

**La CDB'Team,  
c'est  
vraiment pas  
des bêtises !**





# Cambrésis Dragon Boat Team



*Association loi 1901 reconnue d'intérêt général  
Mail : [cdbteamenvie@gmail.com](mailto:cdbteamenvie@gmail.com) - Facebook : CDB'Team Envie*



## Cambrésis Dragon Boat Team

### La CDB'Team, émanation de l'Association EnVie de Caudry

La Cambrésis Dragon Boat Team est un équipage qui **pagaie ensemble contre le cancer** :

- ↪ **Pagayer** pour garder ou reprendre une activité physique pendant ou après un cancer
- ↪ **Pagayer ensemble** en s'encourageant mutuellement et en partageant des moments de bien-être et de convivialité
- ↪ **Pagayer ensemble contre le cancer** dans un Dragon Boat, qui est une espèce de longue pirogue à tête de dragon, symbole de combativité contre la maladie et ses effets, tout en militant pour changer le regard sur le cancer

#### La petite histoire des Dragon Ladies :

En 1996, le premier équipage de Dragon Ladies a vu le jour au Canada sous l'égide du Docteur Mc Kenzie, convaincu que la reprise progressive d'un sport adapté après le traitement d'un cancer du sein avec curage axillaire est bénéfique. Il va à l'encontre de la sphère médicale de l'époque qui recommandait plutôt à ces femmes de limiter au maximum les activités sollicitant le bras, en prévention du lymphoedème.

Des équipages se créent ensuite aux Etats-Unis, en Australie puis en Europe, notamment à Florence en Italie.

En 2009, Reims est la première ville française à accueillir une équipe de Dragon Ladies « Ensemble pour Elles » dont l'émission Thalassa en mars 2013 relate le projet d'aller participer à la Voga Longa de Venise. D'autres villes les suivront.

La pratique du Dragon Boat est maintenant reconnue comme particulièrement adaptée après l'opération du cancer du sein, le mouvement s'effectuant du haut vers le bas avec principalement une contribution des muscles dorsaux.

C'est, à partir de septembre 2014, que l'Espace Ressources Cancers du Cambrésis propose un atelier d'Activité Physique Adaptée autour du Dragon Boat en nouant un partenariat avec le club de canoé-kayak de Cambrai présidé par Réginald DAZEUR. Garder ou reprendre une activité physique est essentiel dans l'accompagnement des malades du cancer.

Un équipage se forme alors autour de personnes ayant été ou étant touchées par le cancer ainsi que de proches et de soignants et très vite, le défi de la Voga Longa est lancé.

Il est relevé le 15 mai 2016 après deux ans de préparations, de réunions, d'actions pour récolter des fonds, de soutiens considérables de la part de nos partenaires, de nos amis et de nos familles.

Ce projet, porté par l'association En Vie présidée par le Docteur Manuella Le Berre- Frys et coordonné par Florence Domont et Emilie Bombart, a abouti grâce à une formidable dynamique collective.

*Association loi 1901 reconnue d'intérêt général  
Mail : [cdbteamenvie@gmail.com](mailto:cdbteamenvie@gmail.com) - Facebook : CDB'Team EnVie*



## Cambrésis Dragon Boat Team



La Voga Longa est une régate internationale de 32 km à la rame rassemblant chaque année plus de 1700 embarcations du monde entier sur la lagune et les canaux de Venise.

### ***Le mot de notre Présidente d'Honneur, Présidente de l'association EnVie, Docteur Manuella LE BERRE-FRYS :***

L'association EN VIE est née de la volonté du Docteur Noëlla Szerzyna, chirurgienne à la Clinique des Hêtres du Cateau qui souhaitait proposer des soins de support aux patients suivis pour un cancer, objectif corroboré par les plans cancer 2003/2007 et 2009/2013. Elle a bénéficié du soutien financier de la Roparun associée aux Ch'ti coureurs et obtenu le statut d'Espace Ressources Cancers sur le territoire du Cambrais Caudresis Catésis (soit 116 communes), délivré par l'Agence Régionale de Santé et le Conseil Régional. Depuis la Maison En Vie-ERC offre un lieu d'accueil, d'écoute et d'accompagnement convivial aux patients, leurs familles et proches ainsi qu'aux soignants. Pour cela, Florence et Emilie, respectivement coordinatrice et aide-coordinatrice, organisent la vie de la Maison En Vie, validée par le bureau de l'association tout en respectant le cahier des charges des ERC subventionnés.

