

L'automne est arrivé comme nous le prouvent le froid et l'humidité ambiants.

Mais ce n'est pas pour autant que nous devons nous renfermer à la maison. Car beaucoup de choses se préparent et les activités reprennent.

Nous comptons sur vous pour être toujours plus nombreux. Dans le respect des gestes barrières!!!

N'hésitez pas à nous faire part des événements que vous organisez pour que nous fassions le relais

Et surtout

« Santé vous bien » !

SOMMAIRE

Vie de la MAS	p1
Aide et Soutien	p2
Handicap	p2
Santé mentale	p2
Maladie	p3
Partenaires	p3
Octobre Rose.....	p4-5
Ciné ma différence.....	p6
RDH Web radio.....	p6
Coordonnées	p6

Agenda de la Maison Associative de la Santé :

MAS 'Café

Tous les mardis matins entre 10h et 12h, l'équipe vous accueille pour un moment convivial de discussion autour de la Santé au sens large du terme.

Entrée libre et gratuite.



Permanences extérieures :

La Maison Associative de la Santé se déplace et vous pouvez également venir nous rencontrer les :

↳ Mercredi 14 Octobre entre 10h et 12h au Comptoir à Villeneuve les Salines,

↳ Jeudi 8 Octobre entre 9h30 et 11h30 pendant le café social à la Maison de Quartier de Port Neuf,



Ateliers « semaine du goût »

3 ateliers gratuits vont être proposés (inscription obligatoire et pour tous les ateliers) dans le cadre de la semaine du goût, avec la participation de Vinciane Le Pautremat et d'Interfel:

↳ Atelier sensoriel le lundi 12 Octobre, de 14h30 à 16h30,

↳ Atelier nutrition et chronobiologie le mardi 13 Octobre, de 14h30 à 16h30,

↳ Atelier culinaire le vendredi 16 octobre, de 14h30 à 16h30.



Préservation de l'autonomie

Cycle d'ateliers permettant de travailler différents thèmes pour éviter les chutes, manger et dormir mieux, sur inscription avec 3 groupes prévus (inscription obligatoire et pour tous les ateliers):

↳ Éviter les chutes! Posture et sécurisation de son intérieur (19 ou 20 Octobre selon le groupe choisi)

↳ Équilibre et synchronisation de son alimentation (2 ou 3 Novembre)

↳ Gestion des émotions et relaxation (16 ou 17 Novembre)



Octobre Rose

En partenariat avec la Maison de Quartier de Port Neuf et l'association Symphonie 17, atelier solidaire de **Fabrication de coussins cœur** en faveur des femmes ayant subi une chirurgie du sein le **lundi 19 Octobre**, de 9h30 à 11h30. Sur inscription.

Aide et Soutien



Permanences de l'association **ADHEOS**, centre LGBT Nouvelle Aquitaine :

- La Rochelle, uniquement sur rendez-vous (à prendre au 06 26 39 66 13);
- Saintes, sur rendez-vous les lundis de 14h00 à 18h00 et sans rendez-vous le 1er et 3ème mercredi du mois de 14h00 à 18h00 et le 2ème et 4ème vendredi du mois de 19h30 à 23h30;
- Angoulême, sans rendez-vous le 1er et 3ème mercredi du mois de 14h00 à 18h00 et sur rendez-vous (à prendre au 06 26 39 66 13)



Permanence de l'Association pour le Droit de Mourir dans la Dignité (ADMD) le *Vendredi 23 Octobre 2020 de 15h00 à 17h00.*



Permanence de l'Association Parrainage 17 à Royan (les 1^{er} et 3^{ème} mardis du mois de 10h à 12h, Espace Parental, 16 rue Louis de Foix), à Saintes (le jeudi de 10h à 12h, Maison de la Solidarité, 1 Esplanade du 6^{ème} Régiment d'Infanterie) et à Rochefort (4^{ème} vendredi du mois de 14h à 16h, Espace Associatif Partagé, 97 rue de la République), à La Rochelle (du lundi au vendredi de 13h à 17h, 21 av du Champs de Mars) .

Rencontre enfants, parrains-marraines et filleuls - samedi 3 octobre à partir de 14h30, à la Maison des Associations de Saintes.



