLIMAT DÉSERTIQUE DU SAHARA, DU NIVEAU DE LA MER À L'ALTITUDE DE L'ATLAS

**MODES DE DÉPLACEMENT : UN** CONTRE-LA-MONTE DE **2000** KM EN VÉLO, PUIS LA TRAVERSÉE À LA NAGE, LA PLUS DANGEREUSE AU MONDE, DU DÉTROIT DE GIBRALTAR, PUIS **800KM** EN VÉLO SUR LES PISTES MAROCAINES EN ALTITUDES JUSQU'AUX PORTES DU DÉSERT DU SAHARA, ET ENFIN UNE COURSE À PIED DE **250KM** DANS LE SAHARA EN AUTONOMIE ALIMENTAIRE.





**RHUMATO SPORT**

LA RHUMATOLOGIE AU SERVICE DU SPORT

## UNE EXPÉDITION SCIENTIFIQUE ... Vous avez dit « **SCIENTIFIQUE** » ?

TOUT AU LONG DE CE DEFI, RHUMATOSPORT ACCOMPAGNERA ADAM POUR ASSURER L'ASSISTANCE MÉDICALE ET RÉALISER **UNE ÉTUDE SCIENTIFIQUE** DE TERRAIN EN COLLABORATION AVEC **ARTIALIS SA**, LABORATOIRE BELGE.



L'**OBJECTIF** DE L'ÉTUDE SERA D'ÉTUDIER LES VARIATIONS DES MARQUEURS BIOLOGIQUES DE L'**INFLAMMATION**, DE L'**OXYDATION** ET DU **MÉTABOLISME** DE L'OS ET DU CARTILAGE LORS DE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE EXTRÊME.

CES MARQUEURS BIOLOGIQUES POURRONT AIDER À COMPRENDRE CE QUE SE PASSE DANS L'ARTICULATION LORS DE **L'ACTIVITÉ PHYSIQUE INTENSE**.

LES **IMPLICATIONS EN RHUMATOLOGIE ET EN THÉRAPEUTIQUE SONT MULTIPLES** : ARTHROSE (250 MILLIONS DE PERSONNES DANS LE MONDE, 10 MILLIONS EN FRANCE), RHUMATISME INFLAMMATOIRE CHRONIQUE (POLYARTHRITE RHUMATOÏDE...)

## UNE EXPÉDITION SCIENTIFIQUE ... Vous avez dit « **EXPÉDITION** » ?

LES **PRÉLÈVEMENTS** SERONT RÉALISÉS À DIFFÉRENTES ÉTAPES DE LA COURSE. LES ÉCHANTILLONS SANGUINS DEVRONT ÊTRE RECUEILLIS, CONDITIONNÉS PAR CENTRIFUGATION PUIS CONSERVÉS PAR CONGÉLATION À **- 20°C** AVANT D'ÊTRE ACHEMINÉS AU LABORATOIRE **ARTIALIS** À LIÈGE, EN BELGIQUE. IL S'AGIT LÀ, D'UN DÉFI TECHNIQUE ET LOGISTIQUE DANS DES **CONDITIONS EXTRÊMES** (VILLE/DÉSERT, TEMPÉRATURE, ACCÈS RESTREINT OU INEXISTANT À L'ÉLECTRICITÉ ET À L'EAU...)

CE DÉFI SERA UNE ÉTUDE PILOTE QUI SERVIRA À PRÉPARER UNE AUTRE ÉTUDE DE PLUS GRANDE ENVERGURE SUR UN NOMBRE PLUS ÉLEVÉ DE SPORTIF DE L'EXTRÊME AFIN D'AVOIR UNE **MEILLEURE SIGNIFICATIVITÉ**.



## UNE AVENTURE A NE PAS MANQUER... Les **ENJEUX** et les **RETOMBÉES** ?

RÉALISATION D'UN **DOCUMENTAIRE** A DESTINATION DES PLATEFORMES DE DIFFUSION. UNE INFORMATION RÉGULIÈRE SUR L'AVANCEMENT DU PROJET ET MISE EN AVANT DES PARTENAIRES SUR LE SITE INTERNET **RHUMATOSPORT.FR** ET **LES RÉSEAUX SOCIAUX**.

**PLAN PRESSE ET MÉDIAS GRANDS PUBLICS** : UNE CONFÉRENCE DE PRESSE EST PRÉVUE EN BELGIQUE **LE 15 SEPTEMBRE** À L'OCCASION DE **LA JOURNÉE MONDIALE CONTRE L'ARTHROSE EN PARTENARIAT** AVEC LA FONDATION ARTHROSE ET L'AFLAR (ASSOCIATION FRANÇAISE DE LUTTE ANTIRHUMATISMALE).

