

PROJET VELO « Toutes à vélo endométriose » 2023

Projet solidaire, environnemental, sportif

RENNES – AMSTERDAM

Isabelle Pierquet

06.07.87.45.60

toutesavelo@gmail.com

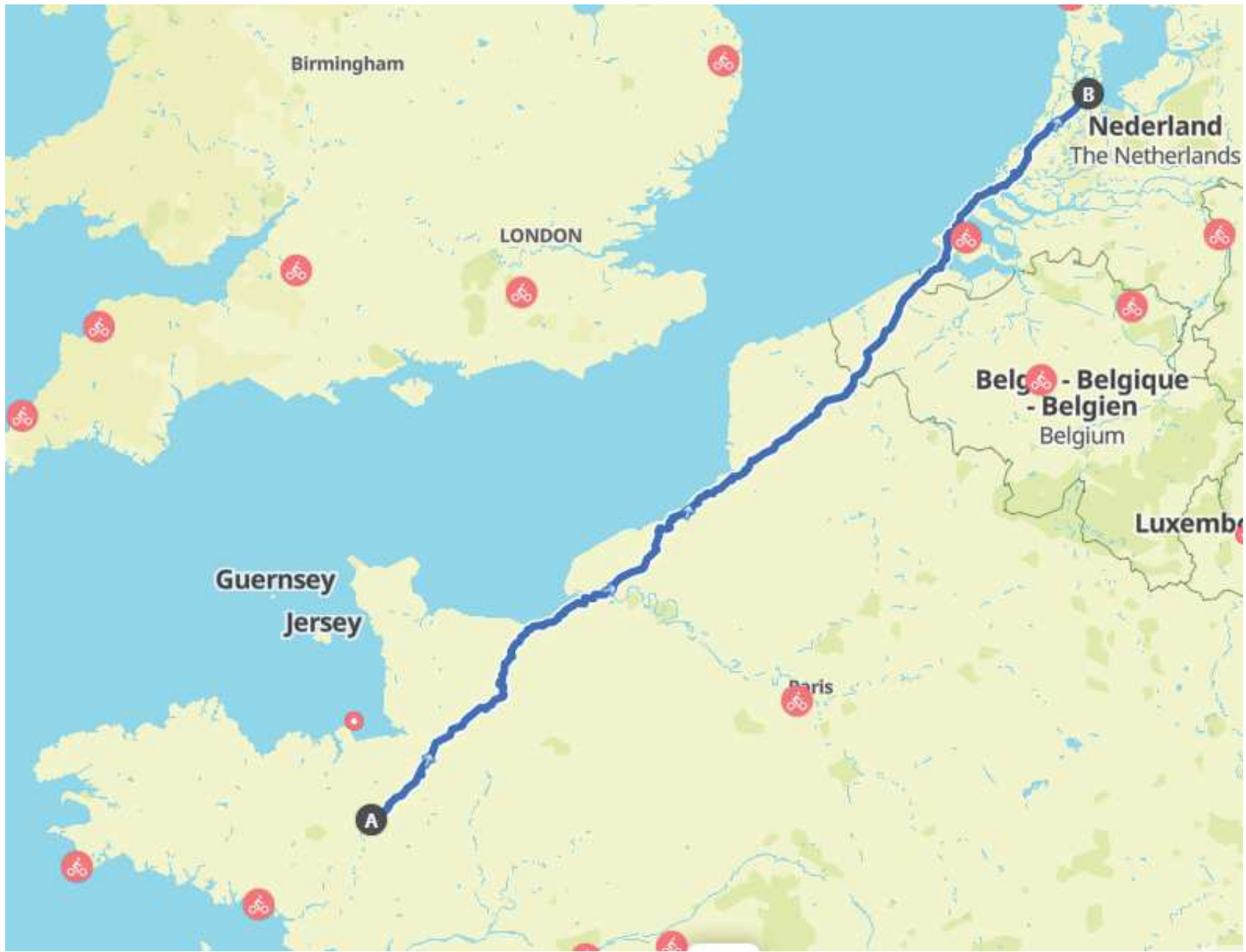
Facebook, instagram

<https://www.facebook.com/toutesaveloendometriose>

<https://www.instagram.com/toutesaveloendometriose/>



Date de départ le 15 juillet 2023



MON PARCOURS

Je me présente, j'ai 48 ans, et porteuse d'une endométriose diagnostiquée à mes 28 ans. Les douleurs, troubles digestifs ont commencé un an après l'arrivée de mes règles à l'âge de 14 ans. Durant 14 ans, ces troubles m'ont occasionné des difficultés dans ma vie quotidienne voire parfois, une impossibilité d'aller au lycée et plus tard au travail.

J'ai subi 3 interventions chirurgicales durant 7 ans et en parallèle, suivie un parcours FIV avec 6 échecs et au jour d'aujourd'hui, je ne suis pas maman.

Infirmière de formation, j'ai essayé de tenir bon mais il m'a fallu tout de même me réorienter car le travail en libéral à un moment donné n'était plus possible à cause des douleurs et troubles. Cela a été très difficile à vivre moralement. Ensuite, j'ai dû faire le deuil de la maternité. Mon couple a aussi volé en éclat.

LES RAISONS DE MA MOBILISATION

Ce long parcours et les années passants, **je me mobilise maintenant pour les jeunes femmes**. Pour que l'on puisse **être tous et toutes des acteurs de communication au sujet de cette maladie**, pas toujours visible et finalement pas grave mais qui peut être très invalidante.

