

PROGRAMME



octobre

rose

CHARNAY-LÈS-MÂCON

CLUNY

MÂCON

TOURNUS

Le Mâconnais Sud Bourgogne s'engage
aux côtés des collectivités et partenaires
pour le dépistage du cancer du sein

PROGRAMME

CHARNAY-LÈS-MÂCON | CLUNY | MÂCON | TOURNUS

Tout le mois d'octobre - Exposition

> TOURNUS - Commerces

Exposition de tableaux réalisés par les artistes de l'association des 3 AT sur le thème *Seins dévoilés*. Organisée par l'association Vivre au féminin et avec le soutien de l'association Commerces en Tournugeois.

GRATUIT
Ouvert à tous

Mardi 2 octobre - Ateliers découverte

> MÂCON - Polyclinique du Val de Saône

De 10 h à 11 h et de 11 h à 12 h :

● **Atelier relaxologie** animé par Laëtitia Ponelle, relaxologue.

De 13 h à 16 h :

● **Atelier gymnastique de vie** (inspirée des arts martiaux) animé par Anthony Bonin, éducateur activité physique adaptée à la MJC de Bioux.

GRATUIT
Ouvert à tous

Mercredi 3 octobre - Forum rose

> CLUNY - Centre social - De 10 h à 12 h

● Trico'thé rose

Les personnes qui le souhaitent pourront trico'thé rose. Ce temps permettra d'échanger autour de cette thématique et les réalisations pourront être exposées à l'accueil du Centre social (serre-tête, bracelets, écharpes, etc.).

● Atelier créatif

Réalisation d'objets principalement roses pouvant être exposés ensuite au sein de la Résidence Bénéтин.

● Atelier autopalpatation

Temps de sensibilisation à l'autopalpatation, encadré par Marie-Christine Pereira et Myriam Benoît, sages-femmes à la Maison de Santé du Clunisois.

GRATUIT
Ouvert à tous

Vendredi 5 octobre - Ateliers autopalpatation

> MÂCON - Polyclinique du Val-de-Saône

De 10 h à 16 h :

Journée d'information et de formation à l'autopalpatation.

GRATUIT
Ouvert à tous

Samedi 6 octobre - Repas rose

> MÂCON - Halles Saint-Pierre - À 12 h et 19 h

Pour chaque repas, 3 € reversés aux Fées Papillons.

16 €
Ouvert à tous

Samedi 6 octobre - Lancer de soutiens-gorge

> MÂCON - Place Saint-Pierre - 14 h

Organiser par les Fées Papillons et avec la participation des Trieurs de sons.

GRATUIT
Ouvert à tous

Samedi 6 octobre - Spectacle des Fées Papillons Voyage au bout de soi

> MÂCON - MJC de l'Héritan - 16 h

L'annonce d'un cancer marque le début d'une odyssée solitaire et radicale. Comment vivons-nous cette expérience, par quelles étapes passons-nous ? Que découvre-t'on de soi ? L'association propose une mise en scène de cette traversée chargée d'émotions, de bienveillance et d'énergie positive ainsi qu'un recueil écrit issu d'ateliers créatifs. Entrée libre avec chapeau.

Ouvert à tous

Samedi 6 et dimanche 7 octobre

Stand d'information de la Ligue contre le cancer

> CLUNY - Fête de la pomme - Salle des Griottons

GRATUIT
Ouvert à tous

Mardi 9 octobre - Stands d'information

> MÂCON - Polyclinique

du Val-de-Saône - De 11 h 30 à 17 h

Proposés aux patients, personnels et visiteurs de la polyclinique.

● **Les Fées Papillons** : séances de massages assis et réflexologie plantaire.

● **Ligue contre le cancer**

GRATUIT
Ouvert à tous

Mardi 9 octobre - Ateliers découverte

> MÂCON - Polyclinique du Val-de-Saône

De 10 h à 16 h :

● Natation

Découverte du programme Nagez Forme Santé animé par Mâcon Natation.

● Marche nordique

Découverte du programme Athlé Santé (démonstration de la marche nordique autour de la polyclinique) animé par l'Entente Athlétique Mâconnaise.

GRATUIT
Ouvert à tous

Mercredi 10 octobre - Trico'thé rose

> CLUNY - Centre social - De 10 h à 12 h

Les personnes qui le souhaitent pourront trico'thé rose. Ce temps permettra d'échanger autour de cette thématique et les réalisations pourront être exposées à l'accueil du Centre social (serre-tête, bracelets, écharpes, etc.).

GRATUIT
Ouvert à tous

Vendredi 12 octobre - Conférence Le cancer du sein organisée par l'ARHD et Les Fées Papillons

> MÂCON - Amphithéâtre Guillemin - De 15 h à 17 h

La conférence abordera la prévention, l'attente du diagnostic, la décision éclairée des praticiens et du malade, les traitements, ainsi que les aides extérieures et complémentaires pendant et après le traitement. Animée par Fabrice Lorchel, oncologue, et Hervé Tixier, gynécologue obstétricien.

