

# Octobre Rose : tout le programme sur le Bassin d'Arcachon

## Au Centre Hospitalier d'Arcachon

Comme chaque année, le Centre Hospitalier d'Arcachon se fait le relais de la campagne Octobre Rose, pour la promotion du dépistage du cancer du sein.

## Programme

Plusieurs actions seront proposées tout au long du mois, à destination du grand public :

- Bracelets et nœuds roses à disposition à l'accueil du Pôle de Santé du 1er au 31 octobre, en échange d'un don pour la Ligue contre le cancer, afin d'afficher son soutien
- Matinée de prévention primaire, secondaire et tertiaire : le jeudi 6 octobre, dans le hall d'accueil et en salle 3, en partenariat avec la Clinique d'Arcachon : circuit prévention santé de 9h à 12h, comprenant également une visite de la mammographie. Thématiques abordées : nutrition, facteurs environnementaux, tabac, dépistage, sénologie, aide thérapeutique (sophrologie, esthétique) avec la présence d'associations de patients
- Marches et courses :
  - Le samedi 1er octobre en partenariat avec Nos cœurs de femmes autour du Bassin d'Arcachon ;
  - Le dimanche 16 octobre en partenariat avec le Centre Social de la Teste de Buch à la Plaine des Sports
- Ateliers « bien-être » et « autosurveillance » sur inscription à La Teste de Buch le jeudi 20 octobre, à Sanguinet le dimanche 23 octobre, à Arcachon le jeudi 3 novembre

## Défit « bike and run » tour du Bassin

Afin de lutter contre le cancer du sein, cinq femmes de l'association Nos Cœurs de Femmes, réaliseront le tour du Bassin en Bike and Run. L'objectif est de faire connaître les associations de patientes de lutte contre le cancer qui seront présentes sur le parcours et de récolter des fonds qui leurs seront reversés à parts égales .

Départ à 8h00 du phare du Cap Ferret et arrivée prévue aux alentours de 17h25 à Arcachon.

Vous pouvez venir soutenir les sportives sur leur parcours sur 1,2,20... jusqu'à 70 Km et reverser 1€ pour chaque Km parcouru ou par dons libres via :

- « Nos cœurs de femmes / Helloasso »
- Défi Nos coeurs de femmes : Protiming
- Sur l'un des 10 villages étapes (dons sur place, achat de tee-shirts, de totes bags, ou de jolis porte-clés)

## Arcachon

- **Samedi 1<sup>er</sup> octobre de 10h à 18h : Au MA.AT**
- De 14h à 18h : l'association « keep a breast », mission de sensibilisation pour réduire le cancer du sein auprès des jeunes, par l'art et la prévention. Venez découvrir l'application d'auto-palpation.
- Ateliers Santé et bien-être à partir de 16 ans, gratuit sur inscription (<https://www.billetweb.fr/pro/maat> ou à l'accueil du MA.AT).

Retrouvez tout le programme ici : <https://www.arcachon.com/offres/octobre-rose-arcachon-fr-3859657/>

# La Teste de Buch

La Ville de La Teste de Buch, la ligue contre le cancer, le Pole Santé du Bassin d'Arcachon s'engagent cette année encore contre le cancer du sein :

**Le dimanche 16 octobre 2022 : rendez-vous dès 9h sur le boulodrome de la Plaine des Sports Gilbert Moga** et venez courir ou marcher pour le dépistage et la prévention du cancer du sein.

- Accueil en présence des partenaires
- Inscription sur place, participation symbolique de 1 € (minimum)
- Marche de 2 ou 4 km et course de 2, 4, 6 ou 8 km
- Début de la course à 10h

# Gujan-Mestras

Cancer du sein, tous concernés !

Pour soutenir cette lutte contre le cancer du sein, l'Hôtel de ville de Gujan-Mestras s'illuminera en rose chaque soir du mois d'octobre.

