Les Roses du Sud

Pédalons ensemble contre le Cancer du sein !

Cap vers la mer !

Cavaillon - Avignon - Sète

26 septembre - 2 octobre 2027



Crédit Photo : Frédéric SICARD



Pourquoi

Cap vers la mer ?

Pour un octobre 2027 intensément rose… pédalons ensemble contre le cancer du sein !

Selon la Haute Autorité de Santé, en France, une femme sur 8 sera confrontée au cancer du sein au cours de sa vie. Les études scientifiques le montrent : dans le cas du cancer du sein, **la pratique d'une activité physique diminue de 24 % le risque de récidive.**

Pour la 34ème édition d'Octobre Rose, 20 personnes touchées par cette maladie s'élanceront pour un périple de **260 km** à vélo sur les routes du Sud… Cap vers la mer !

Notre mission

- **Promouvoir l'activité physique avant, pendant et après le cancer du sein**
- **Encourager le dépistage précoce pour limiter la maladie**

7 jours à vélo

un défi pas si fou que cela !

En 2025, 19 femmes et un homme atteints du cancer du sein ont relevé le défi : 260 kilomètres à vélo, la première aventure "**Cap vers la mer !**" organisée par l'**association Les Roses du Sud**. Sept jours d'efforts, de partage, de solidarité qui leur ont permis de vivre une expérience riche en émotions, en dépassement de soi et en bonheur partagé.

Retrouvez leur aventure dans le film **RESILIENTES**
https://youtu.be/Wznnlr1u2rs?si=PBTDjsW1x8lk9n6v



Les Roses du Sud



Née en 2026, dans le sillage de la première édition de "Cap vers la mer !", l'association Les Roses du Sud, reconnue d'utilité publique, réunit des bénévoles, animés par une même volonté : faire vivre de nouvelles aventures à vélo itinérant à des personnes touchées par le cancer du sein.
Ensemble, ils se mobilisent pour permettre à chacun de retrouver confiance en soi, de repousser ses limites et de renouer avec le plaisir de bouger et de partager. Parce qu'au-delà des kilomètres, chaque aventure est une victoire sur soi-même, une parenthèse de liberté et une formidable leçon de solidarité.

Carnet de route

Top départ Cavaillon le 26 septembre 2027 !



Jour 1	Cavaillon → Avignon	35 Km
Jour 2	Avignon → Pont du Gard	43 Km
Jour 3	Pont du Gard → Arles	47 Km
Jour 4	Arles → Aigues-Mortes	40 Km
Jour 5	Aigues-Mortes → Palavas-les-Flots	45 Km
Jour 6	Palavas-les-Flots → Sète	40 Km
Jour 7	Retour Avignon en train	



La Caravane des Roses du Sud c'est 20 Roses du Sud + 10 encadrants

Nos besoins

Hébergement et restauration	23 000€
Transport	3 500€
Vélos	3 000€
Equipement / Habillement	2 000€
Frais préparation	500€
Encadrement / Accompagnateurs	2 300€
Communication	3 500€
Matériel Médical	500€
Assurances	700€
TOTAL	39 000€

POUR L'HÉBERGEMENT, LA RESTAURATION
Demi-pensions pour l'ensemble du peloton, repas et collations tout au long du parcours, déjeuner à l'arrivée avec l'ensemble des bénévoles.

POUR LE TRANSPORT
2 véhicules utilitaires 9 places accompagneront le peloton pour transporter les bagages, assurer la voiture balai et la logistique. Retour du peloton en train et des vélos en camion, de Sète vers Avignon.

POUR LES VÉLOS
Vélos en location, achat de matériel de réparation et divers équipement vélo (gourdes, selles ergonomiques, etc).

POUR L'ÉQUIPEMENT / HABILLEMENT
Des tee-shirts, des coupe-vent aux couleurs des Roses du Sud, des vêtements réfléchissants pour la sécurité, du matériel sécurité (talkie-walkies...).

POUR L'ENCADREMENT
2 accompagnateurs brevetés seront présents pour la préparation avant le défi et tout au long du parcours pour la sécurité et la conduite du peloton.

POUR LA COMMUNICATION
Des drapeaux pour les vélos, des oriflammes et des flyers pour les évènements dans les villes étapes.

POUR LA LOGISTIQUE MÉDICALE
La sécurité médicale des résilientes sera assurée par des professionnels de santé tout au long du parcours (médecin, infirmières, kinésithérapeutes). Matériels de secours et médical (trousse de secours, table de massage, etc.).

Ils nous ont déjà fait confiance...