10 €
Ouvert à tous

Vendredi 12 octobre - Marche rose sur le Tracé de la plume, suivie d'un apéritif rose

> MÂCON - Place Saint-Pierre - De 17 h 30 à 20 h

Venez partager un moment convivial, animé par le comédien Thomas Volatier sur le Tracé de la plume de Mâcon (boucle d'1,5 kilomètre). Vêtements ou ornements roses souhaités pour l'occasion. Rendez-vous à 17 h pour un départ à 17 h 30. Stands d'information et apéritif dans le Grand salon de l'Hôtel de Ville.

GRATUIT
Ouvert à tous

Vendredi 12 octobre - Ciné-discussion
> CHARNAY-LÈS-MÂCON

GRATUIT
Ouvert à tous

Salle du Vieux temple - 20 h 30



De plus belle d'Anne-Gaëlle Daval, avec Florence Foresti, Mathieu Kassovitz, Nicole Garcia (2017).

Lucie est guérie, sa maladie est presque un souvenir. Sa famille la pousse à aller de l'avant. C'est ainsi qu'elle fait la connaissance de Clovis, charmant, charmeur et terriblement arrogant.

En présence d'Annie Thirion, gynécologue et présidente d'ADÉMAS 71.

Samedi 13 octobre - Marche rose

GRATUIT
Ouvert à tous

> CLUNY - De 9 h 30 à 13 h

Marche conviviale d'environ 1 h 30 dans le centre de Cluny, accessible à toutes et à tous. À l'arrivée place du marché, apéritif offert et stand d'information de la Mutualité Française. Vêtements ou ornements roses souhaités pour l'occasion. Rendez-vous à 9 h 30 au parking du Prado pour un départ à 10 h.

Lundi 15 octobre - Stand d'information

GRATUIT
Ouvert à tous

> MÂCON - Centre hospitalier - De 11 h à 18 h

Proposé par les Les Fées Papillons aux patients, personnels et visiteurs de l'hôpital. Séances de massages assis et réflexologie plantaire.

Lundi 15 octobre - Atelier autopalpatation

GRATUIT
Ouvert à tous

> TOURNUS - Cabinet médical de la rue Blanche (2 rue Blanche)

De 12 h à 14 h et de 18 h à 19 h

Animé par Caroline Boisseau et Morgane Clerc, sages-femmes.

Lundi 15 octobre - Café des femmes et des couples

GRATUIT
Ouvert à tous

> TOURNUS - Cabinet médical de la rue Blanche (2 rue Blanche) - 19 h 30

Café des femmes sur le thème d'Octobre rose autour des cancers féminins animé par Marie-France Roussel, psychologue, Caroline Boisseau et Morgane Clerc, sages-femmes, et Claudette Veyseyre, sexologue. Organisé par l'association Vivre au féminin. Avec projection du film documentaire *Déroutes* et *Parcours* suivie d'une discussion.

Mardi 16 octobre - Petit-déjeuner

GRATUIT
Ouvert à tous

> TOURNUS - CCAS - 9 h 15

Animé par Sandra Humbert et Morgane Clerc, sages-femmes. Présentation des principales idées reçues sur le cancer et ses conséquences, sensibilisation à l'autopalpatation à l'aide d'un diaporama et temps de questions-réponses et d'échanges.

Mardi 16 octobre - Atelier découverte de l'aviron santé

GRATUIT
Ouvert à tous

> MÂCON - Polyclinique du Val-de-Saône

De 10 h à 16 h

Proposé aux patients, personnels et visiteurs de la polyclinique. Démonstration de l'activité sur ergomètre, animée par les Régates Mâconnaises.

Mercredi 17 octobre - Trico'thé rose

GRATUIT
Ouvert à tous

> CLUNY - Centre social De 10 h à 12 h

Les personnes qui le souhaitent pourront trico'thé rose. Ce temps permettra d'échanger autour de cette thématique et les réalisations pourront être exposées à l'accueil du Centre social (serre-tête, bracelets, écharpes, etc.).

Mercredi 17 octobre - Ciné-discussion

GRATUIT
Ouvert à tous

> TOURNUS - Cinéma - 20 h



Ma Ma de Julio Medem avec Penélope Cruz (2015)

Magda est institutrice et mère d'un petit garçon de dix ans. Elle a du mal à faire face à la perte de son emploi et le départ de son mari. Cependant, lorsqu'on lui diagnostique un cancer du sein, plutôt que de se laisser abattre, elle décide de vivre pleinement chaque instant.

Suivi d'un débat animé par Marie-France Roussel, psycho-oncologue, et Hervé Tixier, gynécologue.

