

# La Semaine **Rose**

**du 14 au 20 octobre 2024**



Cormontreuil



Une semaine dédiée à **la prévention, au dépistage** du cancer du sein et à **l'information** sur les soins de supports

La commune, ses associations, bénévoles ainsi que des acteurs extérieurs vous proposent une semaine dédiée à la prévention du cancer mais aussi des informations sur les soins supports, le soutien qui peut être apporté, aux personnes atteintes mais aussi aux aidants.

**CORMONTREUIL**

**SE MOBILISE CONTRE LE CANCER DU SEIN**

**PROTÉGEONS TOUTES LES PERSONNES QUE NOUS AIMONS !**

**1 femme sur 8\***

Risque d'être touchée par le cancer une fois dans sa vie

**Plus de 60.000**

Femmes atteintes chaque année

**12.000**

Décès en France chaque année

**88%**

De taux de survie si dépisté tôt, au stade localisé

\*1% des hommes sont touchés par le cancer du sein

## Lundi 14 octobre

Avec le comité de la Marne Ligue contre le cancer

### Animation autosurveillance



De 14h à 17h à la MJEP

Même si les dépistages sont organisés à partir de 50 ans, il est recommandé à toutes, en complément des mammographies, quel que soit l'âge, de pratiquer l'autoexamen régulièrement. Les hommes aussi, qui représentent 1% des cas de cancer du sein !

### Projection "Le souffle du dragon"



À 18h au Lavoir

"Le souffle du dragon" est un téléfilm français réalisé en 2022 par Stéphanie Pillonca d'après un scénario de Clément Koch et qui développe le thème de la résilience par le sport. Le film est mis à notre disposition gratuitement par l'association "Ensemble pour Elles".

### Table ronde : " Parlons dépistage et soins de support" À 19h45



Après une pause et des rafraîchissements offerts par la commune, la table sera animée par Philippe Chêne avec comme invités Norbert Bigeat, administrateur national à la Ligue contre le cancer, et le Dr Aurélie Bertrand du CDCDC de la Marne...

Inscriptions sur notre formulaire en ligne [www.cormontreuil.fr](http://www.cormontreuil.fr)

## Mardi 15 octobre : Le bien-être par le mouvement

### Atelier Ki'Danza®

Par Elodie Rougeaux, de 10h30 à 11h30 à la MJEP

"Lorsque j'enseigne la Ki'Danza® dans les cours collectifs, je veux transmettre la joie, faire circuler l'énergie positive. Je souhaite que les participants(es) se libèrent et trouvent ou retrouvent une harmonie intérieure avec la danse, la musique et leur propre perception du mouvement."

Inscriptions : [mjep.cormontreuil@wanadoo.fr](mailto:mjep.cormontreuil@wanadoo.fr)



### Stand Siel Bleu

De 14h à 17h à la MJEP, tenu par Laurie Clarenne

Siel Bleu est une association à but non lucratif, qui donne la possibilité à chacun, quels que soient ses capacités, son lieu de vie et sa situation financière, d'améliorer sa santé et son bien-être tout au long de sa vie.

### Marche rose 9,5 km

À 14h par la section marche de la MJEP

Une participation de 5€ sera demandée au profit d'Octobre Rose. **Inscriptions : le jour J à la MJEP**

### Conférence : prévention, cancer du sein, maladie chronique...

### L'activité physique adaptée : Quoi ? Pourquoi ? Comment ? et Où ?



À 16h30 au Lavoir, par Laurie Clarenne

Sensibiliser à la pratique d'activité physique en déterminant son niveau et ses leviers motivationnels.

**Inscriptions sur notre formulaire en ligne sur : [cormontreuil.fr](http://cormontreuil.fr)**

## Mercredi 16 octobre : Prévention et information

### Atelier d'autopalpation De 14h à 17h avec l'Institut Godinot, à la médiathèque

En apprenant les bons gestes et en ayant les bons réflexes, cette pratique mensuelle peut amener à détecter des tumeurs précocement et permettre une prise en charge rapide. Le dépistage des cancers du sein, c'est tout au long de l'année. À savoir : 1% des cancers du sein touche les hommes. **Entrée libre le temps de l'animation**

### Stand Ressource

#### De 14h à 18h, tenu par Denis-Jonet, au Lavoir

Le Centre Ressource de Reims, lieu d'accueil et d'accompagnement de personnes touchées par le cancer et leurs proches, est ouvert depuis mai 2017.

Association loi 1901 à but non lucratif, ce Centre est composé de bénévoles qui vous accueillent et qui interviennent pour vous aider à retrouver une qualité de vie et la santé.

#### Le Centre Ressource de Reims est :

- . Indépendant des structures de traitement. Il ne pratique pas de soins médicaux,
- . Dédié au mieux-être afin de devenir acteur de sa santé, responsable et autonome,
- . Un lieu de partage et d'écoute qui regroupe de multiples activités de bien-être et de soutien psychologique,
- . Accessible à tous sans condition de revenus.



## Jeudi 17 octobre

### Prendre soin de son corps et de son esprit

#### Atelier marche nordique

##### De 10h30 à 11h30 à partir du parc Jean-Saintin

Activité douce tout en étant tonifiante, la marche nordique est très recommandée comme sport santé. C'est une activité physique simple, complète et accessible à tous, quel que soit son âge ou sa condition physique.

Inscriptions : [eri@reims.unicancer.fr](mailto:eri@reims.unicancer.fr)  
ou 03 26 50 41 91

#### Stand Godinot

##### De 10h à 18h, à la MJEP

##### tenu par Sylvie Gendarme

Association de bénévoles d'accompagnements et usagers de l'Institut Godinot. Vente d'objets au profit d'Octobre Rose Godinot.

