



Mois de sensibilisation au dépistage du cancer du sein



LES ACTIONS PHARES DANS LE DÉPARTEMENT

1^{er} octobre

SISTERON - Journée sur le thème sport-santé et prévention de 10h à 16h, rue de Provence : stands sportifs, stands de prévention avec le CRCDC et la ligue contre le cancer. 2 parcours balisés seront également proposés en autonomie pour les piétons/coureurs ou vtt au départ de ce « village » sport-santé.

5 octobre

DIGNE LES BAINS - Sur le marché de 8h à 13h stand d'information et d'animations ludiques tenu par la CPAM, le CODES, La Mutualité Française et la Ligue contre le cancer.

8 octobre

DIGNE LES BAINS - Le comité départemental de tennis organise une journée Octobre Rose avec rencontres féminines autour des activités du Tennis, un tournoi, et des animations autour du sport et la santé de 9h à 17h. Cette manifestation aura lieu au Tennis Club Dignois (Quartier du Bourg) et accueillera des personnes du secteur paramédical (infirmière, kiné, sophrologue ...) afin de sensibiliser les femmes sur le bienfait de l'activité physique sur leur état mental, psychique et physique et la prévention contre le cancer du sein.

- L'association Namasté organise un cours de yoga de 10h à 12h au plan d'eau de Digne suivi d'un pique nique partagé.

MANOSQUE - Village prévention de 8h à 12h en centre ville, stands, animations, jeux (organisés par la ville avec les partenaires et associations).

LARAGNE - Animation avec la Ligue contre le cancer 04 : football féminin de 9h à 12h30 au stade (ouvert à tous).

9 octobre

MANOSQUE - Course à pied, vtt, vélo, natation, yoga, aviron conférences, ateliers, démo (organisés par la ville avec les partenaires et associations) au lac des Vannades de 9h à 17h.

LE BRUSQUET - Vide grenier et vide dressing à partir de 6h30 au Parc Ernest Corriol. Animations tout au long de la journée avec expo de voitures anciennes, modélisme et stand de la Ligue contre le cancer.

SEYNES LES ALPES - Activités sportives organisées par l'USB Gym, ouvert à tous. Accueil entre 9h et 9h30, pour différentes activités : Vélo (environ 15km), marche, course à pieds et une marche découverte au centre du village. Démonstration de danse, lâcher de ballons, suivis vers 11h30 d'un apéritif.

VALERNES - Poésie et Musique : «Impro piano et Haikus» 14h30, salle des préaux, entrée libre.

12 octobre

RIEZ - Le CCAS de la ville tiendra un stand sur le dépistage lors du marché.

15 octobre

ANNOT - Marche familiale organisée par la mairie. Départ à 9h.
DIGNE LES BAINS - Stand sur le marché avec le CRCDC
VALERNES - Théâtre : Nuit un mur deux hommes de Daniel Keene «Compagnie poil de la bête», salle des préaux, entrée libre. Le restaurant de Valernes propose un «menu Rose» .

15 et 16 octobre

MANOSQUE - Le Club de basket de Manosque organise des animations sur le week-end du 15 et 16 octobre au Gymnase les Varzelles : récoltes de soutiens gorges pour décorer, interventions de sages femmes, présence de la Ligue contre le cancer pour un atelier d'auto palpation, témoignages d'anciennes joueuses victimes de cancer du sein, buvette, pom pom girls lors de match, concours de lancés francs et pour les enfants : mèche de cheveux rose (1 euro la mèche).

20 octobre

GRÉOUX LES BAINS - Journée portes-ouvertes aux Thermes de Gréoux avec présence de la Ligue pour animation d'un stand sur l'auto palpation.

22 octobre

VOLONNE - Atelier auto palpation et promotion des dépistages à la maison de santé.
VALERNES - Duo Vocal avec «Ah cappella», 14h30, salle des préaux, entrée libre.

23 octobre

PIERREVERT - Tournoi de Golf en 18 trous, pour les licenciés et animations autour d'Octobre Rose, stand tenu par La Ligue contre le cancer.

28 octobre

PEYRUIS - Stand tenu par la Ligue Contre le Cancer sur le marché.

30 octobre

VALERNES - Théâtre : Compagnie Arthéa sous chapiteau à 14h30, entrée libre.

Un grand nombre d'associations sportives du 04 vont mener des actions tout au long du mois d'octobre pour sensibiliser leurs licenciés.