Ainsi sont proposées des activités à visée thérapeutiques (Activité physique adaptée, diététique, socio-esthétique, sophro-relaxation, Qi-Qong, Art évasion, soutien psychologique, cafés-débats), gratuits, animées par des professionnels formés et sensibilisés à la pathologie du Cancer et son retentissement dans la vie de l'être humain. Parallèlement, l'association En VIE a souhaité développer des projets porteurs pour les patients. La VOGALONGA 2016 en est un. Cette course en Dragon Boat sur les canaux de Venise a nécessité près de 3ans de préparation, un investissement du Canoé-club de Cambrai et permis d'éclosion de la CBD'Team.

A ce jour, la CBD'Team est prête à voguer à son rythme vers d'autres canaux et fleuves. Pour concrétiser cela, elle a été intégrée comme émanation de l'association En VIE dans ses statuts en Mars 2017.

Nous lui souhaitons BON VENT et remercions toutes les personnes qui ont participé et permis cet envol.

*Association loi 1901 reconnue d'intérêt général  
Mail : [cdbteamenvie@gmail.com](mailto:cdbteamenvie@gmail.com) - Facebook : CDB'Team EnVie*



## Cambrésis Dragon Boat Team

***Le mot de notre Marraine, double championne d'Europe 2014-2017 de Boxe française et championne du monde en 2011, membre de l'équipe de France encore en 2017 et toujours au Punch Savate Club de Cambrai, Cindy DEMARLE :***

Quand les Dragons Ladies m'ont proposé d'être leur marraine, j'ai tout de suite accepté. J'avoue que je ne savais pas bien dans quoi je m'embarquais mais je trouvais le but de l'association très intéressant et très humain.

Et puis nous voilà embarqués dans cette formidable aventure pour aller voguer sur la lagune de Venise.

Entre les entraînements et les différentes actions menées pour récolter des fonds, nous avons appris à nous connaître et nous apprécier.

Le voyage à Venise avec cette régates de 32 km a vraiment resserré les liens de l'équipe.

J'ai rencontré dans cette association des femmes vraiment exceptionnelles et courageuses. C'est pour moi un privilège et une grande fierté d'être leur marraine.

Je suis très fière de ce qu'elles accomplissent. Merci à elles de me faire partager cette formidable aventure de vie.

## Un défi pleinement réussi en appelle un autre !

Une synergie qui donne naturellement naissance à la CDB'Team, devenue autonome de fonctionnement et de budget depuis l'Assemblée Générale Extraordinaire de cette association en date du 3 avril 2017.

Le partenariat avec le club de canoé-kayak de Cambrai est renforcé. Chaque membre de la CDB'Team devient adhérent du club et s'entraîne sur le canal de Saint Quentin le dimanche matin deux fois par mois grâce à leurs coachs Réginald DAZEUR et Thierry FLEITZ, appréciés de tout l'équipage, tant ils savent donner le meilleur de nous-même.

L'ensemble de l'équipage pagaie au rythme du tambour, placé à l'avant, juste derrière la tête du dragon et sous la direction du barreur debout à l'arrière.