TOYOTA · ufolep TOUS LES SPORTS AUTREMENT · MAIF · Crédit Mutuel · GSE · VÉLO LOISIR PROVENCE · APOTHICAL · opale Énergies engagées · SPORT 2000

Une communication audacieuse

Des rencontres seront organisées avec les élus des villes étapes, les comités départementaux de dépistage du cancer, les associations de lutte contre le cancer, les acteurs de promotion du vélo…
La caravane des Roses du Sud sera l'occasion d'échanger et de susciter espoir et solidarité auprès des populations rencontrées.



Un reportage vidéo sera proposé aux chaînes de télévision régionales et nationales dans le cadre d'Octobre Rose.



Des conférences de presse seront organisées pour sensibiliser les populations aux gestes préventifs… à commencer par la pratique d'une activité physique régulière !



Des annonces radio seront enregistrées pour accompagner l'arrivée de la caravane des Roses du Sud dans les villes étapes.

Partenaires financiers
Responsables médiatiques et journalistes
Rejoignez-nous
ensemble redonnons à la vie toute sa place !

Partenaires financiers

- **Associez-vous à la lutte contre le cancer** Bénéficiez d'un crédit d'impôt de 60 % à 66% grâce à vos dons aux Roses du Sud organisme d'utilité publique.
- **Participez au défi écologique** des « mobilités douces » en soutenant un projet itinérant à vélo sur le réseau des voies vertes et véloroutes de France et d'Europe…

Responsables médiatiques et journalistes

- **Relayez l'action des Roses du Sud** et contribuez à la diffusion de leur message de prévention contre le cancer du sein.
- **Devenez acteur de la promotion du sport au féminin** en couvrant le défi sportif de ces battantes !
- **APPOSEZ NOTRE LOGO SUR VOTRE SITE, VOS RESEAUX SOCIAUX …**

OFFREZ UNE IMAGE POSITIVE ET SOLIDAIRE EN SOUTENANT CETTE ÉQUIPE DE GAGNANTES ROSES !



Elles ont déjà vécu l'aventure ...



Dr Darmon

Améliorer la prise en charge, améliorer le pronostic c'est quelque chose de très important, même si la majorité des dames sont guéries par les traitements médicaux conventionnels, il y a beaucoup de choses à faire autour, comme l'activité physique.

Dr Serin

On sait qu'en terme de santé, les efforts que vous faites se traduisent par l'augmentation de votre qualité de vie, mais aussi en terme de guérison.

Christophe

Hélène m'a parlé de son projet. Je n'ai pas hésité un instant. C'est le plaisir de partager cette passion qui est le vélo. En fait, je suis fier de ces filles !

Franck

Quand on m'a annoncé un cancer du sein, j'ai été très surpris.Je suis là pour dire aux hommes que cela existe aussi. Ici, j'ai trouvé une famille.

Frédérique

J'ai toujours rêvé de faire un truc comme ça... C'est ma deuxième vie qui commence...

Sabrina

La maladie est un séisme. Mais ici, on voit qu'on est capables de beaucoup plus que ce qu'on pense.

Alexandra

Le sport m'a beaucoup aidée, je me suis très vite sentie mieux.
Après la maladie, on ne réfléchit plus deux fois : on fait les choses.

Nathalie

On ne se connaissait pas... aujourd'hui, on est une vraie équipe.
On se regarde : on sait...

Ils ont parlé d'elles ...



La Provence 1er octobre 2025

DE CAVAILLON À SÈTE

"Les Roses du Sud" ont pris leur envol

Le projet permet à vingt personnes atteintes ou guéries d'un cancer du sein de relier ensemble Cavaillon à Sète, à bicyclette.

Reçues ce dimanche matin avec les honneurs et beaucoup de bienveillance devant la mairie, en présence du maire de Cavaillon Gérard Daudet, une vingtaine de dames (ainsi qu'un homme) vous de rose vêtus ont enfourché leur vélo, direction Sète. Pour donner le top départ de cette belle aventure solidaire, ceux qui suivent (ou ont suivi) un traitement contre le cancer du sein, n'ont pas hésité à entamer un flashmob de belle facture.

De quoi leur donner du courage avant l'épreuve physique que représente ce périple cycliste long de 250 km, qui s'effectuera en six jours.

Car "Les Roses du Sud" ont de la suite dans les idées... et dans les jambes ! L



Un peu d'appréhension et une bonne dose de courage animaient les cyclistes tous de rose vêtus lors du départ. / PHOTO F.V.

l'association, Hélène Giorardin, à l'origine de l'initiative, a expliqué la genèse du projet : *"C'est à Cavaillon, en visionnant des courts-métrages lors du festival "Court c'est Court"*

logue à celle-ci. Dès lors, pour moi, c'était une évidence de reproduire cela dans le sud."