# Le Teich

- **Samedi 19 octobre à partir de 10h : Place du Souvenir**
- Rendez-vous sur la place du Souvenir à partir de 10h pour une marche rose jusqu'à la halle du port.
- Stands d'informations sur la Campagne Nationale de sensibilisation du grand public au dépistage du cancer du sein avec le Centre de dépistage des Cancers
- Inscrivez un mot sur la fresque participative et répondez au quiz sur le dépistage avec le Teich et Toi
- 11h : Séance de FITNESS par l'association Gymnastique Volontaire à la Halle du Port.

Retrouvez tout le programme ici :  
<https://leteich.fr/agenda/octobre-rose/>

## Mios

La ville de Mios se mobilise pour octobre rose. Du Samedi 1<sup>er</sup> Octobre au 31 Octobre 2022.

Retrouvez tout le programme ici :

<http://www.villemios.fr/wp-content/uploads/2022/09/Programme-0ctobre-Rose-2022-Final.pdf>

## Marcheprime

- **Samedi 8 octobre à 10h** : *Parc de l'église* La marche'prime rose !

L'association Marcheprime Evénements organise une marche solidaire de 6 km dans le cadre d'octobre rose en faveur de la lutte contre le cancer.

Inscriptions à partir du 20/09/2022

10€ et gratuit pour les enfants

Chacun marche à son rythme.

Inscription effective à réception du bulletin accompagné du paiement.

Règlement par espèces ou chèque (à l'ordre de Marcheprime évènements, 15 rue belle idée 33380 Marcheprime) ou par carte bancaire ou sur place le jour de la marche : Règlement par carte bancaire, espèces ou chèques à partir de 8.30heures.

- **Mardi 19 octobre à 18h** : *Salle Blicck*

ATELIER OCTOBRE ROSE : Atelier d'information et de prévention animé par la Ligue Contre le Cancer

Au menu : animation en petit groupe (quiz, buste de palpation), discussion et échange sur les bonnes pratiques en matière de prévention et de dépistage.

Animation gratuite.

Informations et inscriptions : CCAS – 05 57 71 50 80 ou [ccas@ville-marcheprime.fr](mailto:ccas@ville-marcheprime.fr)

Pour plus de renseignements : <https://www.ville-marcheprime.fr/agenda>

## Biganos

Comme chaque année, Biganos s'associe à cette campagne qui vise à sensibiliser à la lutte contre le cancer du sein.

- **Dimanche 9 octobre dès 9h00** sous la halle du marché, une marche « Tous en rose » de 4,5 km est organisée. Une photo aérienne sera réalisée aux alentours de 11h30.

Au programme :

9h30 : Échauffement musculaire (Gym volontaire)

10h00 : Départ de la marche en rose

11h00 : Remise officielle du chèque à l'association « Les Elles du Bassin »

11h30 : Photo de groupe – Tous en rose

Représentations de danses

11h45 : Danses country – Association West country Boï

12h00 : Danses polynésiennes – Association Manava Ori Tahiti

12h15 : Percussions Brésiliennes – Batuk'A Dune

Stands de prévention et animations toute la matinée.

Participez à la lutte contre le cancer du sein en achetant le tee shirt « la boucle en rose » en faisant un don de 12 € à l'association « les Elles du bassin »

En vente :

Au Pôle de Développement Social Local du 29 sept. au 7 Oct.

Au marché le 2 oct. de 9h à 13h

Au marché le 9 oct. avant la marche

Renseignements au Pôle de Développement Social Local au 05 54 63 00 14 ou [pdsl@villedebiganos.fr](mailto:pdsl@villedebiganos.fr)

Pour plus de renseignements :  
<https://villedebiganos.fr/actualites/octobre-rose/>

## Audenge

La ville d'Audenge s'associe à l'association « Nos cœur de femmes » pour leur Tour du Bassin en Bike and run.

