

DANS UNE EXPÉDITION POUR JEUNES ATTEINTS DE CANCER

Prêts pour affronter les rapides de la rivière Noire

VALÉRIE LEGAULT
valerie.legault@tc.tc

Deux survivants du cancer de Saint-Jean-sur-Richelieu et Sainte-Anne-de-Sabrevois s'apprêtent à vivre une expérience hors de l'ordinaire. Du 19 au 28 juillet, Marjolaine Bélanger et Alexy Tousignant descendront en canot les rapides de la rivière Noire, en Outaouais, avec 11 autres jeunes survivants comme eux. La fondation Sur la pointe des pieds qui les emmène leur promet une expérience qui les marquera pour la vie.

La fondation Sur la pointe des pieds a plus de 50 expéditions thérapeutiques à son actif avec de jeunes Canadiens atteints de cancer. Ce sera sa première aventure de canot-camping sur la rivière Noire.

L'expédition débutera au lac Patrice. Sur une eau cristalline bordée de plages, les 13 aventuriers s'initieront aux techniques de canot d'eau vive. Ils en profiteront pour taquiner le poisson et se baigner dans la nature. L'expédition se terminera dans le village de Waltham, juste avant que la rivière Noire ne se jette dans la rivière des Outaouais.

MOTIVATION

«Ces expéditions offrent aux participants l'occasion de changer d'environnement et d'échanger avec d'autres jeunes atteints de cancer qui, comme



Marjolaine Bélanger, de Saint-Jean-sur-Richelieu, fait partie des 13 survivants invités par la fondation Sur la pointe des pieds.

eux, traversent la même épreuve. Ils reviennent changés, prêts pour un nouveau départ et forts d'une source de motivation qui les accompagnera tout au long de leur vie», mentionne Jean-Charles Fortin, directeur de la fondation Sur la pointe des pieds.

L'équipage parcourra une centaine de kilomètres sur la rivière Noire, réputée

comme l'une des plus belles du Québec. Accompagnés de facilitateurs de la fondation, d'une équipe médicale et de guides locaux, les participants seront bien entourés pour relever ce défi à leur mesure.

PREMIÈRE FOIS

Frappée d'un sarcome épithélioïde à l'âge de 17 ans, Marjolaine Bélanger a dû

se faire amputer une partie de la main gauche en 2003. «Ça m'inquiétait de partir à cause de ça, mais on m'a assurée que je n'aurais pas de problème à pagayer. Ce sera ma première aventure de canot-camping. Je suis bien énervée!», témoigne la jeune femme de 31 ans.

Fonceuse et déterminée, Marjolaine Bélanger a toujours fait un pied de nez à son cancer. Elle a bien l'intention de montrer à la maladie qu'elle est toujours plus forte qu'elle. «J'ai entrepris ce défi pour me prouver que je suis encore capable d'être en contrôle de mon corps, dit-elle. Je vais me rendre du point A au point B et je vais le terminer!»

DE SABREVOIS

Un autre survivant de la région fera partie des 13 aventuriers en provenance du Québec, de l'Ontario et de l'Alberta. Il s'agit d'Alexy Tousignant, de Sainte-Anne-de-Sabrevois.

Les expéditions de la fondation Sur la pointe des pieds sont entièrement gratuites. Celle de cette année est rendue possible grâce à la Fondation Bon départ de Canadian Tire du Québec.

Sur la pointe des pieds organise plusieurs campagnes de financement annuelles, dont un spectacle-bénéfice chaque automne à Montréal, la traversée du lac Saint-Jean en ski de fond ou en raquette au mois de février, ainsi qu'un rase-o-thon en mars. Pour plus de détails sur la fondation, on consulte le site pointedespieds.com.

Le Défi Je bouge de retour au parc Beaulieu

VALÉRIE LEGAULT
valerie.legault@tc.tc

C'est le samedi 9 septembre prochain qu'aura lieu le Défi Je bouge de la Fondation Santé Haut-Richelieu-Rouville. Les participants sont encouragés à s'inscrire avant le 23 juillet pour profiter de tarifs avantageux.

C'est un rendez-vous au parc Beaulieu de Saint-Jean-sur-Richelieu, au coin des rues Saint-Denis et Labrèche, de 7 à 13 heures. L'accès au site est gratuit pour tous.

Toute la population est invitée à participer à la onzième édition de cette grande fête et à venir encourager les milliers de participants à l'une des dix épreuves de marche, de course ou de vélo.

Cette année, les profits de cette activité familiale et sportive serviront à l'acquisition d'un pléthysmographe pour le diagnostic des maladies pulmonaires. Ils permettront aussi l'aménagement de la salle d'activités à l'hôpital de jour de l'unité de santé mentale, à l'Hôpital du Haut-Richelieu.

ANIMATION

L'animation sur le site sera une fois de plus assurée par Philippe Boisclair, humoriste et grand sportif. Des jeux gonflables, de la musique, de l'animation, du maquillage et des séances de réchauffement de groupe seront au rendez-vous, en plus des nombreux kiosques à visiter.



Le Défi Je bouge propose différentes épreuves de marche, de course à pied et de vélo pour tous les âges et tous les goûts.

Le Défi Je bouge propose dix épreuves différentes de marche de un kilomètre (pour les personnes à mobilité réduite), cinq ou dix kilomètres; de course à pied de un kilomètre (pour les enfants), cinq, dix ou 21,1 kilomètres; ainsi qu'une randonnée de vélo de dix, 50 ou 75 kilomètres.

Pour plus de détails sur l'horaire de la journée et les différentes épreuves,

rendez-vous sur le site defije bouge.com. Toutes les épreuves se tiendront sur un parcours sécuritaire et fermé à la circulation automobile aux abords de la rivière Richelieu (sauf pour les épreuves de vélo de 50 et 75 kilomètres).

CHAPITEAUX

Les entreprises, les familles et tous les groupes sont invités à se rassembler sous leur propre chapiteau et à profiter

de cette grande fête de la santé pour renforcer l'esprit d'équipe. Réservez votre espace auprès de l'équipe de la Fondation Santé. Il est possible de créer un forfait sur mesure incluant des inscriptions au Défi Je bouge, un chapiteau et de la visibilité pour votre entreprise, tout cela, afin de maximiser votre expérience. Pour plus de détails, contactez la responsable du Défi Je bouge, Claudia Héroux, au 450 359-5777.

Pour participer au Défi Je bouge, inscrivez-vous en ligne sur defije bouge.com. Un tarif préférentiel est en vigueur jusqu'au 23 juillet. Un chandail technique aux couleurs du Défi Je bouge 2017 sera remis en même temps que la trousse du participant chez Sports Experts du Carrefour Richelieu, les 5, 6 et 7 septembre. Tous les détails seront transmis aux participants avant l'événement.

BÉNÉVOLES

La Fondation Santé est à la recherche de bénévoles pour le samedi 9 septembre en avant-midi. Ces derniers recevront un chandail du Défi Je bouge et pourront se joindre aux festivités par la suite.

Plusieurs postes sont disponibles, dont l'accueil des participants, l'encadrement des parcours, les points d'eau et la signalisation routière, entre autres. Pour être bénévole ou animer une partie du parcours, veuillez communiquer avec la responsable du Défi Je bouge, Claudia Héroux, à info@defije bouge.com ou au 450 359-5777.