J'aimerais que **le délai entre les douleurs et la pose du diagnostic soit largement diminué** : il est actuellement en moyenne de 7 ans ! il faut qu'une femme souffre 7 ans pour que le diagnostic d'endométriose soit posé. Cela ne peut plus durer ainsi au XXIème siècle.

On parle d'**1 femme/10 voire 2 femmes/10 touchée(s) par l'endométriose** avec des formes très variées et plus ou moins invalidantes, des atteintes au niveau des organes génitaux mais aussi parfois au niveau du tube digestif, des intestins, au niveau des reins, des poumons, des nerfs. Certaines femmes bénéficient d'une reconnaissance de personne handicapée et d'une reconnaissance d'affection longue durée.

MES EXPERIENCES PRECEDENTES

RENNES –METZ 2020: 900 kms→ **1500 euros collectés** pour la recherche sur l'endométriose

RENNES –ANGOULÊME 2021: 500 kms →**1400 euros collectés** pour la recherche sur l'endométriose soit **2900 euros collectés** pour la recherche médicale

RENNES-AMSTERDAM en vélo

Si je vous sollicite aujourd'hui, c'est parce que cette année, j'aimerais emmener des femmes avec moi pour qu'elles aussi puissent s'exprimer, expliquer, informer le public rencontré notamment lors des départs, des étapes pour les repas, des arrivées .

Alors, je compte sur vous ! A votre niveau, vous contribuerez ainsi à la réussite de ce projet et à la récolte des fonds pour la recherche médicale!!

Nos besoins sont :

- Compléments alimentaires, collations, boissons, matériel vélo (lampe vélo, feux arrières, gilets réfléchissants, tour de cou, coupe vent, chambre à air, clés allen, gourdes...), éventuellement prêt ou location de vélo pour les femmes qui n'en auraient pas.
 - Participation aux frais d'hébergement/collations, repas (par personne estimation à 500 euros/personne pour l'ensemble du voyage) et frais de transport pour le retour (230 euros/personne).
-

Objectifs et moyens mis en oeuvre

- Sensibiliser et informer sur l'endométriose : contacter les mairies des différentes communes d'arrivée et les clubs vélos des secteurs traversés
- Montrer aux femmes que bouger avec une maladie est possible et même, fait du bien mentalement : emmener au moins 5 femmes/étape chaque jour
- Créer de la solidarité autour de la maladie de l'endométriose : contacter les différentes unités médicales et associations spécialisées en endométriose des secteurs traversés, mobiliser des femmes atteintes d'endométriose et qui bougent peu et d'autres femmes
- Récolter des fonds pour la recherche médicale : chaque participant(e)s contribue par une petite participation (minimum 2 euros/participant(e))

Chaque participant est responsable de son matériel, de la gestion de l'étape, de sa conduite.

Le PARCOURS, LES ETAPES (prévisionnel, à adapter selon les lieux d'hébergement): 7 départements, 3 pays traversés.

Dates des étapes	Trajet	Kilométrages	dénivelés
J1 Première étape 15/07/2023	Orgères (35)- Rennes (35) - Fougères (35)	63 kms	↑440↓360m
J2 Deuxième étape 16/07/2023	Fougères (35)- Tinchebray Bocage (50) CD 36	73 kms	↑690 m · ↓640 m
J3 Troisième étape 17/07/2023	Tinchebray Bocage (50) - Caen (14)	69km	↑500 m · ↓660 m
J4 REPOS 18/07/2023	REPOS	REPOS	REPOS
J 5 quatrième étape 19/07/2023	Caen (14)- Beuzeville ou Quetteville(14)	70 kms	↑450 m · ↓400 m
J6 Cinquième étape 20/07/2023	Beuzeville ou Quetteville(14) - Rouen (76)	75 kms	↑460 m↓550 m
J7 REPOS 21/07/2023	REPOS	REPOS	REPOS
J8 Sixième étape 22/07/2023	Rouen (76)- Dieppe (76)-	64 kms	↑540 m↓550 m
J9 septième étape 23/07/2023	Dieppe (76)- Saint Valéry sur Somme(80)	61 km	↑460 m · ↓440 m
J10 REPOS 24/07/2023	REPOS	REPOS	REPOS

J11 huitième étape 25/07/2023	Saint Valéry sur Somme(80)- Hesdin (62)	72 km	↑520 m · ↓520 m
J12 neuvième étape 26/07/2023	Hesdin(62) - Bailleul (59)	75 km	↑430 m · ↓430 m
J13 dixième étape 27/07/2023	Bailleul (59)- Bruges(Belgique)	72km	↑339 m · ↓370 m
J14 REPOS 28/07/2023	REPOS	REPOS	REPOS
J15 onzième étape 29/07/2023	Bruges (Belgique) - Middelburg Pays-Bas	58 km	↑171 m · ↓191 m
J16 douzième étape 30/07/2023	Middelburg Pays- BasHellevoetsluis	67kms	
J17 Treizième étape 31/07/2023	Hellevoetsluis, Pays- Bas - Gouda	57kms	
J17 quatorzième étape 01/08/2023 ARRIVEE	Gouda - Amsterdam	50kms	
		TOTAL : 917 kms	

Venez roulez avec moi pour sensibiliser à l'endométriose !

DÉFI VÉLO 2023



Pour 10 ou pour 100 km, vous êtes bienvenus !

ENDOMÉTRIOSE

L'affaire de tous

DÉPART DE RENNES
LE 15 JUILLET 2023

CONTACT : Isabelle PIERQUET -
toutesavelo@gmail.com

  @toutesaveloendometriose