SOS Amitié recherche des écoutants bénévoles. **Réunion d'information le vendredi 2 octobre** à 20h00, 21 avenue du champ de Mars, La Rochelle (Lafond, salle n°3)

Handicap



L'ASEPT Poitou-Charentes organise diverses actions de préventions. N'hésitez pas à consulter ce lien pour plus d'informations:

<http://www.asept-charentes.fr/PDFs/ASEPT-programme-Charente-Maritime-2eme-sem-2020.pdf>



Gagnons Tokyo!

Une **OPÉRATION SOLIDAIRE « GAGNONS TOKYO »** est organisée sous forme de tombola nationale jusqu'en **octobre 2021 avec tirage des gagnants en novembre 2021**. Plus de 100 lots sont à remporter : *voiture Renault, voyages dont un séjour au Japon pour 2 personnes, smartphones, ordinateurs, TV, drones, tenues de l'équipe de France, etc.*

Plus d'informations sur : <https://handisport17.org/>



Dans le cadre de **Ciné ma différence**, projection du film « Poly » au CGR—Le Dragon le samedi 10 Octobre à 15h30.

Plus d'informations en page 6.

Santé Mentale



L'AREDETA, **Association Rochelaise pour l'Etude de la Dépression et l'Etude des Troubles Affectifs** vous accueille à nouveau *tous les mardis de 14h à 17h* sauf le 2ème mardi du mois de 16h00 à 19h00 pour un moment convivial, de partage, de soutien à la Maison des Associations, 99 rue Nicolas Gargot, La Rochelle.

Maladie



La Rochelle Tous les 3ème mardi du mois centre hospitalier Saint Louis de 10h00 à 11h30 — Réunions les 1er et 3ème vendredi à 20h30 Maison de Quartier du Petit Marseille (rue du Prado)

Rochefort Tous les 2ème jeudi Centre Hospitalier de Rochefort de 15h00 à 16h00 — Réunions tous les 2ème et 4ème vendredi à la Maison des Associations (rue Pujos) de 18h00 à 20h00



La Rochelle : Tous les 2ème mardi de 10h00 à 11h30 Centre Hospitalier Saint Louis



La Rochelle : Tous les 1er mardi de 10h00 à 11h30 Centre Hospitalier Saint Louis — Réunions 1er vendredi 18h30 Maison des Associations de Bongraine (rue Nicolas Gargot)

Rochefort : Tous les 1er jeudi 10h00 à 11h30 Centre hospitalier — Réunions 2ème et 4ème jeudi Chante-Alouette (35 rue Baudin) 18h30

Royan : réunions tous les 2èmes mardis du mois à 18h30, à la Maison des Associations, 61 bis rue Paul Doumer

Saintes : les 2èmes et 4èmes mardis du mois à 18h30, rue Fernand Chapsal (salle Saintonge).



Permanences :

Centre Hospitalier Espace des Usagers en face de l'accueil le **mercredi 7 Octobre** de 15h00 à 17h00 et au Comptoir Villeneuve les Salines sous la mairie annexe le **mercredi 21 Octobre**, de 10h00 à 12h00.



Permanences le **3ème mercredi du mois** au Centre Saint Michel, salle UPCO, rue du Dr Schweitzer, La Rochelle.

Présence lors des manifestations **Octobre Rose** (plus d'informations dans le hors-série).



Partenaires



Du fait de la crise sanitaire, les **Semaines d'Information sur la Santé Mentale (SISM)** sont annulées.



Forum Santé et bien être le Jeudi 1er Octobre

Stands d'informations et ateliers découverte (sur inscription) tout au long de la journée au Centre Socio-Culturel du Pertuis, 3 rue François Boucher, La Rochelle.

Plus d'informations et inscription auprès du CSC Le Pertuis, 05 46 42 12 18.

Journées Nationales et Mondiales d'Octobre:

- Vendredi 9 / Handicap
- Samedi 10 / les Dys
- Lundi 12 / Soins palliatifs
- Vendredi 16 / alimentation
- Samedi 17 / don d'organes et greffe
- Jeudi 29 / Accidents Vasculaires Cérébraux (AVC)

Toute l'info sur la page Facebook « Octobre Rose en Charente Maritime »

Octobre Rose est né en 1985 aux Etats Unis.

solidarité) et du ruban rouge (symbole de la lutte contre le SIDA dans les années 1990). En 2003, l'association française, « le Cancer du sein, parlons-en! » crée les **Prix Ruban Rose** destinés à soutenir les efforts de la Recherche, clinique ou biologique, mais aussi les innovations et les progrès remarquables en matière de techniques de dépistage, de chirurgie réparatrice, de psychologie ou encore d'amélioration de qualité de vie pour les femmes atteintes d'un cancer du sein.