La vin... vestit pour cause"

emi plus tard, le rétisé. Le but de

cette kinésithérapeute - qui a également surmonté un cancer du sein - est de sensibiliser les gens sur l'importance du dépistage précoce et du rôle positif que peut apporter une activité physique, pendant et après le traitement. *"Cette épopée humaine, soutenue par de nombreux partenaires, qu'ils soient institutionnels ou privés, devrait prendre fin à Avignon le 4 octobre"*, où les vingt femmes fêteront en fanfare la fin de leur voyage.

"La matinée en rose, cela fait voir la vie d'une autre façon", avait dit en préambule Gérard Daudet, ajoutant que la Ville s'investissait pour *"cette noble cause"*. Et de citer, entre autres, le "Show octobre rose", un défilé de mode organisé par les commerçants (jeudi 16 octobre, salle du Moulin) ainsi que le retour programmé de la mammographie dans la cité cavare. C'est donc avec le cœur léger et l'avenir chargé de promesses que nos cyclistes se sont élancés.

Frédéric VASSE

Vaucluse Matin 29 octobre 2026

L'Isle-sur-la-Sorgue

Octobre rose : *Les Résilientes* diffusé au Ciné sur la Sorgue

Octobre touche à sa fin, la couleur rose s'est répandue partout afin que l'on se mobilise pour vaincre le cancer du sein. Vendredi 30 octobre, à 18 h 30, le Ciné sur la Sorgue s'associe aux Roses du Sud pour diffuser et débattre autour du film d'Olivier Meissel, *Les Résilientes* qui a suivi le défi que 20 malades ont relevé, au départ de Cavaillon. « Nous avons parcouru 260 km sur 5 jours, jusqu'à Sète, » se rappelle la L'Isloise Catherine Légier, aujourd'hui en rémission, mais toujours sous hormonothérapie. « 15 bénévoles étaient aux petits soins auprès de nous ! Ce ne fut que du bonheur et beaucoup d'amour et d'amitié. On se comprenait tous et on avait la joie de profiter de chaque ins-



20 malades du cancer du sein ont participé à ce défi organisé par Les Roses du Sud avec le soutien du réseau SAGE. Photo Olivier Meissel

tant ! Je tiens à remercier Hélène Josquin, kiné à L'Isle, qui a organisé ce défi (deux ans de travail) et je regrette de ne pouvoir être présente vendredi. La musique m'appelle à Prague ! » • 7,50 € dont tombola et dégustation - 50 % des recettes seront versées aux Roses du Sud

La Provence 5 octobre 2025

LES ROSES DU SUD

250 km à vélo, puis la fête à Avignon !

Dans le cadre de la 32e édition d'Octobre rose, le peloton parti de Cavaillon le 28 septembre et arrivé Sète le 3 octobre, avait nme objectif de mettre ap vers la mer". Ce sa- les 20 participants se unis pour célébrer ssite.



Le cortège de cyclistes est arrivé en début d'après-midi en centre-ville depuis la gare. / PHOTO R.B.

tout 22 personnes rrivées, ce samedi rle parvis de l'Opé- non au rythme de our l'événement Sud". Un par- à vélo, depuis 'à Sète, avant une grande profession- loint les 20 le cancers ades, qui dans le 'initia- SAGE, gynécolo- use. Elle a égale-

ment été rejointe par le réseau des kinésithérapeutes du sein. Hélène Josquin, kiné et organisatrice de l'événement souhaitait, dès le départ, en faire une aventure joyeuse et solidaire, ponctuée de chorégraphies. *"J'ai eu l'idée il y a 3 ans et cela a demandé 2 ans de préparation. Les niveaux à vélo étaient très disparates, certains ont dû reprendre des cours, mais à la fin, tout le monde y est arrivé. Nous sommes très fier*

C'est après av

gentin *Battantes* qu'elle a souhaité organiser ce périple.

L'activité physique adaptée pour diminuer le risque de cancer

"L'émotion était présente lorsque nous sommes arrivés devant la pancarte de Sète. Nous venions de parcourir 250 km et c'était la fin." Un événement qui souhaite valoriser l'activité physique adaptée et les mobi- douces afin de diminuer

d'avoir un cance éviter les récidive jectif était égalem liser le sujet du ca chez les hommes, plus rare, représent centaines de cas en plique la kiné, qui nue avec des confrè long du parcours pou les douleurs physique Elle ajoute égalem l'organisation d'un part. C'est Stéphani art-thérapeute qui s'e au groupe avec la mis chorégraphier les d lations : *"Il fallait une graphie simple pour q le monde soit à l'aise, un prétexte pour bouger ensemble !"* La déambu s'est terminée sur le parv l'église Saint-Agricol a d'un buffet bien mérité. casion pour Hélène Josqui conclure : *"Si je devais m un mot en avant, ce serait la silience."*

Romane BIENA

CAVAILLON La Provence 14 octobre 2026

"Les Résilientes" sont sur grand écran



Le cancer du sein a réuni ces "résilientes" qui ont utilisé le sport pour continuer à avancer. / PHOTO O.M.