*Association loi 1901 reconnue d'intérêt général  
Mail : [cdbteamenvie@gmail.com](mailto:cdbteamenvie@gmail.com) - Facebook : CDB'Team Envie*



## Cambrésis Dragon Boat Team

La CDB Team, après avoir vécu cette aventure humaine extraordinaire de la Voga Longa 2016, a pagayé de plus belle et s'est donné comme projet d'aller participer à une rencontre internationale de Dragon Ladies à Florence les 6, 7 et 8 juillet 2018. Plus d'une année d'entraînements, d'actions et de manifestations pour récolter des fonds mais surtout le soutien humain et financier de tous ces fidèles et généreux supporters, partenaires et sponsors ont permis de trouver le financement nécessaire à inscrire et emmener un équipage de 22 personnes.

Pour ce faire aussi, la CDB Team a dû adhérer en mai 2017 à l'IBPCP, International Breast Cancer Paddlers' Commission, qui est une organisation internationale regroupant des Dragon Ladies du Monde entier et qui organise tous les 4 ans un festival depuis 2005.



### 201 IBPCP Member Teams May 2017

Please consider becoming a member right now by filling out the [downloadable application form](#) for your team. There is a \$100 US membership fee for **life membership**. All correspondence should be directed to [committee@ibcpc.com](mailto:committee@ibcpc.com) please.

Map	Argentina AR	Australia AU	Austria AT	Belgium BE	Brazil BR	Canada CA	France FR	Germany DE
Hong Kong HK	Ireland IE	Israel IL	Italy IT	New Zealand NZ	Qatar QA	Singapore SG	South Africa ZA	
Spain ES	Taiwan TW	United Kingdom GB	United States US	Int'l				

#### France 3 teams

CDB Team, Caudry, Nord, France ✉  
Dragonnettes Toulousaines, Muret, Haute-Garonne ✉  
Droles de Rames, Annecy-le-Vieux, France ✉

C'était la première fois en 2018 que ce festival avait lieu en Europe occidentale et a regroupé 129 équipages venus de tous les continents. 17 pays étaient présents avec seulement 2 équipages français : les Drôles de Rames d'Annecy et la CDB Team !!!



2018 IBPCP PARTICIPATORY  
**DRAGON BOAT  
FESTIVAL**  
FLORENCE ITALY



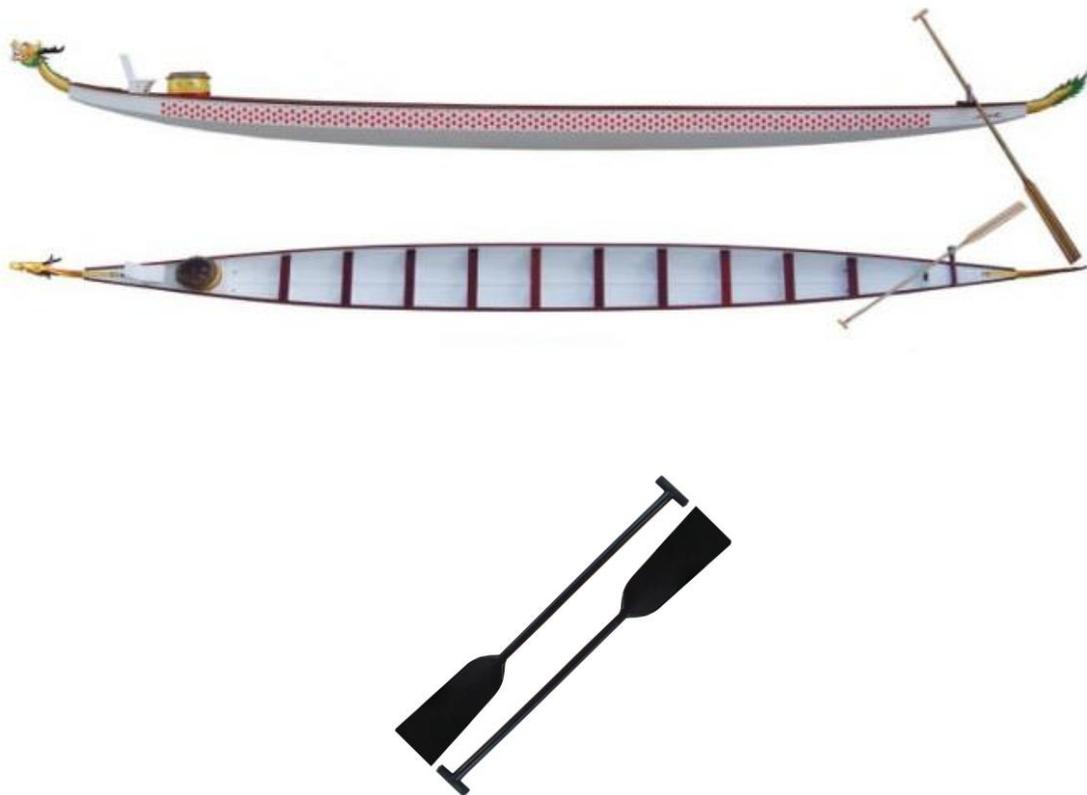
*Association loi 1901 reconnue d'intérêt général  
Mail : [cdbteamenvie@gmail.com](mailto:cdbteamenvie@gmail.com) - Facebook : CDB Team Envie*



