

# **Octobre rose pour la lutte contre le cancer du sein**

Du 28 septembre au 27 octobre 2013, le Collectif K, qui réunit 20 associations de soutien aux malades du cancer, organise la 6<sup>è</sup> édition du Ruban de l'Espoir: un événement international et fédérateur (15 villes étapes et 3 pays), pour sensibiliser à la prévention du cancer et plus particulièrement à celle du cancer du sein ainsi qu'à la prise en charge pendant et après un cancer. Cette année Françoise Sellin, conceptrice et coordinatrice générale du Ruban de l'Espoir a choisi d'orienter cet événement autour de deux grands thèmes: la nutrition et le sport. «D'après les dernières observations du Fonds Mondial de la Recherche contre le Cancer publiées en 2007, on estime que 30% de tous les cancers sont directement reliés à la nature du régime alimentaire des individus et qu'en pratiquant 45 minutes de sport par jour le risque de développer un cancer du sein diminue de 28%», explique Françoise Sellin.

## **Les temps forts du Ruban de l'Espoir**

Chaque ville étape organise des animations autour du sport et de la nutrition à l'occasion du Ruban de l'Espoir, à travers conférences-débats, ateliers, stands d'information, expositions, films, reportages, témoignages, pièces de théâtre, ballets mais aussi des événements sportifs, défilés, flash mob... Une flamme est portée en relais d'étape en étape par des représentants d'associations et les membres de la délégation du Collectif K. Elle symbolise le lien qui unit les associations et les villes partenaires autour du cancer. Un grand concours culinaire est également organisé par le chef Olivier Chaput, parrain du Ruban de l'Espoir, dans chaque ville.

## **Deux thèmes majeurs pour cette 6ème édition: nutrition et sport**

En 2013, le Ruban de l'Espoir déploie un programme d'activités et d'information sur la nutrition et le sport, avant, pendant et après le cancer. En France, 21 à 37 % des adultes pratiquent moins de 30 minutes d'activité physique par jour alors que l'OMS recommande au moins 30 min d'activité physique modérée par jour pour réduire d'environ 25% le risque de développer 4 un cancer du sein et du côlon(février 2011). Une alimentation équilibrée, un apport calorique adapté et une pratique régulière du sport permettent une meilleure prévention des cancers.

Du 28 septembre au 16 octobre, 15 villes accueilleront le Ruban de l'Espoir.

*Dans le grand Ouest, c'est à ST Herblain en Loire Atlantique, que le Ruban de l'espoir posera ses valises Mercredi 9 octobre à la Maison des Arts de Saint Herblain. Le programme, c'est par ici :*

—

*Être femme, tout un art*

—

*17h30*

*accueil de la délégation et de la flamme du Ruban de l'Espoir  
Visite de l'exposition «les petits bibis» réalisés par les femmes des clubs couture de la ville*

—

*18h30*

*Mercredi Curieux, animé par J. ZEBRONE Anna Halprin, de la danse à la thérapeutique,  
le souffle de la vie*

—

*19h45*

*verre de l'amitié*

—

*20h30*

—

*21h30*

«l'amour et la vie d'une femme» Cycle de mélodies de Schumann: sur scène : 3 femmes, 3 artistes, 3 énergies, nous donnent à voir les femmes. La femme multiple, mouvante et changeante, la femme d'hier, la femme d'aujourd'hui.

**Contact**

**: Isabelle THEBAULT -eri@nantes.fnclcc.f**

Pour en savoir plus sur le programme et les animations

<http://rubandelepoir.fr>

<http://www.facebook.com/lerubandelepoir>

<http://www.collectifk.fr>