

■ LE MÉE-SUR-SEINE

INITIATIVE. De l'escrime en parade-riposte à un cancer du sein

Depuis début mars, le cercle d'escrime propose des séances adaptées pour les femmes touchées par un cancer du sein. Quand convalescence rime avec sport.

Contre le cancer du sein, la « solution riposte ». Voici le nom du nouveau cours proposé par le Cercle mééen d'escrime, réservée aux femmes touchées par cette pathologie. « C'est une pratique adaptée qui développe la combativité et permet de travailler la mobilité du bras », indique Pascal Tissier, le maître d'arme. Une occasion aussi de sortir du contexte médical, d'évacuer les tensions et de renforcer le lien social et l'estime de soi. Une convention a été signée entre le club et la Ligue contre le cancer de Seine-et-Marne, même si l'idée, à l'origine, vient d'un médecin toulousain, qui souhaitait encourager ses patientes, atteintes d'un cancer du sein, à la pratique d'une activité sportive.



Le Cercle d'escrime mééen propose, depuis le mois de mars, des séances adaptées pour les femmes atteintes ou en rémission d'un cancer du sein (©RSM77 /B.H)

« Petit à petit »

Christine, une des participantes qui vient d'être opérée, a suivi des cours : « On mobilise notre corps et je m'aperçois que mes muscles du bras reviennent petit à petit : c'est très concluant. » A l'échelle nationale, les maîtres d'armes ont

reçu une formation certifiante Pascal Tissier s'est ainsi rendu à Toulouse en début d'année, pour étudier les principaux points de la méthode. « C'est une action unique dans le département, mise en place par la Ligue du Cancer, la nouvelle Maison de la Santé, la clinique St Jean et bien sûr le Club », jubile Claude Tissier.

Et d'ajouter : « Avec l'escrime on affronte son adversaire comme on affronte la maladie. En maniant le sabre on mobilise beaucoup le bras. » Deux séances par semaine sont proposées : le mardi (de 14 à 15 heures) et le vendredi (de 15 h 30 à 16 h 30). Les cours sont gratuits pour cette première année et le matériel est prêté,

grâce à des subventions de la Ligue et de l'Agence régionale de santé (ARS).

■ RENSEIGNEMENTS :

Contact : 06 60 53 45 59

ou 06 08 24 78 99 ou
nc.tissier@gmail.com
www.lemeeescrime.com