

# Balafres.fr : un site entièrement dédié aux hommes sous traitement anti-cancer

Marié, trois enfants et consultant en stratégie commerciale, Pascal Konikowski est aussi passionné de voile, de moto et de cuisine. Hyperactif et enthousiaste, il pensait que rien ne pourrait l'arrêter. Pourtant, nous dit-il : « j'ai déjà été confronté au cancer avec mes parents et ma sœur ... et je me suis aperçu que le cancer pouvait frapper à tout moment n'importe qui ». Atteint lui-même d'un cancer, Pascal a créé Balafres.fr, un site entièrement dédié aux cancers des hommes, qui parle des traitements, de la relation aux autres, d'esthétique, d'alimentation et... de virilité!

**NutraCeutical : Pourquoi avoir créé balafres.fr ?**

Pascal Konikowski : En février 2020, on m'a détecté une tumeur proche de l'intestin ainsi que des métastases sur le foie. L'opération chirurgicale a été suivie de traitements lourds (chimio et radiofréquence hépatique).

J'ai alors recherché sur Internet des informations sur le cancer, ses traitements et la façon de mieux vivre les effets secondaires. Je me suis alors aperçu qu'il n'existait que très peu de sites spécialisés pour les hommes atteints d'un cancer. Ils étaient parfois trop scientifiques et peu abordable pour un béotien ou bien ils ne s'adressaient qu'aux femmes. Pourtant les hommes, eux aussi, ont des demandes spécifiques : outre la connaissance de la maladie et des traitements, ils souhaitent aussi savoir comment s'habiller lorsqu'ils deviennent chauves par les traitements, comment s'adresser à leurs enfants ou comment vivre sa sexualité pendant le traitement. J'ai également découvert qu'il existait des cancers spécifiques aux hommes : notamment le cancer de la prostate et le cancer des testicules. Et sur ces sujets spécifiques le silence est de mise ! Les hommes ont de grandes difficultés à s'exprimer, à communiquer, notamment sur ces sujets tabous ! J'ai donc décidé de créer le site que j'aurais aimé trouver et qui n'existait pas encore ; un site qui s'adresse uniquement aux hommes, dont le ton serait positif voir espiègle et qui permettrait aux hommes de mieux comprendre et donc mieux vivre le cancer.

Le ton est viril, le contenu documenté et vulgarisé.

**NC : Aujourd'hui, qui en bénéficie ?**

PK : Bien entendu tous les hommes qui viennent de découvrir leur maladie mais également souvent leur conjoint, famille et amis qui souhaitent, eux aussi, comprendre le cancer et ses conséquences... Mais aussi le personnel soignant qui utilise le site balafres.fr comme support pour expliquer la maladie et la manière de mieux la vivre. Par exemple, certaines infirmières m'ont indiqué qu'elles utilisaient l'article sur la sexualité qui n'était parfois pas un sujet facile à aborder



avec un homme. Le site est également utilisé comme un prétexte pour réunir des hommes dans un hôpital : on leur parle de balafres et finalement cela permet de libérer leur parole.

**NC : Quelles ambitions pour les balafres ?**

PK : Notre ambition est de devenir le site référent pour les hommes atteints d'un cancer, d'avoir une portée nationale voire francophone. Nous souhaitons associer nos efforts avec tous les acteurs qui œuvrent dans ce sens, notamment en travaillant sur des actions communes avec différentes associations afin de pouvoir réaliser des campagnes de sensibilisation et de prévention des cancers masculins.

Notre objectif : libérer la parole des hommes!

**Présentation du concept de Balafres.fr**

Qu'est-ce que balafres.fr, que raconte ce blog?

Le site Balafres, réservé aux hommes, est essentiellement composé de 5 parties :

- Les traitements : « Je suis un dur mais je me soigne »
- L'esthétique : « Qu'est-ce qu'elle a ma gueule ? »
- La relation aux autres : « Et ma team ? »
- L'alimentation : « Qu'est-ce qu'on mange ? »
- La virilité : « C'est qui le mec ? »

Il couvre donc l'essentiel des sujets que l'on souhaite découvrir lorsque l'on vient d'apprendre que l'on est atteint d'un cancer. Bien entendu de nouveaux sujets enrichissent le contenu chaque mois.

*Interview : Olivier Roca, PhD  
Directeur de communication Science et Médecine*

Site web : [www.balafres.fr](http://www.balafres.fr)