

à la mer à vélo 2

de Chambéry à Saint-Nazaire

contre le cancer du sein

Suivez-nous du 24 septembre au 2 octobre 2016



Sport ♥ Santé ♥ Solidarité ♥ Savoie

www.4s.savoie.info ♥ quatreschambery@yahoo.fr ♥ 06 47 03 89 84

En savoir + sur l'association



Sport,
Santé,
Solidarité,
Savoie

Faire reculer la maladie c'est tout un programme ! Notre association affiliée à l'Ufolep s'investit activement dans des actions de prévention du cancer du sein : le seul moyen efficace pour enrayer ce mal sournois, qui vient se nicher au creux du symbole même de la féminité. Mais lorsque la pathologie se déclare, 4 S se plie en quatre pour ses protégées : des activités physiques adaptées et socialisantes leur sont dédiées. Mais aussi des moments de pur bien-être.

Une formule taillée sur mesure

Les participantes au programme 4 S reprennent progressivement confiance dans leur image, pendant et après leur combat contre le cancer du sein.

100 participantes fréquentent depuis 2011 nos activités hebdomadaires encadrées par des professionnels : aquagym, marche, tai-chi, qi-gong, gym douce, vélo, aviron... à raison de huit heures par semaine... et ça marche !



Notre atout cœur !

L'association 4 S organise la marche/course Odyssée Chambéry contre le cancer du sein. Odyssée est donc **LE** partenaire naturel et principal de l'aventure À la mer à vélo ! Odyssée Chambéry a réuni, depuis 2007, plus de 39 000 participants. La collecte s'élève à 329 000 euros, reversés aux associations de cancérologie locales. Odyssée est l'un des rendez-vous phares dans la programmation événementielle de l'agglomération chambérienne. Odyssée s'inscrit désormais comme la plus grande manifestation sportive des deux Savoie !

www.odysee.info



Donner du sens
au dépistage
du cancer du sein

Les tartufferies du cancer !

Une nouvelle étude vient de démontrer que l'on vit mieux et plus longtemps avec le cancer du sein... Ne baissons pas la garde ! Si Tartuffe était des nôtres, il nous sermonnerait encore et toujours : "Couvrez ce sein que je ne saurais voir. Par de pareils objets, les âmes sont blessées". Que répondrait le cancer à cette polissonne tartufferie ? "Soyez assuré de mon entière complicité, pour hanter ces belles dames, dans l'ombre de leur intimité !" Ne laissons pas le mot de la fin au cancer : seul le dépistage précoce et régulier peut contrer son funeste dessein.

Chambéry - Saint-Nazaire : bon sein ne saurait mentir !

Plus de 50 aventurières des temps modernes participent à l'aventure À la mer à vélo, 2^e édition... pour en découdre avec l'adversité.

525 km de course rose

Les cyclistes engagées seront assistées d'une équipe médicale. L'aboutissement de la course coïncidera avec le lancement de la campagne internationale Octobre rose pour la levée de fonds et le dépistage du cancer du sein.

Comment soutenir notre cause ?



PARTENAIRES FINANCIERS...

Nous suivre, c'est vous associer à cette grande cause nationale : le dépistage du cancer du sein !

Signer un partenariat, c'est donner un élan supplémentaire à ces candidates de l'extrême.

Investir dans l'humain, c'est donner une vision optimiste et engagée de votre entreprise.

NOS BESOINS : 25 000 EUROS

LES VÉLOS...

Location de vélos, vélos à assistance électrique, tandems

L'ÉQUIPEMENT...

T-shirts, maillots, cuissards, vêtements de pluie, gourdes et serviettes...

LA CARAVANE 4 S...

2 véhicules utilitaires 9 places pour transporter les bagages, le ravitaillement, assurer la voiture balai et la logistique de l'opération.

LE RAVITAILLEMENT

Une enseigne commerciale et/ou agro-alimentaire pour assurer les deux repas quotidiens à toute l'équipe.

LA COMMUNICATION...

Tracts, drapeaux pour notre visibilité permanente, stickers petit et grand format (minibus), T-shirt...

LE TRANSPORT ALLER ET RETOUR

Un bus offert par Transdev pour toute l'équipe et les vélos le samedi 24/09 de Chambéry à Orléans, puis de Saint Nazaire à Chambéry le dimanche 2 octobre.