## Cambrésis Dragon Boat Team

Trois jours de rencontres, de festivités, de courses et de partages avec des Dragon Ladies du Monde entier ! La CDB'Team s'est ainsi ancrée dans ce qu'elle est et doit être, un équipage qui pagaie ensemble contre le cancer avec toujours le même mot d'ordre : militer pour changer le regard sur la maladie en allant au-delà du cancer avec une farouche envie de vivre.

Son projet 2019 est de s'acheter un Dragon Boat en fibre de verre de 20 places (environ 8 000€) car son Dragon Boat en bois prêté par le club de canoë-kayak vieillit et est lourd à transporter... avec des pagaies en carbone (environ 150€ l'une ; 150€ x 20 = 3 000€) beaucoup plus légères et pourquoi pas une remorque pour le transporter pour aller à la rencontre des Dragon Ladies de France (5 500€)



*Association loi 1901 reconnue d'intérêt général  
Mail : [cdbteamenvie@gmail.com](mailto:cdbteamenvie@gmail.com) - Facebook : CDB'Team Envie*



# Cambrésis Dragon Boat Team

## L'équipage de la CDB'Team

Que les années futures nous permettent ensemble et grâce à vous de faire perdurer ce bel élan !

Parce que lorsque l'on se retrouve avec les Dragonneuses, ☺ Je me sens comprise et on partage de bons moments. Tout l'équipage est sympathique et j'arrive à oublier mes douleurs et mes angoisses et surtout, je partage ce moment avec mon petit Louis quand son papa est au travail.  
Merci.  
Corinne

Adhérer à la CDB'Team permet de m'associer à une équipe solidaire : c'est retrouver espoir et confiance en soi, se redonner du courage. C'est aussi s'étonner de pratiquer une activité que l'on n'aurait jamais pensé pratiquer. Voilà le côté positif de la situation.  
Marie-Jo

Je suis rentrée tout d'abord dans ce club pour faire de l'exercice ☺ ! Notamment pour me rééduquer le bras et remuscler un peu les abdos. Mais ce qui me tient le plus à cœur, c'est la bonne humeur, la générosité des unes et des autres, la solidarité. Le groupe est vraiment génial. Mon but est de continuer avec vous la route, même si je prends le Dragon en cours. Après Venise, il y a Florence, ; c'est une ville magnifique. Et je suis heureuse d'y retourner avec les Dragonneuses. ☺  
Lucienne L

Avec la CDB'Team, j'ai un projet et ça m'aide à affronter la maladie.  
Isabelle

Faire perdurer cette merveilleuse aventure humaine démarrée avec la Voga Longa.  
Sylvie

Depuis la belle réussite de notre projet Voga Longa, je me sens plus forte et apprécie beaucoup plus les entraînements. Pour moi, c'est un moment de pure évocation même si l'effort physique est là. Je ressens un mieux-être à l'issue de chaque entraînement (physique et mental). L'ambiance sur le bateau est de plus en plus agréable et je m'y sens tout à fait à l'aise car c'est un moment privilégié où l'on discute franchement de tout et de rien, beaucoup de rires également. Une vraie bouffée d'oxygène au sens propre et figuré. Ecoute, entente, solidarité, respect et beaucoup d'empathie sont les maîtres-mots de notre équipage. C'est donc en toute connaissance de cause et avec grand plaisir que j'ai participé au merveilleux projet de Florence.