Pour plus de renseignements :  
<https://www.ville-audenge.fr/agenda/octobre-rose/>

## Lanton

- **Dimanche 16 octobre de 8h30 à 12h30** *au marché municipal de Cassy.*

Information, prévention, dépistage, sensibilisation. Avec l'association « Les Elles du Bassin »

- **Du 13 au 20 octobre** *dans le Hall de la Mairie*

Exposition « Femme : de mère en fille »

Pour plus de renseignements : <https://www.mairie-lanton.fr/>

## Andernos-les-Bains

A l'occasion du lancement d'octobre rose, le samedi 1 octobre, le CCAS d'Andernos-les-Bains organise une manifestation sur le site de l'église st Eloi de 9h à 12h prévention et informations, constituée d'un village avec les assos : « jeune et rose », 2 sage femme du porge, institut Lisa, les Elles du Bassin.

A partir de 11h accueil du groupe de femmes de l'association « nos cœurs de femmes » avec la course « run et bike », avec un temps musical et apéritif partagé par la ville et les sportifs.

Le programme complet ici :  
<https://www.andernoslesbains.fr/agenda/octobre-rose/>

## Arès

Dans le cadre d'Octobre Rose, le CCAS organise de nombreuses animations : sports en musique avec la Samba Renn'Ga Batucada et la salle de sport l'Orange Bleue, découverte du Dragon Boat avec les Elles du Bassin, marche solidaire avec l'association Vis Ta Gym et concert à l'église d'Arès.

- **Samedi 1<sup>er</sup> octobre** : *Esplanade Dartiguelongue*. Animation musicale et sportive avec la Samba Renn'Ga Batucada et l'Orange Bleue. En soutien au défi du Tour du Bassin de l'association « Nos cœurs de femmes » (arrivée prévue vers 10h45). Tombola au profit de la lutte contre le cancer du sein.
- **Samedi 8 octobre à 16h30** : *Jetée d'Arès*. Sortie bateau avec les Elles du Bassin. Découverte du Dragon Boat. Places limitées avec participation de 5€ qui seront reversés à la lutte contre le cancer du sein.
- **Dimanche 9 octobre à 10h30** : *Saint-Brice*. Marche solidaire avec l'association Vis ta gym. Marche de 3,750 kms. Participation de 5€ qui seront reversés à la lutte contre le cancer du sein. Inscription sur place à partir

de 10h avec remise aux 300 premiers participants d'un éventail rose confectionné par les enfants de l'accueil périscolaire.

- **Dimanche 16 octobre à 18h00** : *Église d'Arès*. Concert Lawrence Collins band duo. Entrée libre. Les dons reviendront à la lutte contre le cancer du sein.

Le programme complet ici : <https://ville-ares.fr/octobre-rose/>

## Lège-Cap Ferret

- **Samedi 1er octobre**

*Au parc du phare (ouvert à tous) 8h :*

- Départ de la course de « Nos Cœurs de Femmes » Bike & Run, «Tour du Bassin d'Arcachon». Possibilité de les accompagner sur quelques kilomètres au tarif de 1€ /km parcouru. Stand sur place. Bénéfices aux profits d'associations.

*Place des boulistes au Mimbeau*

8h15 : «Grignotage» – Petit-déjeuner «Rose»

8h30 > 12h : «Chouchoutage»

- Ateliers Bien-être (tout le long de la matinée)
- Réflexologie plantaire avec Natacha Faux
- Shiatsu avec Christelle JUPPIN-FERRET
- Massages avec Nature & Ayurveda
  
- Interventions et démonstrations
- 8h30 : « Les bienfaits du longé côte santé » avec l'association de Longé Côte de Lège-Cap Ferret
- 9h : Démonstration et initiation de Yoga Danse avec l'association Let's Dance
- 10h : Démonstration et initiation de Munz Floor avec l'association Let's Dance
- 11h : Informations et atelier de dépistage avec

Catherine Frossard – Association RKS (Réseau des Kinés du Sein)

*Maison du patrimoine | Médiathèque de petit Piquey*

- 18h : «Papotages» (ouvert à tous)
- Projection d'un court-métrage et discussion intimiste autour d'un apéritif dinatoire «Rose»

Avec la participation des Elles du Bassin, Catherine Frossard Association RKS, la Ligue contre le cancer.

Témoignages «secrets de femmes» qui subissent ou qui ont subi la maladie.

Le programme complet ici :  
<http://www.ville-lege-capferret.fr/agenda/octobre-rose/>