

L'AFM-Téléthon et l'Institut de Myologie lancent la première *Semaine du Muscle* du 1^{er} au 7 juin 2023 !

Sans muscle, impossible de bouger, marcher, respirer, digérer, sourire, parler... Et au-delà de sa fonction motrice première, le muscle est essentiel à la vie en interagissant avec de nombreux organes et sa condition impacte de multiples fonctions vitales. Il peut aider à préserver l'autonomie lors du vieillissement, renforcer le système immunitaire, prévenir l'obésité, l'hypertension, les récurrences de cancers, les troubles musculo-squelettiques, retarder le développement de maladies dégénératives comme Parkinson et Alzheimer... **Le muscle est au cœur de multiples enjeux de santé publique mais son rôle biologique est trop peu connu et la discipline scientifique et médicale qui le porte - la myologie - est insuffisamment reconnue et enseignée. C'est pourquoi l'AFM-Téléthon et l'Institut de Myologie, centre d'expertise international sur le muscle et ses maladies, souhaitent sensibiliser le plus grand nombre à cet enjeu de santé publique majeur en lançant, du 1^{er} au 7 juin, la première « Semaine du Muscle ».**

1er – 7 juin : une semaine « musclée » pour sensibiliser !



➤ **En savoir plus sur les bienfaits du muscle ? www.lemuscle.fr est le site de référence !** A travers des [vidéos pédagogiques](#), des informations [sur le muscle dans tous ses états](#) (sain, vieillissant, entraîné, malade), [un quizz](#) pour tester ses connaissances, le site internet lemuscle.fr permet de mieux comprendre combien le muscle est déterminant pour notre bonne santé générale.

➤ **Une semaine de mobilisation partout en France !** Activités ludopédagogiques, opération de sensibilisation, conférences scientifiques sur mesure avec des experts de l'Institut de Myologie notamment, challenges et pauses musclés... les entreprises, les acteurs de la santé, du monde scolaire et universitaire, les collectivités locales, les fédérations sportives... chacun peut s'engager, relayer l'information et organiser une animation grâce aux ressources et outils de sensibilisation mis à disposition sur www.lemuscle.fr !

Les Assises du Muscle

1er juin 2023 - Conseil Economique, Social et Environnemental

(ouvertes à la presse sur inscription)

Organisées par l'Institut de Myologie avec le soutien de l'AFM-Téléthon, [les premières « Assises du Muscle »](#) réuniront des experts de tous horizons pour échanger autour de 4 thématiques :

- le muscle enjeu de santé publique ;
- le muscle au quotidien et tout au long de la vie ;
- le muscle entraîné et en conditions extrêmes ;
- le muscle et la maladie.

Toutes les informations sur www.lemuscle.fr

