



## NordiCancer : le cancer c'est toute l'année !

La lutte contre le cancer ce n'est pas qu'en octobre pour les femmes et en novembre pour les hommes : c'est toute l'année. C'est pour cette raison que l'association Cancer Osons, qui soutient les patients touchés par un cancer masculin, organise, le 5 février prochain, la « NordiCancer ». Cette matinée de marche nordique et de marche de randonnée, organisée au pied du château de Brissac, veut faire passer un autre message : l'activité physique c'est bon pour la santé. Ça contribue même à augmenter l'impact des traitements, ça facilite la rémission et la guérison. Tous les oncologues le disent.

Depuis sa création en 2018, l'association Angevine « Cancer Osons » organise chaque année, en novembre, mois de mise en lumière des cancers masculins avec « Movember », un concert caritatif très populaire : le Prostate Music Tour, qui permet de collecter des fonds pour la recherche, les soins et l'accompagnements des malades. Mais sur le plan médiatique **Movember et ses nombreuses actions est étouffé par « Octobre Rose », événement devenu très populaire et le Téléthon en Décembre**, tout aussi médiatisé. Résultat : **personne, ou très peu, ne s'intéresse au sujet du cancer masculin qui touche pourtant 53 000 hommes chaque année et en tue 8000 (\*)**. Pourtant, même s'ils ne le crient pas sur les toits, les hommes souffrent autant que les femmes et ont besoin d'autant de soins. Le cancer masculin, de la prostate ou du testicule, que l'on appelle le « cancer de l'intime » parce qu'il affecte la virilité et la sexualité des hommes, n'est pas spécialement douloureux, mais il fait des dégâts à long termes, les hommes concernés se plaçant trop souvent dans le déni lorsque les premiers symptômes apparaissent.

**Ne pas en parler et surtout ne pas le médiatiser, ce n'est pas l'avis de Cancer Osons** qui met tout en œuvre pour sortir de l'anonymat le cancer de la prostate ou du testicule et prévenir les hommes des risques qu'ils encourent. D'autant que le nombre de cas pourrait doubler d'ici 2050. **Désormais installée à la Cité des Soins**, à côté de la clinique de l'Anjou,

pour donner du sens à ses actions et les moyens aux hommes de s'exprimer, **l'association veut frapper encore plus fort en organisant des événements tout au long de l'année** et pas seulement en novembre.

Ce sera notamment le cas **le 5 février prochain**, au pied du château de Brissac (49), l'un des fleurons patrimoniaux du Val de Loire, **avec la « Nordicancer », une matinée de marche nordique et de marche de randonnée, ouverte à tous**. L'objectif de cet événement que les organisateurs souhaitent populariser au fil des années, avec l'idée d'y accueillir de plus en plus de participants, est de montrer que **l'activité physique, qu'elle soit pratiquée par les femmes comme par les hommes, est bénéfique pour celles et ceux qui sont touchés par un cancer**. Alors, que l'on soit actuellement en traitement ou pas, cet événement organisé **en collaboration avec l'IFEPSA-UCO** (Institut de Formation en Éducation Physique et en Sport), installé aux Ponts-de-Cé, est un moment fort qui pourrait, comme Octobre Rose à Angers, devenir un incontournable.

Le choix d'associer l'IFEPSA-UCO à la Nordicancer, ne s'est pas fait au hasard. Cet établissement forme des enseignants en Éducation Physique et Sportive, mais aussi en activité physique adaptée (APA) afin d'accompagner les patients dans la pratique d'une activité physique. Cet établissement prépare également des professionnels dans l'organisation, la gestion, le management et la commercialisation dans les secteurs du sport, de l'activité physique et des loisirs sportifs. Un partenaire indispensable à la réussite de cet événement sportif et de loisirs.

## **La Suède au pied du château de Brissac**

La Nordicancer est un **événement hivernal placé sous la bannière de la Suède**, pays du constructeur de poids lourds **SCANIA, partenaire historique de l'association Cancer Osons**, dont le siège français est installé à Angers. En organisant cette marche hivernale et caritative – l'objectif étant, comme les autres événements, de collecter des fonds pour la cancérologie –, les organisateurs veulent s'inspirer d'un autre événement, très prisé par les Suédois : la célèbre « Vasaloppet ». Si cette course de ski de fond accueille 15 000 fondeurs chaque année, **la Nordicancer sera volontairement limitée à 1000 marcheurs, avec l'objectif d'en accueillir au moins 500 pour cette première édition**.