Sylvianne

*Association loi 1901 reconnue d'intérêt général  
Mail : cdbteamenvie@gmail.com - Facebook : CDB'Team Envie*



## Cambrésis Dragon Boat Team

Après avoir vécu des moments très intenses avec toute l'équipe à Venise, c'était pour moi une évidence et un souhait que de vouloir continuer à faire encore un très long chemin avec la CDB'TEAM. J'y ai trouvé des personnes exceptionnelles, pleine de sollicitudes et de bons conseils, et des échanges très agréables. Notre équipage est très hétéroclite ce qui en fait notre force, notre dynamisme et je m'y sens bien et redynamisée après chaque nouvelle rencontre. Un mal pour UN BIEN : ma CDB'TEAM avec qui je suis partante pour encore de nombreux projets.

Christine B.

Avant mon adhésion à la CDB'Team, je n'avais pas le même regard sur la maladie, je pensais qu'après, on ne pouvait plus vivre et surtout penser normalement, qu'on était différente... Mais, après mon adhésion, je me suis aperçu que non, en discutant avec tous ces membres. Je suis comme avant, je peux encore vivre normalement, faire des projets à long terme, ce que je ne voulais plus faire. En gros, j'ai retrouvé ma joie de vivre. Ma famille, mes amis m'en ont fait la remarque ! J'en suis enchantée.

Marie-Hélène

L'aventure humaine, l'envie d'aller de l'avant, des rencontres, changer le regard.

Dominique

Faire partie de la CDB'Team, c'est « se prouver », « prouver » et « éprouver » conjugués à la première personne du pluriel... au passé, au présent et au futur !

\*nous nous sommes prouvées à Venise que nous pouvions avoir confiance en nous

\*nous prouvons tous les dimanches à l'entraînement et, au fil de nos rencontres et de nos actions, que tout est encore possible malgré la maladie \*et nous éprouvons toujours beaucoup de joie et d'enthousiasme à tenir notre place au sein de cette équipe de personnes extraordinaires au quotidien, qu'elles soient malades, proches, bénévoles, entraîneur, aidants... toutes sont indissociables et forment une sacrée CDB'Team dont je suis fière de faire partie.

Brigitte

Ce qui nous rassemble n'est a priori à souhaiter à personne : ce cancer qui isole, qui fait peur, qui meurtrit, qui rend différent à jamais... Mais nous dépassons tout ça, voulons montrer que l'on peut vivre avec et ainsi faire changer le regard sur la maladie.

Il nous a renforcés, il nous a rapprochés, il nous a soudés grâce à cette aventure humaine exceptionnelle qu'a été la Voga Longa 2016.

Et quand notre cri de guerre « La CDB'Team, c'est pas des bêtises ! » a résonné à Venise, je crois que nous désirions tous que ça dure encore. D'où le lancement d'un nouveau projet là-bas même : Florence 2018 ! Et puis maintenant en 2019, s'acheter notre propre bateau !

Un projet avant d'autres car ce sont les projets qui nous font regarder confiants l'avenir et cultivent notre farouche ENVIE DE VIVRE.

Sabine

Mail : [cdbteamenvie@gmail.com](mailto:cdbteamenvie@gmail.com) - Facebook : CDB'Team Envie



# Cambrésis Dragon Boat Team

*Association loi 1901 reconnue d'intérêt général  
Mail : [cdbteamenvie@gmail.com](mailto:cdbteamenvie@gmail.com) - Facebook : CDB'Team Envie*