**AVANCÉE SCIENTIFIQUE ET MÉDICALE** : PREMIÈRE ÉTUDE DE CE TYPE AU MONDE POUR FAIRE ÉVOLUER LES CONNAISSANCES SUR LE CARTILAGE ET LES ARTICULATIONS ET EN PARTICULIER SUR L'ARTHROSE QUI CONCERNE **10 MILLIONS** DE PERSONNES EN FRANCE.

**PUBLICATIONS ET COMMUNICATIONS** SCIENTIFIQUES DANS DES REVUES SPÉCIALISÉES, DES CONGRÈS ET DES **CONFÉRENCES**.



# UNE AVENTURE A NE PAS MANQUER...

Sportif, médecins, chercheurs une association inédite et pourquoi pas **VOUS** ?

**ADAM**, NOTRE SPORTIF DE L'EXTRÊME, LE **DR SICAUD** AURÉLIE, PRÉSIDENTE DE L'ASSOCIATION **RHUMATOSPORT**, ET **L'ÉQUIPE DE CHERCHEURS D'ARTIALIS** SOUS LA RESPONSABILITÉ DU **PR YVES HENROTIN**, DU **DR MÉLANIE UEBELHOER** ET DU **DR SANDRA PIETRI** COLLABORENT POUR CONCRÉTISER CE PROJET.

REJOIGNEZ-**NOUS** DANS CETTE AVENTURE EN TANT QUE **PARTENAIRE PRIVILEGIÉ** !



**RHUMATO SPORT**

LA RHUMATOLOGIE AU SERVICE DU SPORT

# DEVENIR PARTENAIRE EN ...

Réalisant un DON en numéraire défiscalisable ou un DON en matériel ...



## RHUMATO SPORT

LA RHUMATOLOGIE AU SERVICE DU SPORT

PARIS



AFIN D'ACQUÉRIR LE FOURGON  
D'EXPÉDITION L2H2/L3H3



POUR L'AMÉNAGEMENT  
DU FOURGON



POUR L'ÉQUIPER EN MATÉRIEL  
D'EXPÉDITION :

- ÉNERGIE
- EAU
- COMMUNICATION
- GLACIÈRES -20°



POUR L'ÉQUIPER DU MATÉRIEL  
MEDICAL :

- CENTRIFUGEUSE
- ÉCHOGRAPHE



POUR LE FINANCEMENT DU  
CARBURANT



## SAHARA MAROCAIN

## CONTACT

Dr Sicaud Aurélie  
Présidente association RhumatoSport



[Aureliesicaud@rhumatosport.fr](mailto:Aureliesicaud@rhumatosport.fr)



06 01 94 18 90



## Biographie Françoise ALLIOT-LAUNOIS



Françoise ALLIOT-LAUNOIS est Présidente de l'AFLAR, association Française de Lutte Anti-Rhumatismale, qui porte la voix de 20 millions de Français. Elue, elle assure la direction bénévole depuis sept ans. Après un cursus d'études supérieures, elle débute une carrière d'enseignante et d'encadrement d'équipe. Elle crée la première Unité de Lymphologie en France, prenant en charge les patients dans les suites de leurs cancers ou d'enfants souffrant de malformations lymphatiques.

Fonctionnaire et enseignante, co-responsable pédagogique en Master 2 à l'Université Pierre et Marie Curie, dans « Coordination du Parcours des maladies chroniques », intéressée et impliquée dans le domaine de la peinture, elle s'est impliquée très tôt en atelier à l'École Nationale des Beaux-Arts..

Françoise ALLIOT-LAUNOIS est fondatrice, Vice-Présidente et membre d'honneur de la Société Française de Lymphologie et du Partenariat Français du lymphoedème PFL, Alliance de professionnels de santé et de patients.

Auteur de nombreux articles, co-auteur dans la collection « Education thérapeutique, prévention et maladies chroniques », elle assure la rédaction du Journal de l'Association AFLAR et participe à de nombreuses conférences nationales et internationales dans le domaine associatif en santé.

Françoise Alliot Launois apporte son expertise avec les patients ambassadeurs, au sein de Commission et groupe de travaux auprès des tutelles et institutionnels, cabinets ministériels et ARS en région, dans le champ des maladies chroniques invalidantes et douloureuses. De même, elle travaille auprès et avec les élus députés, sénateurs et maires, parrains et marraines de l'AFLAR.

