

SANTÉ

Une salle de sport contre le cancer

La polyclinique Saint-Côme inaugurerait hier une salle spécialement créée pour accueillir un des ateliers sportifs de l'association AC2PEPS, destinés aux femmes atteintes d'un cancer.

Elles rient fort, s'amusent comme des petites filles à prendre la pause devant l'appareil photo et respirent la joie de vivre. Qui pourrait croire que ces femmes sont en cours de traitement d'un cancer du sein ? Et pourtant... Elles composent le premier groupe de l'association AC2PEPS, née grâce aux bénéfices de la course à pied la Compiégnoise, en octobre dernier. Le but de cette association est de proposer des activités sportives adaptées à des femmes atteintes d'un cancer du sein. Ces activités ont commencé fin mai dernier pour seize d'entre elles. Marche nordique le mardi, gym douce le vendredi à l'hôpital et des cours de Rose Pilates le mercredi à la polyclinique Saint-Côme, qui inaugurerait hier une salle spécialement créée pour l'activité.

Des ateliers dans la bonne humeur, sans compétition

« Lorsque nous avons été contactés par Marie-Pierre Degage (ndlr : la présidente des Picantines, à l'initiative du projet), nous n'avons pas hésité à nous investir dans ce projet puisque 30% de la cancérologie se fait ici. C'était un plus par rapport à ce que nous faisons déjà, comme les ateliers soin-beauté, par exemple », explique



Les membres de l'atelier AC2PEPS, entourées de leurs professeurs, du personnel médical, de Marie-Pierre Degage et Julie Ferrez.

le directeur Vincent Vesselle.

Pour Floriane, une des participantes aux ateliers, se retrouver pour faire du sport est « un véritable moyen de reprendre confiance en soi. Quand on est malade, on est un peu coupé du monde. Avec ces ateliers, on s'écoute, on s'entraide, on se motive. Ça me donne même envie de reprendre le travail ! » Même chose pour Anne-Sophie, qui explique qu'au-delà d'un groupe pour faire

du sport, « c'est un groupe de copines que j'ai trouvé. On se contacte sur Facebook. Certes, on parle de la maladie, on pose des questions à celles qui sont plus avancées dans le traitement, mais surtout, on parle d'autre chose, on plaisante, on s'amuse ». Les cours sont adaptés à chacune : « Les professeurs sont patients, à notre écoute. Par exemple, des personnes ont encore le bras douloureux, ils s'adaptent, ils ne nous poussent pas à

être dans la compétition », poursuit Floriane.

Les participantes s'engagent pour un processus de neuf mois. « J'aime dire que c'est le temps de la renaissance. L'idée est ensuite de créer des partenariats avec les associations locales, pour qu'elles puissent les accueillir dans leurs structures, et que d'autres femmes puissent ensuite profiter des ateliers », explique Marie-Pierre Degage. Le but de la

« Quand on est malade, on est coupé du monde. Avec ces ateliers, on s'entraide, on se motive »

Floriane, une participante

seconde édition de la Compiégnoise, qui aura lieu le 6 octobre, est justement de pouvoir pérenniser ces ateliers, qui sont mis en place en partenariat avec la Ligue contre le cancer. Hier, la marraine de la course, Julie Ferrez, coach sportif et chroniqueuse dans l'émission de France 2, *Télématin*, était présente à l'inauguration. « J'ai été contactée via Facebook par Marie-Pierre. J'ai souvent participé à des courses mais celle-ci avait un côté humain qui me plaît beaucoup. Même si je n'ai pas eu de cancer, je trouve qu'en tant que femmes, nous devons toutes nous sentir concernées. » En fin d'après-midi, elle enregistrerait un flash-mob avec les membres de l'atelier AC2PEPS, qui sera diffusé sur YouTube, et réalisé le jour de la course.

CINDY LÉCRIVAIN

► Pour s'inscrire à la course : www.lacomplégnoise.fr