De Cavaillon à Sète, 19 femmes et 1 homme ont pris la route à vélo, comme un pied de nez au cancer du sein. Une aventure portée à l'écran par Olivier Meissel.

"Le sport m'a beaucoup aidée, je me suis très vite sentie mieux. Après la maladie, on ne réfléchit plus deux fois : on fait les choses", résume Alexandra. Avec 20 autres personnes atteintes ou en rémission du cancer du sein, elle a parcouru 260 kilomètres en six jours, jusqu'à Sète en septembre 2025. Olivier Meissel, réalisateur, les a suivi pour les porter à l'écran. Son documentaire de 42 minutes, intitulé "Résilientes", porté par l'Association Les Roses du Sud et en collaboration avec le réseau SAGE, est à découvrir dans plusieurs salles. Ce docu-

mentaire permet à la fois de sensibiliser et de rappeler que le sport reste la meilleure manière de prendre soin de soi.

Des projections jusqu'au mois de novembre

Les projections sont à retrouver dans plusieurs villes : ce mercredi 14 octobre, dans la salle polyvalente de La Bastide-des-Jourdans (20 h 30) ; le vendredi 30 octobre au Ciné sur la Sorgue (18 h 30) ; le 19 novembre à Saint-Rémy-de-Provence au Ciné Palace (18 h 30) et à Cavaillon au cinéma La Cigale, le 20 novembre (18 h 30). À l'issue des projections, le public pourra échanger avec le réalisateur, mais aussi avec les femmes qu'il a portées à l'écran. Le film a, quant à lui, été sélectionné pour le festival La Roue à Toulouse, fin février 2027, et pour le festival VerOsons à Chambéry, début avril 2027.

Avignon Le Dauphiné 1 octobre 2025

Les Roses du Sud, le défi à vélo passe par la cité des Papes

Les Roses du Sud, une manifestation pour montrer que l'activité physique est un allié dans le combat contre le cancer.

Daniel Serin, président de Sainte Catherine, Institut du cancer Avignon Provence a accueilli dimanche après-midi les participants (es) au défi solidaire à vélo Les Roses du Sud.

Le groupe de 23 femmes et un homme tous co-combattants du cancer du sein se sont lancés dans une aventure humaine et sportive. Partis à 9 h 30 de Cavaillon le matin même ils vont sillonner la région en passant par Avignon, le Pont du Gard, Arles, Aigues-Mortes avec une arrivée à Sète le 3 octobre et un retour à Avignon le 4 octobre à partir de 13 h sur le parvis de la cité administrative.

« Le collectif donne la force »

« Il s'agit d'un message d'espoir et de solidarité car les Roses du sud rappellent que l'on peut continuer à avancer malgré l'épreuve de la maladie et que le collectif donne la force de franchir chaque étape sur



Le groupe appris à se connaitre lors de quelques sorties à vélo afin de tester les capacités physiques de chacun et chacune. Toutes et tous sont étonnés de voir ce qu'ils sont capables de faire. Photo Le DL/Françoise Arnaud

un vélo comme dans la vie » expliquent les responsables. Hélène Girardin, kinésithérapeute spécialisée dans le cancer du sein est à l'origine de l'événement et, après trois années de préparation, elle est émue de voir le groupe rassemblé pour cette belle aventure humaine. « Je me suis inspirée d'une association, les 4 S, qui avait organisé il y a 10 ans un parcours à vélo entre Chambéry et les Saintes-Maries-de-la-Mer » précise-t-elle.

L'objectif est de montrer que l'activité physique adaptée et les mobilités douces sont de véritables alliées, avant, pendant et après maladie. De plus, elles diminuent le risque de récidive. 10 ans après certaines participantes du groupe de Chambéry les ont rejoints à Sainte-Catherine afin de célébrer ensemble l'anniversaire de la première édition.

LE DAUPHINE libéré

Gérer un

Soutenez Les Roses du Sud, ambassadrices d'espoir

Retrouver la confiance dans son corps c'est retrouver de l'audace dans sa vie !





DEVENEZ NOTRE SPONSOR 2027

LES ROSES DU SUD

Pour nous joindre ou nous aider

contact@lesrosesdusud.org
Fabienne 06 63 82 55 86
Hélène 06 26 20 44 51
www.lesrosesdusud.org

les_roses_du_sud
Les Roses du Sud



Pédalons ensemble contre le Cancer du sein !

Création du logo et maquette de cette brochure réalisée par Valentine Champetier VCR

CRÉDITS PHOTOS : LES ROSES DU SUD, Olivier MEISSEL, , Frédéric SICARD