LES FRAIS INDUITS...

Les participantes sont confrontées à des frais importants avant et après leur traitement. Nous souhaitons alléger au maximum le coût de cette semaine sur les routes. Merci de nous aider à couvrir une partie de ces coûts indirects.

LES CADEAUX...

Quelques spécialités savoyardes sont les bienvenues pour remercier nos hôtes à chaque étape et faire la promotion de notre terroir.

MÉDIAS...

Créer de l'actu autour de cette aventure, c'est servir la cause des femmes.

Couvrir notre événement, c'est faire un geste pour la lutte contre le cancer.

Jouer le jeu du partenariat, c'est garantir le succès de notre action de sensibilisation...



1 promo multimédia...

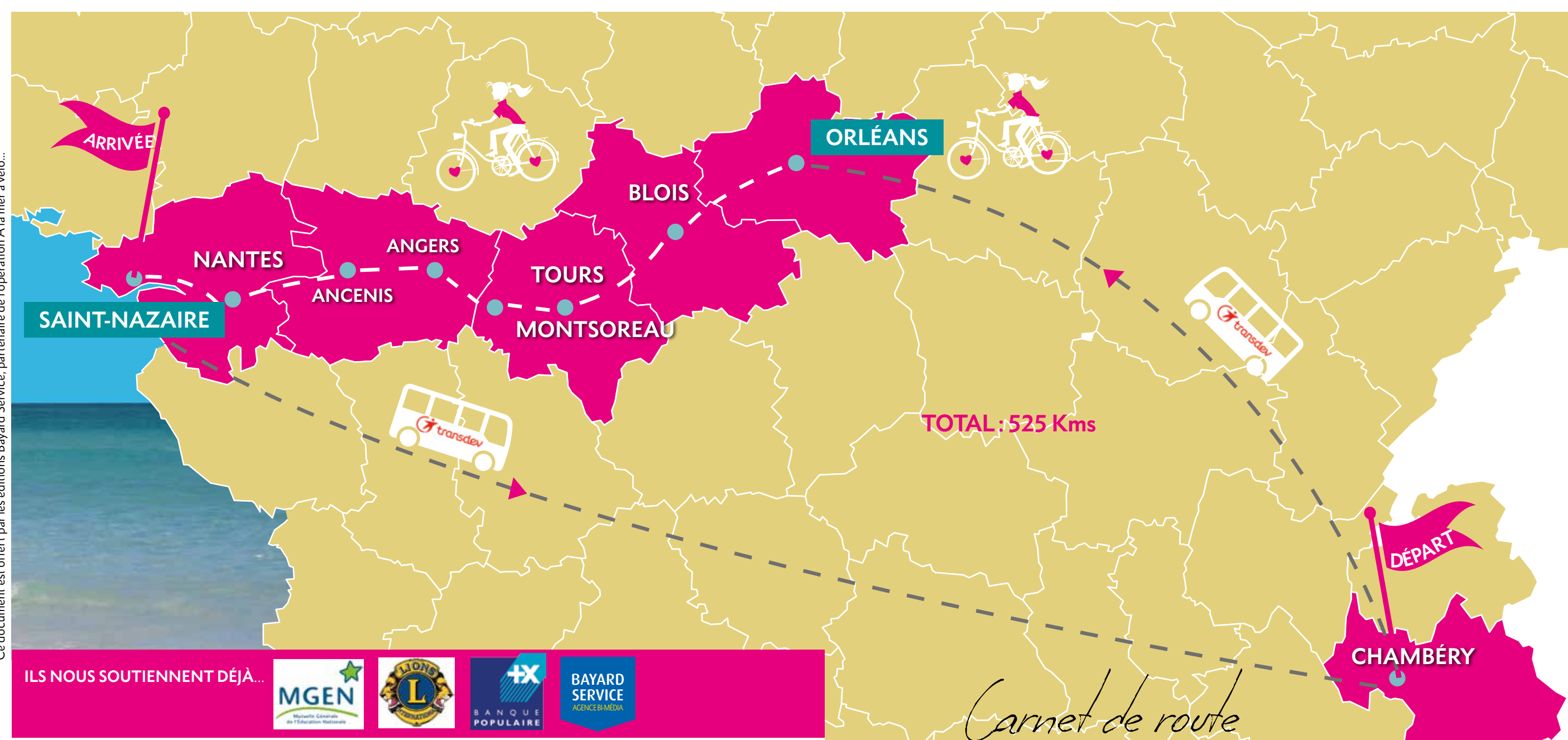
Une conférence de presse sera organisée pour sensibiliser la population au dépistage et aux bienfaits de la pratique régulière d'une activité physique modérée en prévention contre le cancer.

