

VOTRE RÉGION

SANTÉ Les journées prévention Sida se dérouleront cette semaine à l'IUT de Digne-les-Bains pour sensibiliser les jeunes

La vigilance diminue et les pratiques à risques augmentent

DIGNE-LES-BAINS (04)

À l'occasion de la journée mondiale de lutte contre le Sida, la Mutualité française et le conseil général des Alpes-de-Haute-Provence ont répondu favorablement à la demande de l'IUT de Digne-les-Bains pour l'organisation d'une manifestation cette semaine.

À partir d'aujourd'hui et jusqu'à jeudi, les "journées prévention Sida" se dérouleront donc sur le site de l'IUT, autour d'un "café prévention", d'une conférence sur l'épidémie et d'un micro-trottoir au sein de l'établissement. Mercredi, la deuxième édition de "Cabaret sexuel" sera présentée au Palais des Congrès par la troupe Miranda. Cette comédie musicale créée à partir de témoignages d'étudiants aborde la sexualité sous ses différentes formes.

"Que les étudiants se fassent vecteurs de l'information"

D'après Yves Alpes, directeur de l'IUT, « les comportements sociaux des jeunes montrent qu'ils peuvent très vite fluctuer selon l'information qu'ils reçoivent, de la vigilance à la négligence ».

Par cette action, il souhaite également que « les étudiants de l'IUT se fassent vecteurs de l'information ». En effet, les résultats de l'enquête nationale "La santé



De gauche à droite, Yves Alpes (IUT de Provence), Jean-Louis Bianco (conseil général) et Jacky Comte (Mutualité française), les partenaires des journées prévention Sida.

des étudiants 2005-2006" publiée par la LMDE sont inquiétants : les synthèses régionales démontrent que seulement 46,6 % des étudiants utilisent des préservatifs, que 24,3 % ont effectué un test et que 23,8 % en ont effectué plusieurs, ce qui est toutefois légèrement supérieur à la moyenne nationale.

En revanche, « trois étudiants sur dix déclarent ne pas se protéger systématiquement lors des relations sexuelles avec des partenai-

res occasionnels », rapporte l'étude sur le comportement de santé des étudiants de première année inscrits dans les universités de la région Provence-Alpes-Côte d'Azur.

La baisse de vigilance et l'augmentation des prises de risques indiquent que « l'apparition des traitements amène parfois à penser que le Sida est une maladie chronique avec laquelle on vit bien », déplore Jacky Comte, président départemental

de la Mutualité française.

Ces journées de sensibilisation auront donc pour objectif « de se rapprocher du public que l'on souhaite sensibiliser, d'informer sur l'importance d'un dépistage précoce, sur la problématique VIH et sur ses représentations », poursuit-il.

Habituellement menée durant la campagne d'été "jefaisletest.com", l'opération s'inscrit dans son prolongement.

Anita CANTO

Six centres de dépistage anonymes et gratuits

À ce jour, on évalue à 144 000, les personnes qui vivent avec le VIH et environ 7 000 nouvelles contaminations par an. 50 000 personnes en France ignorent qu'elles sont séropositives et près du tiers des personnes dépistées positives le sont tardivement, au stade Sida.

C'est pourquoi le ministère de la Santé préconise de nouvelles orientations pour le dépistage du VIH et des infections sexuellement transmissibles (IST). La prescription d'un test va être recommandée à toute personne âgée de 15 à 70 ans hors notion d'exposition à un risque particulier, à toute personne ayant des facteurs de risques connus (multipartenaires, homosexuels, toxicomanes), selon les circonstances (incarcéra-

tion, prostitution) ainsi que lors du diagnostic d'une IST. Dans les Alpes-de-Haute-Provence, six centres de dépistage sont ouverts au public : Digne-les-Bains (centre de dépistage anonyme et gratuit et centre hospitalier), Manosque, Sisteron, Saint-Auban et Barcelonnette.

Plus de cinq cents dépistages en 2009 à Digne

En 2009, à Digne-les-Bains, 554 dépistages ont été pratiqués dont 341 sur des personnes de moins de 20 ans. Pour l'année 2010, 459 prélèvements ont été réalisés dont 299 sur des personnes de moins de 20 ans. En 2011, un centre d'information, de dépistage et de diagnostic des infections sexuellement transmissibles (CIDDIST) devrait être mis en place. □

Le programme de la semaine

Les journées prévention Sida ont lieu à partir d'aujourd'hui et jusqu'à jeudi.

Le "café prévention" accueillera, chaque matin, les participants sur la mezzanine de l'IUT. Aujourd'hui à 10 heures, ouverture des journées. Micro-trottoir au sein de l'IUT et au restaurant administratif.

Demain à 18 h 30, conférence à l'amphithéâtre de l'IUT : "l'épidémie d'infection à VIH/Sida un mal planétaire : à quand l'éradication ?" animée par Patricia Granet, praticien hospitalier à Digne-les-Bains et Yves Alpe, maître de conférence en sociologie et directeur de l'IUT de Provence (entrée libre, renseignements au 04 92 30 23 88 ou

sur sites.univ-provence.fr/itudigne).

