

L'Indépendant, 21/05/26

Font-Romeu : des femmes atteintes d'un cancer s'offrent une parenthèse en montagne



Les "parenthèses" ont été initiées à l'escrime par les étudiants en Staps.

Pendant quatre jours, l'association perpignanaise La maison entre parenthèses a offert à ses adhérentes atteintes d'un cancer, une parenthèse hors du quotidien, au cœur de la montagne catalane. Entre activités sportives adaptées, ateliers bien-être et moments de partage, ce séjour en altitude a permis à ces femmes de se dépasser tout en retrouvant confiance et sérénité.

Parties de Perpignan en minibus, onze "parenthèses" et trois bénévoles ont été accueillies au gîte de l'Écureuil bleu, où Cécile et Paul leur ont réservé un séjour placé sous le signe du réconfort. L'objectif : proposer des soins de support complémentaires aux traitements médicaux. *"Les oncologues recommandent aujourd'hui ces accompagnements qui peuvent prendre la forme d'activités physiques adaptées, d'ateliers bien-être ou de moments de cocooning. C'est ce que nous proposons toute l'année pour 40 €"* explique Leslie Thomas, coordinatrice de l'association. Si les adhérentes se voient proposer un programme hebdomadaire, *"une fois par an, grâce à nos dons et à nos partenaires, notamment Octobre rose, nous leur permettons de partir en défi sportif dont la thématique change chaque année, cette fois-ci, le*

dépassement de soi en altitude." Depuis janvier, une dizaine de participantes en rémission se sont préparées physiquement et mentalement à ce séjour qui était encadré par trois bénévoles de l'association, en partenariat avec les étudiants de Font-Romeu en seconde année de licence Staps APA (Activités physiques adaptées). Ces derniers ont accueilli les "parenthèses" pour une activité escrime très appréciée de ces battantes ! Autre activité, marche d'orientation autour du lac du Ticou à Bolquère, balade botanique et atelier tisane animés par Audrey, de Tambouille et vadrouille.

Se dépasser ensemble

Une journée bien-être a également réuni d'autres adhérentes en récidive, avec un atelier de fabrication de baume corporel organisé dans une salle prêtée par la mairie de Font-Romeu. Les intempéries ont conduit le groupe à remplacer les bains chauds de Dorres par une découverte détente au centre Angléo des Angles. Le défi sportif a repris ses droits avec un parcours l'acrobranche à l'Ermitage, ou un corde-game plus accessible, favorisant l'entraide et la cohésion. Les étudiants en Staps ont pleinement participé à l'aventure, partageant repas, activités et préparation d'un cérémonial de clôture. *"Notre rôle était d'encadrer des activités physiques adaptées, mais surtout de créer du lien et de redonner confiance à travers l'activité physique"* soulignent Laly et Inès. L'expérience a marqué les esprits. *"Ce qui m'a le plus touchée, c'est leur joie de vivre et la richesse des échanges"* confie Noémie. Marielle évoque quant à elle une rencontre particulièrement émouvante avec une retraitée ayant appris sa maladie juste après avoir quitté la vie active. *"Elle se bat pour voir grandir ses petits-enfants"*, raconte-t-elle. Pour Mathis, *"ces femmes ont été une superbe découverte. Les échanges ont été très rapides et très naturels."* Du côté des participantes, le sentiment partagé est celui d'un dépassement collectif. *"La dynamique du groupe nous a poussées à faire des choses que nous n'aurions jamais imaginé tenter, comme l'accrobranche. Avec de l'encouragement, tout devient possible"* résume Carole. Au-delà du défi sportif, ce séjour aura surtout permis à ces femmes de reprendre confiance en elles, de tisser des liens forts et de retrouver, le temps de quelques jours, un souffle d'évasion et d'espoir face à la maladie.