LA ROCHELLE

DU 1^{er} OCTOBRE AU 30 OCTOBRE

10^{ème} LE PARAPLUIE

Dans les DÉPÔTS VENTE DE PARAPLUIES banderoles city club
« AU PRIORI DE LA LIQUE CONTRE LE CANCER ET »

CITY CLUB = Association des commerçants du centre ville « CHARENTAIS ET PORTULAC » l'association locale de commerce de la ville de LA ROCHELLE MERIS
Avec le concours de la **VILLE DE LA ROCHELLE** pour la mise en Quatre

LA ROCHELLE



Les 2 et 4 octobre 2022
à Dompierre sur Mer

2 Rencontres
AUTOUR DE LA PREVENTION
ET DE L'ACCOMPAGNEMENT

Place du marché de 10h à 18h
Réunions et rencontres avec :
La Ligue contre le Cancer, le Centre de
Coordination de Dépistage des Cancers des
Nouvelles-Aquitaines (Les Lédies 17),
L'Effort Rose, Symphonie 17

4 Marche solidaire

PARCOURS DE 4 ET 8 KM

Pour la marche :
participation libre
(gratuit pour les
enfants). Les dons
seront reversés à la
Ligue contre le cancer.
Port du masque
obligatoire.

Avec Dompierre Nord, l'Echape Nordique et les
marcheurs du Centre Social d'habitants
inscriptions à 9h30 au départ (offertes) à 10h
Parc de Dompierre - Rue Générale de Gaulle
Arrivée au milieu endroit vers 12h
Veine de la solidarité offerte
Informations au 05 46 35 29 00

« OCTOBRE ROSE » SE
 fête du sanctuaire au dépistage du cancer du sein

SAMEDI 03 OCTOBRE 2020

DE 14 H A 17 H
 Appel-médecin
 Atelier échodoppler
 Atelier échographie
 Réunion collective, animation de la
 Fédération française L'ESPÉRANCE 17
 (présentation & vote du prochain meeting)

Tout public
 Entrée gratuite
 Inscription obligatoire avant le 30 septembre
 Inscrire votre venue dès le 30

VEN - PÔLE DE CLÔTURE

RENDEZ-VOUS A L'ASSOCIATION ELSE A PARTIR DE 14H00
 17 BIS RUE D'URVILLE 33000 LA ROCHELLE

Contact :
 Association Else
 Synthésant® venant des centres d'analyse - Anne-La ROCHERON - 06 46 37 49 26
 06 85 81 38 28 - OCTOBRE D'ESPÉRANCE® - Synthésant® au sein 17
 Synthésant® - 05 46 20 10 18 - association@elsofrance.fr

Mes seins ? y tiens
 et j'en prends soin

ASSOCIATION ELSE



Organisé par :






Octobre rose 2020

Maison International du SIDA contre le cancer du sein

Mobilisons-nous

pour le dépistage du cancer du sein

La Rochelle

samedi 3 et dimanche 4 octobre :

« Le Marché rose »

Samedi 3 octobre

- Place du marché et place de l'Arsenal : stand ouvert de 8h à 13h.

Dimanche 4 octobre

- Place du marché et marché de La Pallice : stand ouvert de 8h à 13h.

IL Faut le MASQUE
est OBLIGATOIRE



MAIRIE DE PARIS
Service Santé

Venez nombreux, masqués !

Donne rendez-vous à la Ligue contre le cancer.

