

# Compte rendu de l'action Mars Bleu

## Mars Bleu, en quelques mots

---

A l'échelle nationale, le mois de **mars bleu** est une occasion de promouvoir le dépistage et la prévention contre le cancer colorectal. Malheureusement, malgré son statut de troisième cancer le plus fréquent en France (plus de 43 000 nouveaux cas chaque année), le nombre de dépistages reste faible en France et en Alsace. Tandis qu'un diagnostic précoce augmente considérablement les chances de guérisons et de survies, en effet, 9 patients sur 10 guérissent lorsque le cancer est pris en charge à temps.

C'est pourquoi, depuis plusieurs années désormais, le RCPO devenu le pôle APSA (Accompagnement Prévention Santé Alsace) organise en partenariat avec l'ADPS des actions de prévention au cours du mois de mars. Des études ont démontré l'importance de l'activité physique (AP) comme facteur de prévention contre le cancer, ce qui permet de promouvoir le dépistage de l'AP et d'encourager les personnes à pratiquer pour prévenir l'apparition de maladies chroniques comme le cancer colorectal.



Ainsi, diverses actions de prévention sont mises en place pendant cette période, avec quelques cadeaux à la clé mais surtout l'objectif de sensibiliser la population au dépistage du cancer colorectal. L'activité physique est une occasion privilégiée pour prendre soin de soi et de sa santé, au travers de quelques mesurent simples qui peuvent sauver des vies.

## La communication et les actions

---

Veillez trouver les différentes initiatives que nous avons pu mettre en place ainsi que les actions de communication et de sensibilisations réalisées au cours du mois.

### 1) Le fil bleu virtuel

Depuis la pandémie de Covid, nous avons lancé une forme de Mars bleu en ligne, qui se nomme le « **Fil bleu virtuel** ». Pour la troisième année consécutive, nous l'avons mis en place, il est accessible directement sur notre site internet, au lien suivant : <https://www.maisons-sport-sante-nature.org/maison-sport-sante-nature-alsace/mars-bleu/>.

Le fonctionnement étant le suivant :

- Pratiquer une activité physique peu importe sa nature (vélo, marche, course, canoé...)
- Entrer les kilomètres parcourus en cliquant sur lien ci-dessus

- Remplir vos données personnelles (nom, prénom, adresse électronique)
- Votre participation à Mars bleu est alors automatiquement enregistrée
- Tout comme votre inscription au tirage au sort final

En effet, votre nom est alors enregistré pour participer à un tirage au sort à l'issue duquel vous pouvez gagner 100€ de bon d'achat dans une enseigne sportive de la région. Ce chèque sera remis lors de la journée de clôture du 12 avril.

Au total, **1 244 kilomètres ont été recensés**, ce chiffre est malheureusement en baisse par rapport aux années précédentes. Le fil bleu fonctionne de la manière suivante : chaque enregistrement en ligne, permet de participer au tirage au sort final. A la clé, un bon d'achat de 100€ dans une enseigne sportive financé par l'ADPS. Ainsi, plus les participants entrent leurs kilomètres sur le site plus ils ont de chance de gagner le chèque final.

## 2) Journée sensibilisation à Sélestat

Lors du bilan de Mars Bleu 2022, nous nous sommes rendu compte qu'aucun des participants à la marche ne venait des autres antennes du réseau hors celle de Saint Nabor. Nous souhaitions ainsi organiser une **journée de sensibilisation** ainsi que promouvoir la marche du 13 avril dans l'objectif **d'augmenter la population touchée par mars bleu**. Nos nouveaux locaux de Sélestat étaient prêts tout comme les affiches à placarder dans l'hôpital et dans quelques commerces alentours.

L'objectif étant de rassembler des patients et des habitants ou travailleurs de la ville de Sélestat autour de nos tapis et de nos vélos, dans un **but de promotion de l'AP et du dépistage du cancer colorectal**. Malheureusement, par soucis de sécurité, les personnes auraient dû se munir d'un certificat médical pour venir pratiquer, c'est pour cette raison que nous n'avons finalement pas pu réaliser cette journée.

Nous ne nous sommes pas laissé abattre et avons poursuivi nos actions de sensibilisation auprès de nos patients bénéficiant du dispositif Prescri'Mouv. De plus, nous avons distribué des flyers (exemple ci-dessous) pour inviter à la marche du 12 avril. Cette communication, nous a apporté de nombreux retours positifs et beaucoup de patients étaient prêts à faire le déplacement, certains l'ont fait mais malheureusement la météo capricieuse du jour en a fait fuir une majeure partie d'entre eux.

## 3) Les publications Facebook

Tout au long de l'action, nous avons posté plusieurs publications (6) sur le Facebook de la Maison Sport Santé Nature Alsace. Celles-ci nous ont permis de toucher un total **1904 personnes**. Nous remarquons également que l'audience moyenne a largement augmenté au cours de la période promotion de l'évènement.

Pour résumer, voici le contenu de chacune d'entre elles :

- **Publication n°1 :**

Date : jeudi 23 février

Objectif : « teaser » mars bleu, annoncer son retour

Contenu : vidéo de présentation et sensibilisation au dépistage du cancer colorectal.

