



ODYSSEA

Communiqué de presse  
Paris, 26 août 2019

## Octobre Rose

### Quand les « Poissons, Coquillages et Crustacés » entrent dans la course contre le cancer du sein

**Octobre est le mois dédié à la lutte contre le cancer du sein.**

**De nombreuses initiatives sont organisées pour sensibiliser le grand public et soutenir la cause. Cette année la course Odyssée prévoit de réunir près 40 000 participants à l'hippodrome de Vincennes. L'objectif de cette seule course est de rassembler plus de 500 000 € à reverser en faveur de la recherche contre le cancer du sein.**

A Paris, la course se tiendra les 5 et 6 octobre prochains et pour la première fois, France Filière Pêche (FFP), le Comité Interprofessionnel des Produits de l'Aquaculture (CIPA) et le Comité National de la Conchyliculture (CNC), seront présents pour faire déguster leurs produits aquatiques aux méritant(e)s joggeurs et au public présent. Cet événement citoyen se poursuivra en 2020 sur 6 autres villes de France (Nantes, Chambéry, Dijon, Toulouse ou Bayonne).

**Santé, nutrition et prévention, les mots d'ordre de la campagne « Poissons, coquillages et crustacés »**

Parce qu'une bonne santé passe aussi par une bonne alimentation, des **dégustations pédagogiques** offriront aux participants à la course, la possibilité de découvrir la variété et les bienfaits nutritionnels de ces produits.



## Pourquoi la campagne « Poissons, Coquillages et Crustacés » s'unit-elle à la Course Odyssea ?

**Manger des produits aquatiques est bon pour la santé. La recommandation de l'ANSES est d'en consommer 2 fois par semaine.** Le premier « bon geste » santé et de prévention passe par une bonne alimentation, saine et variée, d'autant plus pour les sportifs.

Or d'après une récente étude Opinion Way\*, seuls 24% des Français déclarent en consommer deux fois par semaine. Grâce aux recettes simples et savoureuses proposées directement sur le village de la course, le collectif « Poissons, Coquillages et Crustacés » espère convaincre le plus grand nombre qu'on peut préparer simplement ce type de produits ; en effet, près d'un Français sur cinq déclare manquer d'inspiration recettes pour consommer des produits aquatiques.

*Sur l'espace « Poissons, coquillages et crustacés » du village Odyssea :  
**des dégustations et des quiz** pour découvrir la diversité des espèces,  
**des conseils culinaires** pour composer des recettes malines et équilibrées mais  
aussi **des infos nutritionnelles complètes.***

## De véritables trésors nutritionnels, source d'équilibre

Comme le reconnaissent 92%\*des Français, les produits aquatiques sont une source essentielle de vitamines/minéraux/oligo-éléments ou oméga-3.

En effet leurs atouts sont nombreux\*\* :

- Riches en protéines (15 à 20% de protéines selon les espèces soit quasiment autant que la viande et près de 2 fois plus que l'œuf).
- Avec une faible teneur en matière grasse (cabillaud, colin, moules, bulots par exemple n'excèdent pas 1% de lipides au 100 g).
- Des vitamines et oligo-éléments en forte densité, utiles à l'organisme tels les vitamines A, B, D et E mais aussi de l'iode, du zinc, du sélénium (100 g de chair de moules c'est 150 % des apports nutritionnels conseillés en iode pour l'adulte qui participe à la synthèse des hormones thyroïdiennes et au tonus des organes).

- Sans oublier une forte teneur en oméga-3 des poissons gras, indispensable au développement et au fonctionnement du système nerveux, favorisant la prévention de maladies cardio-vasculaires (une portion de 100 g de truite arc-en-ciel couvre les besoins journaliers d'un adulte en oméga-3).

« La participation des 3 filières produits aquatiques à la course Odysea était évidente » pour **Jacques Woci**, Président de France Filière Pêche, un des représentants du collectif : « La diversité des espèces permet de répondre aux goûts et modes de vie de chacun. Que l'on soit jeune ou plus âgé, en famille ou célibataire, étudiant ou salarié, les produits aquatiques sont bons toute l'année. Bons pour la santé et pour les papilles. Nous sommes fiers de pouvoir les faire découvrir et déguster lors de cet événement national - grande cause de santé publique. »

### Si un sujet sur la course Odysea et les bienfaits nutritifs des produits aquatiques sur la santé vous intéresse

- Possibilité d'interviews d'un porte-parole de FFP, du CIPA ou du CNC sur l'un de nos stands ou en amont de l'évènement
- Situations de tournage sur demande
- **Participation à la course sur demande et mise à disposition de dossards aux couleurs de « Poissons, Coquillages et Crustacés »**

\*Enquête OpinionWay réalisée en ligne en mars 2019 auprès de 1 000 Français 18 ans et + pour les filières de la pêche, de la pisciculture et de la conchyliculture (**étude complète disponible sur demande**).

\*\* Sources : Apports Nutritionnels Conseillés pour la Population Française. Cnrs, Cnera. / Nutraqua ([www.nutraqua.com](http://www.nutraqua.com)).



COMITÉ  
NATIONAL  
DE LA  
CONCHYLICULTURE

#### Contact Presse

Caroline Caen – [ccaen@televisionandco.fr](mailto:ccaen@televisionandco.fr)

06 72 88 03 03