Place de l'Arsenal - 85000 La Rochelle

Partenaires :











- Bourcefranc
le Chapus
- Breuil Magné
- Dompierre
sur Mer

Bourcefranc - Le Chapus

Mardi 10 octobre 2012
à 14h30
pour la 1^{re} étape du parcours
international de la Ligue
contre le cancer

Salles du Séminaire
Inscriptions de 1940 à 1949

Au profit de
**la Ligue
contre le
cancer**

Dimanche 4 octobre

**La
marche
ROSE**
5 km

10000

**12 après l'effort,
le réconfort !**

A LA MARCHE ROSE, LES HOMME AVEC DES INVITES !

tarif adulte : 5 € et 3 € enfant **tarif jeune : gratuit** (en compagnie d'un adulte)

pour les 1^{ers} 1000 participants, la Ligue contre le cancer et Bourcefranc - Le Chapus offrent un repas de 10 €

OCTOBRE ROSE
SOYONS UNIS FACE AU CANCER



**MARCHE
CONTRE
LE CANCER**

POUR DU MARQUE OBLIGATOIRE
SUR LA PLACE DES CANCÉRIQUES



1 MARCHE GRATUIT POUR TOUS
à partir de 10h00 le 10/10

TOMBOLA

DIVERS STANDS

Participez vous et décorez vos maisons en rose !

**DIMANCHE 2 OCTOBRE 2020
À PARTIR DE 9H30
PLACE DES CANCÉRIQUES
BRÉUIL-MAGNÉ**

TOUS LES FONDÉS SERONT RENVISÉS À LA CUEILLETTE CONTRE LE CANCER

TOUS LES FONDÉS SERONT RENVISÉS À LA CUEILLETTE CONTRE LE CANCER



MARANS la marche ROSE

Départ
9h30

en partenariat avec les associations
sportives de Marans
et La Ligue Contre le Cancer



Dimanche 11 Octobre

Inscription dès 8h30. Accueil café dans les jardins de la mairie avec l'association
"Gourde en Rôti Marandais". Petit tour grand parcours avec arrivée à la mairie
en musique et officiel servi par "1^{Amicale laïque, Randonnée pédestre}



Service culture/foires et marchés
Tel: 06 24 87 08 75
kireesmaranch@ville-marans.fr
culture@ville-marans.fr



ASP Marans
Tel: 06 33 08 10 67
M. Pelerin



LA LIGUE
NATIONALE
CONTRE LE
CANCER



NATURE RANDO CHATEL
L'AMBIANCE D'UN JARDIN

7 OCTOBRE ROSE
POUR MEMORISER AU DÉPRÉVU DU
CANCER DU SEIN

**L'ASSOCIATION
NATURE RANDO CHATEL**

PROPOSE UNE RANDONNÉE PÉDESTRE
DE 12 KILOMÈTRES
OUVERT À TOUS

AU PROFIT DE SYMPHONIE 17

**DIMANCHE 20 OCTOBRE 2020
À 10H**

Randonnée vers et le parking du pont de la Chapelle sur l'Yonne

Venez en groupe :

- De 6 personnes à 45 euros
- Collectif à 1 euro
- Triplet de 2 euros

INSCRIPTION au plus tard le 04/10/2020
Tarif : 3 euros par personne

Contact :
Christelle BAUDRON 06 79 47 97 88
Mail : naturerandochatel@gmail.com

 **ASSOCIATION
NATURE RANDO CHATEL**
10000 CHATEL

 **NATURE
RANDO CHATEL**
10000 CHATEL

DIMANCHE 11 OCTOBRE **LA TREMBLADE** **MARCHE «ROSE» de sensibilisation au dépistage du cancer du sein**



**DÉPART
10H**

**9H15 - Début des inscriptions
Centre-ville La Tremblade**

**9C - Inscription + T-shirt
Parcours de 8km**

**9H45 - Echauffement
physique collectif**

10H - Départ de la marche

**Rafraîchissement
à mi-parcours**

**Dégustation d'huîtres
à l'arrivée**

**Venez en
ROSE !**





OCTOBRE ROSE

CHAMBOISE mobilise pour le
dépistage du cancer du sein

Dimanche 11 octobre
10h - devant la mairie

7 CIRCUITS
BONNE HUMEUR ET
TENUE ROSE AU RENDEZ-VOUS

Le 10 Octobre, la Course des Demoiselles de Rochefort n'aura pas lieu mais pour montrer votre soutien, les mythiques T-Shirts roses seront venus au profit de la Ligue contre le cancer:

- sur le marché rue Général de Gaulle les jeudis et samedis, de 9h à 13h;
- place Colbert, les vendredis 2, 9, 16 et 23 et le samedi 10;
- Au magasin Intersport (c.c. du Martrou) les vendredis et samedis, de 10h à 12h et de 14h à 18h;
- Au centre E. Leclerc du Martrou les vendredis de 14h à 18h.