Mercredi à 20 h 30, spectacle "Cabaret sexuel" au Palais des Congrès (entrée libre et gratuite, renseignements et réservations à la Mutualité française au 04 92 31 67 00 ou sur m.vinatier@actimut.fr) et jeudi à 10 heures, clôture des journées prévention.

A.C.

ÉPICES Plus de cent milles fleurs récoltées cet automne

Le safran nouveau est arrivé

BAYONS (04)

Alors que les premières neiges saupoudrent les sommets environnants, la récolte de l'or rouge touche à sa fin à Bayons. Cet automne, près de 110 000 fleurs de safran ont été récoltées dans les hautes terres de Provence, sur l'exploitation agricole de Rose-Marie Garcin.

Cette épice, la plus précieuse au monde, est issue d'une plante bulbeuse : le crocus sativus. Attention, cette plante ressemble à s'y méprendre au colchique des prés, toxique. Mais à la différence de ce dernier, le fameux crocus sativus ne se rencontre pas à l'état sauvage car il ne produit pas de graines.

La production de safran était très importante en Provence jusqu'au milieu du XIX^e siècle, mais l'exode rural a ensuite entraîné son déclin. Depuis quelques années, le safran reprend peu à peu sa place dans le pays grâce à la persévérance de nouveaux safraniers, de plus en plus nombreux à venir se former à Bayons.

En effet « la culture du crocus sativus est intéressante car elle permet de valoriser de petites parcelles » précise Rose-Marie. Cette jeune safranière a choisi de s'installer en 2006 sur les terres de ses grands parents à Bayons et développe différents produits à base de safran.

La floraison a lieu une fois par an, en octobre-novembre. Les opérations de cueillette puis d'émondage



Le travail d'émondage est une étape très importante dans la culture du safran.

sont entièrement réalisées à la main. Chaque fleur contient trois filaments qui, une fois séchés, ont un pouvoir colorant exceptionnel et un arôme incomparable. Ce dernier est d'ailleurs particulièrement recherché dans les plats à base de riz ou de poissons. En France, 150 000 à 200 000 fleurs sont nécessaires pour obtenir un kilo de safran sec.

"Plus de 80 % du safran est frelaté"

Si le safran des montagnes cultivé à Bayons séduit de plus en plus de gourmets, c'est parce que Rose-Marie propose un produit d'une qualité irréprochable. Pour

l'obtenir, une grande rigueur est nécessaire : aucun herbicide ou engrais chimique n'est utilisé, l'intégralité des fleurs sorties pendant la nuit sont récoltées en bouton, le jour même.

"La qualité fait la différence"

Dans un même temps, tous les pistils sont triés afin de ne garder que « le rouge », ce dernier est ensuite séché de manière optimale à l'abri de la lumière. L'étiage mentionne, lui, clairement l'année de récolte et les coordonnées de la productrice afin de garantir une traçabilité optimale.

Traçabilité indispensable

PETITE RECETTE...

SAUCE AU SAFRAN

■ Trente brins de safran sont nécessaires. Dans une petite casserole, tiédir 20 cl de crème liquide, puis, à feu très doux, y mettre le safran réduit en poudre à infuser, tout en remuant. Au bout de deux minutes, retirer du feu la sauce devenue jaune or. Rajouter sel, poivre, (persil). Cette sauce nappera avec délice viandes blanches (côte de veau, filet mignon, escalope de poulet), pâtes, poisson, riz, moules, saint-jacques...

ble car « plus de 80 % du safran que l'on trouve sur le marché est frelaté. La poudre est fréquemment mélangée à du curcuma, du piment, ou encore de la brique pilée... ». Quant aux filaments, le consommateur non averti est bien souvent trompé par des pétales séchés de soucis ou de carthame.

Un safran français de qualité est vendu 30 € le gramme en moyenne. « Mais la qualité fait la différence et permet de rendre ce produit accessible » précise Rose-Marie. En effet, un bon safran peut être utilisé à dose infinitésimale. Selon la recette, un gramme permet de parfumer 50 à 150 assiettes ! □

POUR EN SAVOIR PLUS

Les prochaines visites de la safranière auront lieu, comme chaque année, en avril et mai chez Rose-Marie Garcin à Bayons. Plus d'infos sur www.safrandesmontagnes.net

Parce que la santé passe d'abord par la prévention

J'entretiens mes neurones avec les ateliers mémoire

"Mémomut"®

2 mois de cotisation gratuits

MUTUELLE DE FRANCE 04-05

L'ÉCHANGE, L'ENTRAIDE, LA RÉCIPROCITÉ

régie par le Code de la Mutualité - titre 11, art. 6° - 102 418 127

GAP	2 bd de la Libération	04 92 53 62 62
BRIANÇON	6 rue Alphonse	04 92 20 26 06
EMBRUN	41 rue de la Liberté	04 92 43 33 36

... et à SISTERON, DIGNE et MANOSQUE

Connectez-vous www.mutuelle-france-0405.com Mail : mutuelle@mutuellefrance0405.com