Des annonces radio seront également enregistrées pour anticiper l'arrivée du peloton rose dans les villes étapes.

Un reportage vidéo relatant la préparation physique des guerrières... jusqu'au jour du départ, est proposé aux chaînes de télévision nationales, dans le cadre d'Octobre rose. Le public pourra suivre en direct le périple À la mer à vélo, au travers d'Un blog et un film de Lucia Palenzuela : <https://www.youtube.com/watch?v=crTidwuasoU>

JOURNALISTES
+ SPONSORS
+ AMBASSADRICES...
=
TIERCÉ GAGNANT
CONTRE LE CANCER !

Ce document est offert par les éditions Bayard Service, partenaire de l'opération À la mer à vélo...



Carnet de route

ILS ONT ADMIRABLEMENT SOUTENU LA 1^{RE} ÉDITION À LA MER À VÉLO !

MÉDIAS	SPONSORS	INSTITUTIONS	VILLES ÉTAPES 2015 :
ROSE MAGAZINE BAYARD SERVICE LE DAUPHINÉ LIBÉRÉ ELISABETH SCHNEIDER-CHARPENTIER, PHOTOGRAPHE LUCIA PALENZUELA CINÉASTE MAGAZINE FEMMES ICI ET AILLEURS FRANCE BLEUE , CHÉRIE FM, RCF...	ODYSSEA MGEN UFOLEP SEIGLE L' EAU VIVE, OLYMPE, COMPAGNIE NATIONALE DU RHÔNE, VÉLOGIK, SPORT 2000, D'VÉLO, OLYMPE, PERNOT CHOCOLATIER, OPINEL , PASTA AROMI, ROUTIN...	CHAMBÉRY MÉTROPOLE CONSEIL DÉPARTEMENTAL SAVOIE AGENCE ÉCOMOBILITÉ ASSOCIATION ROUE LIBRE DOC SAVOIE ODLC GRENOBLE CDOS	Merci pour l'accueil À CHAMBÉRY, LA TERRASSE, GRENOBLE, PORT ST GERVAIS, SAINT JEAN EN ROYANS, ROMANS, VALENCE, ROCHEMAURE, NOTRE DAME DE COUSIGNAC, CADEROUSSE, AVIGNON, PARADOU, ARLES, LA CAPELIÈRE, LES SAINTES MARIES DE LA MER

Jour 1 : 24 septembre Départ bus Chambéry → Orléans	
2 prologues à vélo au départ et à l'arrivée Parking de Transdev - Hôtel de ville Chambéry, 4 kms Saint Cyr en Val - Hôtel de ville Orléans (aller et retour), 16 kms	
Jour 2 : 25 sept. Orléans → Blois	90 kms
Jour 3 : 26 sept. Blois → Tours	77 kms
Jour 4 : 27 sept. Tours → Montsoreau	70 kms
Jour 5 : 28 sept Montsoreau → Angers	83 kms
Jour 6 : 29 sept. Angers → Ancenis	70 kms
Jour 7 : 30 sept. Ancenis → Nantes	40 kms
Conférence « Bougez contre la maladie, faites vous dépister » pour annoncer Octobre Rose	
Jour 8 : 1 ^{er} octobre Nantes → Saint-Nazaire	52.4 kms
Jour 9 : 2 octobre Retour bus vers Chambéry	

Elles ont vécu l'aventure À la mer à vélo, épisode 1



En tant que plus âgée, j'appréhendais les étapes mais le motif du défi m'a donné des ailes !!!

Monique I., 75 ans

Que dire ? Vous avez été formidables... Après une semaine sur un petit nuage, nous revenons sur terre...