- Publication n°2 :

Date : mercredi 1<sup>er</sup> mars

Objectif : annoncer le début de mars bleu

Contenu : annonce du commencement du fil bleu virtuel et invitation aux participants de partager leurs activités dans les commentaires

- Publication n°3 :

Date : vendredi 10 mars

Objectif : encourager à la pratiquer d'une AP

Contenu : le premier défi de mars bleu aller pratiquer en autonomie et présentation du belvédère de Saint Nabor pour éventuellement s'y rendre



- Publication n°4 :

Date : lundi 27 mars

Objectif : encourager à la pratiquer d'une AP

Contenu : nouvelle semaine et donc nouveau défi pour mars bleu, aujourd'hui nous vous proposons de réaliser 2 marches d'au moins 30 minutes à votre rythme au cours de la semaine

- Publication n°5 :

Date : mercredi 5 avril

Objectif : convier un maximum de personnes à la marche

Contenu : flyer de la marche du 12 avril, invitation à celle-ci

- Publication n°6 :

Date : mardi 11 avril

Objectif : rappel de la marche et mise en avant des partenaires (Verexal et Fortwenger)

Contenu : promotion des partenaires et quelques points sur l'organisation de l'après-midi du 12 avril



#### 4) Flyer pour la « Marche contre le cancer »

Pour clôturer ce mois de lutte et de prévention, nous souhaitons mettre en place une journée permettant de marquer la fin de nos actions. Elle avait pour objectif de créer un **moment de convivialité** entre les participants tout en gardant à l'esprit la **prévention au cancer colorectal**.

Ce flyer a pu être distribué dans **l'hôpital de Sélestat**, quelques **commerces aux alentours**, aux **licenciés du club cœur et santé**, aux **bénéficiaires du dispositif Prescri'Mouv** et à tous les **habitants de la commune de Saint Nabor**. Au total, c'est plus de **300 flyers** qui ont trouvé preneur.

#### 5) Articles dans les Dernières Nouvelles d'Alsace

Enfin, nous avons également publié **2 articles dans le journal local** : Dernières Nouvelles d'Alsace (DNA). Le premier avait pour objectif de convier les habitants de la région à notre marche de clôture du 12 avril tout en rappelant l'importance du dépistage.

Le second (cf. partie suivante, journée de clôture) était quant à lui un résumé de la journée de marche accompagné de quelques chiffres à propos du cancer colorectal et les mots d'ordre de cette campagne de mars bleu.



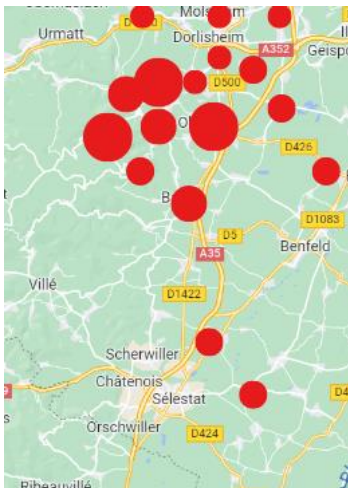
### La journée de clôture

Dans l'objectif de rassembler les personnes sous le signe de la convivialité, du partage mais surtout de la prévention, nous avons pu organiser une **marche de clôture le mercredi 12 avril à 14h30**.

Les participants avaient rendez-vous au 15 rue des carrières à Saint Nabor au niveau de la Maison Sport Santé Nature Alsace. Nous avons alors procédé aux inscriptions de chacune des personnes afin d'obtenir quelques données statistiques sur l'évènement.

Sous les coups de 14h45 les départs des marches ont été donnés en simultanée avec pour objectif de se réunir à quelques centaines de mètres de l'arrivée. Après une grosse demi-heure de marche sous un ciel menaçant, nous n'y échapperont pas mais les nuages gris n'ont eu raison de notre motivation. C'est donc bien trempé de la tête aux pieds mais tous regroupés que nous rejoignons le lieu de ravitaillement pour 16h. Grâce à nos 2 partenaires locaux que sont les **pains d'épices Fortwenger** ainsi que le **verger expérimental d'Obernai (Verexal)**, nous avons pu organiser un petit ravitaillement, composé de pommes, jus de poire et de pains d'épices pour remercier les participants. Sans oublier les petites bouteilles d'eau offertes par le Leclerc d'Obernai.

Par cette même occasion, Gary Reynaud a pu rappeler quelques chiffres sur le dépistage tout en encourageant les personnes présentes à le réaliser et en insistant sur l'importance de l'activité physique dans un objectif de prévention à la santé. M. Bertrand a pu enchaîner sur une présentation rapide de l'ADPS suivi des remises de chèques correspondant à 1 500€ pour le pôle APSA, 1 500€ pour le comité du Bas-Rhin de la Ligue contre le cancer ainsi que les 2 chèques cadeaux dans l'enseigne sportive. Pour clôturer cette journée, deux représentants du Comité du Bas-Rhin de la Ligue contre le cancer ont ajouté quelques mots sur le cancer colorectal et c'est sous un magnifique soleil que s'acheva cette journée.



Voici un compte rendu de cette journée au travers d'une cartographie permettant d'évaluer les cibles touchées lors au cours de la marche du 12 avril.

Au total, 44 personnes ont participé à la marche en ayant élargé parmi eux, une grande majorité de femmes (30) contre 14 hommes.

Il y a également 3 villages qui ont été plus représentés que les autres, parmi eux : Rosheim, Obernai et Saint Nabor qui était le village d'accueil. De plus, nous observons que le sud du département est peu représenté malgré notre communication forte dans cette zone probablement biaisé par la météo du jour.

Enfin, nous pouvons observer que 24 participants appartiennent à la tranche d'âge ciblée par le dépistage du cancer colorectal à savoir les 50-74 ans. Cependant les « plus jeunes » sont peu représentés tandis que la prévention est un point essentiel, peut être que ce chiffre est biaisé par le fait que la marche a eu lieu un mercredi.

Âge	Femme	Homme
0-20	3	1
21-30	1	0
31-40	0	0
41-50	3	1
51-60	2	0
61-70	11	5
71-80	8	3
80 +	2	4
Total	30	14

Tranche d'âge dépistage (50-74) 24