Si le symbole de la course de fond suédoise est la soupe aux myrtilles, distribuée à chaque ravitaillement, pour la Nordicancer, les marcheurs pourront se réchauffer à l'arrivée avec une autre spécialité suédoise : « l'ärtsoppa », une soupe de pois jaunes et d'échine de porc.

Là s'arrête la similitude avec la course suédoise, puisqu'**il ne s'agit pas d'une compétition**. Les marcheurs, qu'ils soient nordiques ou de randonnée (avec ou sans bâton de marche), auront **trois parcours à effectuer au choix**, dans la forêt de Brissac et les vignobles de l'Aubance : 5, 10 ou 15 km. Seul un classement par équipe (amis, famille, entreprise...) sera établi, non pas en temps, mais en **distance cumulée, avec l'objectif de rejoindre « Södertälje », siège suédois de SCANIA**.

**Un village d'inspiration nordique sera également installé sur la ligne de départ**, pour les associations d'entraide, dépistage, soutien des malades, mais aussi les entreprises nordiques

qui pourront proposer leurs objets. Des jeux nordiques d'adresse : Mölkky, lancer de haches, etc... seront proposés aux participants. Une tente restauration. Des braseros seront installés afin de créer l'ambiance et réchauffer la température si besoin.

**Les structures locales dont le Département de Maine et Loire**, - sa présidente, Florence Dabin ayant assuré de sa participation, avec son équipe, sur l'un des parcours -, la ville de Brissac-Loire Aubance, le château de Brissac, les associations de randonnée et de sport de Brissac, et des entreprises, se sont associés à l'évènement, bien décidées à soutenir cette cause qu'est la lutte contre le cancer, masculin, mais aussi féminin et infantile. Ils ont accepté d'aider l'association Cancer Osons en mettant à disposition les moyens humains et matériels afin que les organisateurs puissent réaliser un bénéfice substantiel qui sera reversé à une structure de cancérologie régionale.

## La Nordicancer en bref

Cinq parcours : 5, 10 et 15 km, à parcourir à son rythme, en famille ou entre amis  
Challenge inter-entreprises sur le circuit 10 km  
Boissons chaudes au départ et plat chaud suédois à l'arrivée (4 € en sus).  
Village nordique avec restauration rapide sur place, vin chaud, jeux nordiques et braséros  
Animation sportive et musicale. Prêt de bâtons gratuit (avec caution)

## Inscriptions - horaires

Pour des questions de logistique, les organisateurs invitent les participants à s'inscrire à l'avance sur la plateforme rennaise « Klikego »  
<https://www.klikego.com/inscription/nordicancer-2023/course-a-pied-running-marche-nordique/1647478847637-2> ou <http://bit.ly/3CuA4FT> (URL raccourcie)

Tarifs inscriptions : Adultes 12 € - enfants de 5 à 12 ans : 5 €  
Repas suédois optionnel : 4 € adultes – 3 € enfants dont un 1 € remboursable lors de la restitution des timbales.  
Pour les personnes qui s'inscriront le jour ou la veille, le prix est majoré à 15 €

Accueil des participants à partir 8h30, via Caluso (écuries du château de Brissac) avec échauffement en musique.

Départ à partir de 9h30 par groupes : les parcours les plus longs en premier afin que tout le monde arrive aux alentours de 12h.

Les personnes inscrites en ligne pourront bénéficier d'un plat chaud typiquement suédois à l'arrivée (4 € en sus), à acheter lors des inscriptions en ligne, avec une boisson chaude (vin chaud ou chocolat chaud). Restauration sur place assurée par le Comité des Fêtes de Brissac pour ceux qui n'auront pas réservé leur repas.

(\*) Source MNT - Mutuelle Nationale Territoriale (groupe Vyv) et e-Cancer  
<https://mntetvous.mnt.fr/les-cancers-masculins-soyez-vigilant> et <https://www.e-cancer.fr>