Nicolas, 51 ans

Vous avez réussi à me faire aller au-delà ce que je m'étais donnée comme limites. J'ai découvert d'autres possibilités que je ne connaissais pas dans ce corps meurtri.

Françoise C., 61 ans

En me lançant dans notre périple « À la mer à vélo », je ne savais pas encore que j'allais partager une aussi belle aventure humaine...

Bernadette V. W., 57 ans

Ma relation à toi est si ambiguë tu le sais. Je t'ai détesté, ô combien détesté, mais je t'ai aimé aussi je dois bien l'avouer...

Chislaine V., 40 ans

Tu as tellement changé ma vie, notamment en inscrivant sur chaque pore de ma peau cette urgence à vivre, que je chéris tant.

Depuis À la mer à vélo, j'ai découvert... que les sourires véritables pansent toutes les plaies... qu'il n'y a pas d'âge pour renaître de ses cendres.

Je n'ai jamais vécu ça. Je ne suis pas une aventurière. Je me dévalorise beaucoup. Mais là, toutes les craintes de départ ont été balayées...

Eve, 39 ans

En fait, je me sens comme une fleur qui s'ouvre. En pédalant, j'étais dans l'action. Je suis enfin passée à l'acte.

Bravo pour cet exploit car il s'agit réellement d'un effort prolongé et difficile. Prêt à vous accueillir si vous recommencez.

Dr Serin, Avignon



Chambéry - Saintes-Maries-de-la-Mer :
c'était super !



Mercredi 16 septembre 2015 à Paris, **Françoise Cauvin**, participante au défi (à gauche) avec la co-présidente de 4S, **Christine Aguetaz**, reçoivent le prix coup de cœur du jury "talent du vélo 2015", remis par le club des villes et territoires cyclables.



Super week-end à Valloire, janvier 2016 : rando-raquettes, spectacle sur les sculptures de neige et film : **À la mer à vélo, version longue !** Un week-end magnifique sous le soleil. Un accueil chaleureux de la mairie de Valloire !



Assemblée nationale, Paris, 8 mars 2016 : une invitation de **Bernadette Laclais** (au centre), députée savoyarde, à l'occasion de la Journée de la femme. La qualité des échanges furent à la hauteur des enjeux. Joie de bénéficier d'une écoute et d'une attention sincères.

Au bout de la course, Octobre Rose...

L'association chambérienne 4S - Sport, Santé, Solidarité, Savoie -, réitère son défi sportif À la mer à vélo ! Le succès remporté par la première édition a tout naturellement entraîné la seconde. 50 femmes touchées par le cancer du sein vont chercher les plages atlantiques à la force de leurs jambes... au terme d'un périple à vélo de 8 jours...

Les chiffres du cancer du sein demeurent alarmants : 20 000 femmes par an subissent une ablation. C'est ce message d'alerte en faveur d'un dépistage précoce que les amazones roses vont marteler, en pédalant contre la progression de la maladie. Leur périple entre Chambéry et Saint-Nazaire prend des accents de parcours initiatique.

Ce défi donnera le ton à l'opération internationale Octobre rose, un mois consacré à la lutte contre le cancer : immédiatement après leur retour à Chambéry. De nombreuses initiatives vont éclore, partout dans le monde, dans une double perspective : lever des fonds pour la recherche et sensibiliser les femmes à un dépistage régulier.



Ce document est offert
par les éditions Bayard Service,
partenaire de l'opération

à la mer à vélo²
de Chambéry à Saint-Nazaire

Bayard Service Edition Centre-Alpes
Savoie Technolac
73377 Le Bourget du Lac
Tél. 04 79 26 16 60
bse-centre-alpes@bayard-service.com
www.bayard-service.com

TEXTES ET SECRÉTARIAT DE RÉDACTION : Leïla Oufkir
MAQUETTISTE : Nadège Landré
PHOTOS : Elisabeth Schneider-Charpentier / 4S
IMPRIMERIE : Couleurs Montagne
73490 LA RAVOIRE

Chambéry  *Saint-Nazaire*

<http://alameravelo.wix.com/alameravelo> ♥

♥ alamer.avelo@gmail.com

♥ 06 47 03 89 84 ♥

