**Bouger donne (du sens à) la vie**

**BRUXELLES, 8 juin 2017 – Bouger fait vivre : c’est une chose sur laquelle sont d’accord les scientifiques et Think-Pink depuis longtemps. Bouger – et par extension, avoir un style de vie sain – est, entre autres, important pour la prévention du cancer du sein. De plus, c’est un facteur crucial dans la guérison pendant et après un traitement. C’est pourquoi bouger fait partie intégrante des valeurs de Think-Pink. Maintenant que la campagne nationale contre le cancer du sein fête ses 10 ans, elle pousse plus que jamais les victorieux à bouger, en collaboration avec les Cliniques du Sein.**

En septembre, Think-Pink soufflera ses 10 bougies. Depuis, les Cliniques du Sein ont parcouru beaucoup de chemin. En tant que campagne nationale contre le cancer du sein, Think-Pink s’efforce depuis le premier jour à donner une place majeure au bien-être des victorieux. L’ASBL a financé entre autres des espaces de repos dans des Cliniques du Sein et a soutenu toutes sortes d’initiatives.

Cependant, l’ASBL s’est toujours concentrée sur bouger. Le sport a un effet positif sur la qualité de vie des victorieux, diminue le risque de récidive et évite les sensations de fatigue générales que les victorieux ne connaissent que trop bien. De plus, c’est une bonne manière de retrouver confiance en votre corps après un cancer diagnostiqué. En bougeant, on apprend à retrouver son corps profondément changé par le traitement.

En jetant un œil sur les actions sur think-pink.be, on peut constater l’importance du sport pour Think-Pink. Sous la dénomination Bike, Run et Walk for Think-Pink et la Race for the Cure, les participants ont le choix parmi une offre variée d’activités sportives. En plus de cela, Think-Pink soutient les initiatives de marche et de course dans différents hôpitaux.

**Faire le lien après une onco-revalidation**

Dans cet élan (bouger pendant et après le traitement) la campagne nationale contre le cancer du sein va résolument plus loin. Elle veut remplir le vide qui est présent aujourd’hui.

Car les victorieux ont à présent le droit à 12 semaines d’onco-revalidation. Ensuite, ils se retrouvent seuls face à cette situation. Cependant, le pas vers un club de sport est une très grande étape et bouger sans encadrement n’est pas chose facile. C’est le moment parfait pour un style de vie plus sain, avec un plan d’alimentation sain et une activité physique en suffisance. En tant que spécialiste expérimenté en matière de sport pendant et après un cancer, Think-Pink s’investit désormais encore plus dans l’information et l’accompagnement de grande qualité, mais aussi en ce moment crucial.

**Recherche dans le cadre de « bouger »**

Comment les victorieux se préparent-ils au mieux à un défi sportif de grande ampleur ? Cette question était à la base de Tria-GO!, un projet de recherche de l’UZA et de l’AZ Monica qui a préparé avec succès 12 victorieux et 12 buddies pendant 9 mois à un quart de triathlon. Les participants sont accompagnés et encadrés par des professionnels de A à Z. Les résultats de leur trajet et leur prestation forment la base pour une étude scientifique. Selon l’analyse, il s’avère qu’un cancer (sous traitement) n’entrave pas les prestations sportives, à condition d’être bien préparé.

Un quart de triathlon en entier nécessite une période de préparation particulièrement intensive. Maîtriser 1 des 3 disciplines est pour beaucoup réaliste. C’est l’objectif de sterkk, un projet de l’az groeninge. 21 victorieux participent en trio au quart de triathlon de Courtrai du 18 juin 2017. Les participants sont contrôlés au préalable, leur évolution est suivie via des tests d’effort. En tant que partenaire, c’est avec enthousiasme que Think-Pink soutient ce beau projet et attend avec impatience des projets dans d’autres hôpitaux.

**Pourquoi ces études et projets?**

Toujours plus de gens vivent avec et après un cancer du sein et font face à des conséquences sur le plan physique, psychique et social. Des conséquences qui ne s’arrêtent pas net une fois l’onco-revalidation prévue de 12 semaines écoulée. C’est pourquoi Think-Pink, en tant que campagne nationale contre le cancer du sein, s’investit à fond pour des projets qui prennent le relais après ces douze semaines.

***Think-Pink sensibilise à la problématique du cancer du sein et finance la recherche concernant le cancer qui touche le plus fréquemment les femmes.***

*Think-Pink répond à quatre objectifs précis : informer, sensibiliser, financer la recherche scientifique et soutenir les projets de soins avant et après le traitement. Think-Pink réalise ces objectifs via trois fonds. C’est ainsi que Coupe d’Éclat aide les femmes pour l’achat de leur perruque. Avec un petit geste ou un soutien particulier, le Fonds Share your Care de Think-Pink veut faciliter la vie durant ou après un cancer du sein, en Clinique du Sein mais également à l’extérieur. Et le Fonds SMART de Think-Pink finance la recherche scientifique concernant de nouvelles méthodes en matière de dépistage, de traitement et de suivi du cancer du sein en Belgique.*

**Contact de presse : Joke Carlier | 0479 76 36 00 | joke.carlier@think-pink.be**