#### Pique-nique partagé et moment soins de 12h à 13h30 à la MJEP

Avec une socio-esthéticienne de l'Institut Godinot et Edith Rigaut, pratiquant le tatouage 3D. Venez avec votre pique-nique pour partager un moment avec les participants.

Inscriptions : [eri@reims.unicancer.fr](mailto:eri@reims.unicancer.fr)  
ou 03 26 50 41 91

#### Atelier danse bien-être

##### De 14h à 15h à la MJEP

##### par Brigitte Hilairet et François Bauchet

Besoin de bouger votre corps et de vous libérer l'esprit en toute confiance, ce sont les objectifs de cet atelier.

#### Atelier Tango argentin

##### De 15h30 à 16h30 à la MJEP

##### par Brigitte Hilairet et François Bauchet

Il s'adresse à tout type de public, à un public habituel avec les cours collectifs et particuliers du soir, ainsi qu'à des publics spécifiques comme les seniors, les scolaires et étudiants, les personnes souffrant de handicap ou de maladies chroniques.

Inscriptions : [eri@reims.unicancer.fr](mailto:eri@reims.unicancer.fr) ou 03 26 50 41 91

#### Lectures et concert Chorale "A4 Voix"

À 19h au Lavoir, Nathalie Azam, metteuse en scène, proposera la lecture d'extraits d'une future pièce de théâtre en lien avec l'Institut Godinot écrite à partir de témoignages de patientes. Ainsi qu'une lecture de textes rédigés par des patientes.

##### À 20h au Lavoir,

débutera le concert de la chorale "A4 Voix".

Tarif : 5 €, reversé au profit de l'Institut Godinot et de la Ligue contre le cancer.

Inscriptions : [mjep.cormontreuil@wanadoo.fr](mailto:mjep.cormontreuil@wanadoo.fr)



## Vendredi 18 octobre

### Match de basket féminin



A 19h, avec la section féminine de l'Association Cormontreuil Champagne Basket, au gymnase de la Paix.

Entrée : 1 € au profit de l'Institut Godinot et de la Ligue contre le cancer



## Samedi 19 octobre

### Atelier de tricot urbain

De 15h à 17h à la médiathèque  
Création d'une œuvre commune en tricot rose qui viendra décorer l'un des arbres du parc Jean-Saintin. Débutants acceptés.



Inscriptions :  
formulaire sur [cormontreuil.fr](http://cormontreuil.fr)  
ou [mediatheque@cormontreuil.fr](mailto:mediatheque@cormontreuil.fr)



### Atelier théâtre d'improvisation

De 13h à 15h30 à la MJEP, animé par Jérôme Voisin de la Compagnie "Les Piafs improvisent"

Venez découvrir cette discipline qui permet un travail sur soi-même ayant pour objet de faire tomber les résistances et de donner accès aux capacités expressives, émotionnelles et relationnelles.

Inscriptions : [eri@reims.unicancer.fr](mailto:eri@reims.unicancer.fr)  
ou 03 26 50 41 91

### Cabaret de théâtre d'improvisation

À 20h30 au Lavoir  
avec la Compagnie "Les Piafs improvisent"

Née en 2014, la troupe d'improvisation des Piafs de Reims est composée d'une dizaine de comédiens qui se relaient à chaque spectacle pour vous faire sortir de votre quotidien.

Billetterie : [www.lespiafs-impro.fr](http://www.lespiafs-impro.fr)



## Dimanche 20 octobre

### Marches roses de 5,6 km et 9,5 km

A 9h par la section randonnée de la MJEP

Une participation de 5 € au profit de Octobre Rose

Inscriptions : le jour même sur place à la MJEP

## TOUTE LA SEMAINE

### Exposition de portraits de femmes

Aux heures d'ouverture de la mairie, salle Michel-Voisin

Exposition mise à disposition par le comité de la Marne de la Ligue contre le cancer.

### Vente de livres au profit de l'Institut Godinot

et de la Ligue contre le cancer à la médiathèque, pendant les horaires d'ouverture.

### Vente d'objets au profit de l'Institut Godinot

et de la Ligue contre le cancer à la MJEP, pendant les horaires d'ouverture, confectionnés par les bénévoles :

- Des sections MJEP : Art du fil, poterie
- Des membres de la FNACA
- Des pensionnaires de la Résidence Bord de Vesle
- Des bénévoles anonymes

## ET UN PEU AVANT...

### Un loto sera organisé par la MJEP

À 20h à la salle polyvalente, **vendredi 11 octobre**, sur réservation, 1 € par chaise reversé à Octobre Rose  
Inscriptions : [mjep.cormontreuil@wanadoo.fr](mailto:mjep.cormontreuil@wanadoo.fr)

Mise en place d'un bac permettant de recevoir tous **clichés de radiographie du 1<sup>er</sup> au 31 octobre à la MJEP** qui sera repris par le centre ressource pour recyclage.

### Un projet de la mairie en collaboration avec :

- MJEP Cormontreuil
- Institut Godinot
- Comité de la Marne de la Ligue contre le cancer "Ensemble pour Elles"
- Centre Ressources de Reims
- Danse Bien-être - Brigitte Hilaret
- Siel Bleu
- Tango argentin - Caminitodetango.fr
- Ki'Danza- Elodie Rougeaux
- Cie "Les Piafs improvisent"
- Association Cormontreuil Champagne Basket