Membre de cercles de réflexion, Françoise ALLIOT-LAUNOIS œuvre dans le domaine stratégique et politique, au bénéfice des malades français.

# Melanie Uebelhoer

## Chief Scientific Officer



### PROFILE

Date of birth

01/04/1980

Address

Rue Saint-Pierre 43,  
4690 Glons  
Belgium

Phone number

+32 4 92 50 79 26

E-mail

melanie.uebelhoer@gmail.com

LinkedIn

<http://www.linkedin.com/in/melanie-uebelhoer/>

### SKILLS

Analytical method development  
OMICS, gene expression  
Genome editing (CRISPR/Cas9, KO)  
Molecular and cellular assays  
Immunoassays  
Regulatory guidelines  
(GCP/GCLP/GLP)



### LANGUAGES

German: native  
English: bilingual  
French: bilingual  
Spanish: fluent

### WORK EXPERIENCE



#### CSO & Director of Technological Platform and Bioanalytical Operations at ARTIALIS, Liège, Belgium

2020-present

- Lead a team of scientists and technicians to provide bioanalytical services to clients following GCLP guidelines, and develop and validate novel biomarkers and assays
- Management of multiple internal and client-commissioned projects: strategy, budget and financial aspects, project proposal, scientific advice, experimental design, data analysis and interpretation, reporting
- Responsible for scientific publications and communication (research articles, reviews, talks, posters), as well as writing of competitive grant proposals



#### Project Scientist and Postdoctoral Research Fellow at University of California Los Angeles (UCLA), USA

2015-2020

- Managed three major projects simultaneously including experimental design, organization and planning, execution and troubleshooting, data interpretation and application of new concepts to move projects forward
- Initiated and managed interdisciplinary collaborations with research groups and core facilities
- Trained and supervised interns, graduate students, and lab technicians
- Set up and implemented new techniques in the lab including CRISPR/Cas9-mediated genome editing



#### Postdoctoral Research Fellow at de Duve Institute, Université catholique de Louvain, Brussels, Belgium

2012-2014

- Analyzed the pathogenic effects of venous malformation (VM)-causative TIE2-mutations using gene expression profiling and *in vivo* mouse models, culminating in the development of a transformative therapy for VMs and a clinical trial
- Collaborated with international research groups in Finland and the US
- Trained and mentored master-level and graduate students

### EDUCATION



#### PhD in Biomedical Sciences. De Duve Institute, Université catholique de Louvain, Brussels, Belgium

2007-2012

Thesis: Pathogenic effects of TIE2 mutations causing venous malformation.



#### MS in Biology. University of Bayreuth, Germany

2000-2006

Main focus: Immunology, Genetics and Toxicology. Thesis: Influence of social stress on the immune system of laboratory rats

## Biographie Céline Mathy



Céline Mathy est psychologue clinicienne de formation, avec un intérêt particulier pour la psychologie de la santé, la psychologie positive et l'éducation thérapeutique.

Elle a travaillé pendant presque 20 ans comme conseillère d'orientation à l'université de Liège puis a rejoint le Service des Affaires étudiantes afin de se focaliser davantage sur les questions de santé et sur le bien-être des étudiants.

En parallèle, s'intéressant aux maladies chroniques, elle intègre en 2012 l'école du dos de l'Hôpital Princesse Paola (Marche-en-Famenne), puis celle du Centre Hospitalier du Bois de l'Abbaye (Seraing) 2 ans plus tard, souhaitant renouer avec un aspect plus thérapeutique. Elle y anime des séances de groupe (sur la gestion du stress et de la douleur) et y réalise des consultations individuelles de soutien psychologique pour les patients lombalgiques chroniques.

En 2015, elle devient co-fondatrice de la Fondation Arthrose au sein de laquelle elle occupe (bénévolement) une fonction d'administrateur délégué.

Elle a contribué à la rédaction de plusieurs articles scientifiques et de vulgarisation et réalise des conférences tant pour les professionnels de la santé que le grand public, notamment sur la lombalgie, l'arthrose, la gestion de la douleur et les croyances des patients.

Enfin, elle participe activement à des congrès scientifiques et des groupes de travail (tant sur le plan national qu'international) et aime par-dessus tout aller à la rencontre des patients, essentiellement lors de journées de sensibilisation sur l'arthrose et la santé de manière générale ou l'animation de groupes de parole.