Mercredi 17 octobre - Atelier cuisine

GRATUIT
Ouvert à tous

> TOURNUS - CCAS - De 9 h 30 à 11 h 30

Réalisation d'une recette sucrée ou salée, information et échange autour de l'alimentation préventive dans le cadre du cancer. Débat sur les idées reçues. Animé par Estelle Bachelet, diététicienne, et Séverine Martin-Farges, infirmière de santé publique. *Sur inscription au 03 85 27 04 40.*

Jeudi 18 octobre - Atelier Prévenir la maladie grâce à une alimentation saine et différente

GRATUIT
Ouvert à tous

> TOURNUS - CCAS - De 9 h 30 à 11 h 30

Animé par Marie-Noëlle Bouissy, naturopathe. *Sur inscription au 03 85 27 04 40.*

Vendredi 19 octobre - Parcours de santé, marche et atelier goûter avec fabrication et dégustation de smoothies

GRATUIT
Ouvert à tous

> TOURNUS - Centre de loisirs - 14 h

Avec Claire Bornarel, éducatrice sportive, et Audrey Delayat-Richard, diététicienne. *Sur inscription au 03 85 27 04 40.*

Vendredi 19 octobre Ciné-discussion

GRATUIT
Ouvert à tous

> CLUNY - Cinéma Les Arts - 20 h 30

Quelques mots d'amour

de Niall Johnson (2017)

Kate et Saint John Greene vivent une formidable histoire d'amour depuis leur adolescence. Leur vie bascule lorsqu'ils apprennent que Kate est atteinte d'un cancer.

Suivi d'une discussion animée par une sage-femme de la Maison de santé du Clunisois et du docteur Falconnet.

Samedi 20 octobre - Qi gong

GRATUIT
Ouvert à tous

> TOURNUS - Place de l'Hôtel de Ville - 11 h

Démonstration et initiation proposée à tous. Animation par Françoise Voissard, professeure diplômée de qi gong (association Saule et Montagne). Venez en rose !

DEPUIS PLUS DE 20 ANS, LE MOIS D'OCTOBRE EST, DANS LE MONDE ENTIER, DÉDIÉ À LA SENSIBILISATION AU CANCER DU SEIN ET À SON DÉPISTAGE PRÉCOCE.

Le cancer du sein est le plus fréquent des cancers et la première cause de décès par cancer chez la femme. Chaque année, en France, environ 54 000 femmes apprennent qu'elles sont touchées. C'est pour cette raison qu'il est très important d'être régulièrement suivie et de s'autosurveiller à tout âge, ainsi que de participer au dépistage organisé.

Le dépistage, suivi des traitements, reste le moyen essentiel de lutter contre ce cancer. Un cancer du sein détecté tôt est guéri dans 9 cas sur 10.

Le dépistage permet de trouver le cancer avant qu'il ne donne des signes, c'est-à-dire avant qu'une grosseur ne puisse être palpée. Le moyen, pour le détecter, est de pratiquer une mammographie (radiographie des seins) tous les deux ans entre 50 et 74 ans (sauf cas particulier – comme des antécédents familiaux – déclenchant une surveillance anticipée).

En France, le dépistage est organisé. Il est porté par ADÉMAS pour la Saône-et-Loire. Environ 57 % des femmes se font dépister, ce qui est encore trop peu. Les femmes concernées reçoivent une invitation personnelle à se rendre chez le radiologue de leur choix, parmi une liste de radiologues agréés, pour bénéficier d'une mammographie gratuite. La sécurité et l'efficacité du dépistage sont augmentées avec une double lecture des mammographies jugées négatives, par un deuxième radiologue expert, ce qui permet de trouver des cancers, non détectés avec une seule lecture.

Cette année encore, le PETR Mâconnais Sud Bourgogne s'engage aux côtés des collectivités et partenaires pour la lutte contre le cancer du sein et la promotion du dépistage organisé, afin que toujours plus de femmes participent au dépistage.

RENSEIGNEMENTS :

Pôle santé du PETR Mâconnais-Sud-Bourgogne
Claire Pernet - 03 85 20 91 14
www.maconnais-sud-bourgogne.fr

CES ANIMATIONS ONT PU VOIR LE JOUR GRÂCE À L'IMPLICATION DE NOS PARTENAIRES :

ADéMaS71
Agence régionale de santé
AGIstress
Burgondiz
Cabinet médical de la rue blanche à Tournus
CCAS de la Ville de Charnay-lès-Mâcon
CCAS de la Ville de Mâcon
CCAS de la Ville de Tournus
Centre hospitalier de Mâcon
Centre social de Cluny
Commerces en Tournugeois
Entente athlétique mâconnaise
Les 3AT (artistes et amateurs d'arts de Tournus)
Les amis des résidents de l'Hôtel-Dieu
Les Fées Papillons
Les Mains créatives
Les Régates Mâconnaises
Les Trieurs de sons
Ligue contre le cancer
Lion's club
Maison de santé de Tournus Masan't
Maison de santé du Clunisois
Maison de santé Tournus Esplanade
MJC de Bioux
Mutualité française Bourgogne Franche-Comté
Mâcon natation
Polyclinique du Val-de-Saône
Retraite sportive tournusienne
Saule et Montagne
Union des commerçants de Cluny
Ville de Charnay-lès-Mâcon
Ville de Cluny
Ville de Mâcon
Ville de Tournus
Vivre au féminin