Informations complémentaires sur la page Facebook

Octobre Rose Charente-Maritime

(on compte sur vous pour relayer l'information)

Le 15



Le 17:

- Royan
- Saint Georges du Bois



Le 18:

- Corme Royal
- Vaux sur Mer
- Surgères



Le 19:

- St Clément des Baleines
- Les Portes en Ré
- Ars en Ré
- La Rochelle



Atelier couture Coussins cœur pour l'association Symphonie 17 à la Maison de Quartier de Port Neuf, La Rochelle



Aytré le 31



La Courde sur Mer le 29

Ciné ma différence

L'Association « **Horizon Famille Handicap 17** » a le plaisir de vous annoncer la reprise des séances « **Ciné ma différence** » ou l'on vient se détendre et passer un bon moment en famille, personnes en situation de handicap ou non.

La prochaine séance aura lieu le
Samedi 10 Octobre prochain à 15h30
Au « CGR DRAGON » de La Rochelle
Tarif Unique

Le film « POLY » est une adaptation du feuilleton culte des années 1960

<https://www.cgrcinemas.fr/dragon/evenement/1883705-cinema-difference-poly>

Cécile, 10 ans, déménage dans le sud de la France avec sa mère, Louise. L'intégration avec les autres enfants du village n'est pas facile. Lorsqu'un cirque de passage s'installe à côté, Cécile découvre que Poly le poney vedette est maltraité. Elle décide de le protéger et d'organiser son évasion ! Poursuivis par Brancalou, l'inquiétant directeur du cirque, et le mystérieux Victor, Cécile et Poly s'embarquent dans une cavale pleine de rebondissements, un véritable voyage initiatique et une incroyable histoire d'amitié.

Notre partenaire, le cinéma CGR DRAGON a pris toutes les précautions afin que vous puissiez venir à cette séance, sereins et en sécurité.

Cependant nous vous invitons à respecter les consignes suivantes :

- Le port du masque est obligatoire pour tous les spectateurs, à partir de 11 ans, dans tous les espaces du cinéma, y compris durant la projection. En cas d'incapacité à porter un masque pour raison médicale, la dérogation prévue par la loi peut s'appliquer. D'autres gestes barrières seront alors proposés.
- Les groupes de spectateurs seront séparés par une distance minimale d'un mètre dans les zones de circulation active du virus (dites rouges) et lorsque le port du masque n'est pas possible pour un spectateur.

Notre équipe de bénévoles sera présente pour vous aider aux placements, vous renseigner, vous accompagner.

Afin de faciliter l'organisation de l'accueil, **il vous est vivement recommandé de bien vouloir nous prévenir de votre venue** en nous indiquant vos besoins

- Nombre de place
- Place pour fauteuil
- Incapacité du port du masque

Tel 06 11 55 89 86, 06 81 08 55 53

Courriel hfh17@laposte.net

Facebook <https://www.facebook.com/horizonfamillehandicap>

RDH Web Radio



Démarrage mi Octobre de la Radio de la Diversité:

www.rdhwebradio.fr

déjà disponible sur le Facebook rdhwebradio. Disponible sur Iphone, et les Box TV dans l'onglet webradio.

Une offre radiophonique différente de celle existante. Installée dans le quartier de Villeneuve les Salines, elle propose des programmes 24h/24h et 7/7jours.

3 thématiques fortes animeront les émissions, le handicap et la santé, les différences et les solidarités (sociales, culturelles, économiques et écologiques).

Chaque jour dans les émissions, nous recevons des associations et des personnes vivant leur handicap ou parler d'un événement ou d'un partenariat qui pourrait se faire avec votre association.

Vous êtes invités à communiquer vos informations (par courrier) à l'adresse rdhwebradio 44 Avenue Billaud Varennes lot 542 - 17000 LA ROCHELLE

Tél: 0.973.213.416 email: rdhwebradio@gmail.com

Et vous avez encore la possibilité de soutenir ce projet sur :

<http://jadopteunprojet.com/decouvrez-les-projets/detail/web-radio/de-la-diversite>

Maison Associative de la Santé

74, avenue de Bourgogne — 17 000 La Rochelle

☎ : 05.46.27.09.63 ✉ : maisonassociativedelasante17@gmail.com

www.maisondelasante17.fr Facebook : [mas.la.rochelle](https://www.facebook.com/mas.la.rochelle)