



SANTÉ VOUS BIEN

OCT.
#21

Octobre rose

MOBILISONS NOUS POUR LA PRÉVENTION
DU CANCER DU SEIN

ATELIER OCTOBRE ROSE

Mardi 26 Octobre
de 9h à 13h
PEYROUAT

Mardi 26 Octobre
de 14h à 17h
LA MOUSTEY

mont de
marsan
AGGLO



DÉPISTAGE
DESCANCERS
Centre de coordination
Nouvelle-Aquitaine



#Savoircestpouvoiragir



OCTOBRE ROSE

MARDI 26 OCTOBRE

Atelier cuisine

9h à 13h salle G. Brassens au Peyrouat

MARDI 26 OCTOBRE

Atelier de "sensibilisation"

14h à 17h chalet de la Moustey

STANDS

Centre Hospitalier Layné Hall d'entrée

MERCREDIS 6 ET 20 : 13h-16h

MERCREDI 13 ET 27 : 10h-12h

CPAM, Grand Moun

MERCREDI 20 : 10h-17h

Agenda

VENDREDI 3 DÉCEMBRE

Journée de prévention

Addiction sécurité routière

Salle Georges Brassens, de 10h à 17h

12 OCTOBRE

Forum accès au droit

Salle Georges Brassens

20 OCTOBRE

Mol(s) sans tabac

Stand déclo

Centre de santé le Phare de 10h à 12h

29 OCTOBRE

Sortie famille parents enfants
en activité

Au planete parcs à Tarnos

Renseignements

SANDRA BERTRANNE

Coordinatrice de l'Atelier Santé Ville

05 58 46 75 01

sandra.bertranne@montdemarsan-agglo.fr

Élue référente : Eliane Darteyron

Vice-Présidente de Mont de Marsan Agglo

chargée de la Politique de la Ville, du logement social,
de l'habitat et de l'insertion professionnelle.

Direction Politique de la Ville
et Rénovation Urbaine
Tel. : 05 58 46 75 02



Saint Pierre
du Mont
Landes



En novembre,
on arrête
ensemble.

Parce qu'un mois sans fumer,
c'est 5 fois plus de chances
d'arrêter.

Pour vous accompagner dans
votre démarche, profitez de
plusieurs méthodes simples
et efficaces.

Les professionnels de santé

Médecins, pharmaciens, sages-femmes...

Ils sauront vous conseiller les méthodes les plus adaptées
à votre situation. Il existe également des spécialistes de
l'arrêt du tabac.

Trouvez un tabacologue près de chez vous sur tabac-info-service.fr



Le kit

Moi(s) sans tabac

Des outils pratiques pour vous préparer à l'arrêt et tenir
les 30 premiers jours.

À commander gratuitement sur tabac-info-service.fr
ou à retirer chez votre pharmacien.



L'application mobile

Tabac info service

Un programme de coaching
personnalisé.



Téléchargez gratuitement sur :



Le 3989

Le suivi par un tabacologue

Un accompagnement personnalisé et gratuit assuré par le
même tabacologue tout au long de votre arrêt.

Du lundi au samedi de 8h à 20h.



Pour rejoindre le mouvement,
rendez-vous sur :
tabac-info-service.fr

Appelez aussi le
3989
Service gratuit + prix d'un appel

EN CAS
D'URGENCE

POMPIERS.....18

Incendies/accidents/Urgences médicales

SAMU.....15

Urgences médicales

POLICE SECOURS.....17
GENDARMERIE

PHARMACIE DE GARDE.....14



UNE JOURNÉE POUR PRÉVENIR LE DIABÈTE

Autour de la Journée Mondiale du Diabète, une action d'information et de sensibilisation sera organisée le samedi matin 20 novembre sur le Marché Saint-Roch à Mont de Marsan.

En France, le diabète touche près de 3,3 millions de personnes, soit 5 % de la population. Cette maladie chronique constitue un problème de santé publique.

C'est pourquoi, l'Atelier Santé Ville de Mont de Marsan Agglomération, le Centre Hospitalier de Mont de Marsan, la Mutualité Française Nouvelle-Aquitaine et la CPAM 40, vous donnent RDV le samedi 20 novembre 2021. Un stand sera présent sur le marché Saint-Roch de Mont de Marsan, de 8h30 à 13h, afin de vous informer sur cette maladie, son dépistage, sa prévention et ses enjeux.

Au programme de cette matinée : de la documentation, des Quiz, et beaucoup de conseils des spécialistes de la santé.

LE COMPTOIR D'ÉDUCATION POPULAIRE

Un espace ouvert à tous pour apprendre, s'engager et coopérer

Le Comptoir d'Éducation Populaire (le CEP') est un lieu de rencontre et d'innovation à destination des jeunes, des porteurs de projets, des acteurs de l'Économie Sociale et Solidaire (ESS) et de tous les citoyens. En collaboration avec ses partenaires, le CEP' construit une programmation diversifiée pour renforcer le dynamisme du tissu associatif local et favoriser le développement de l'ESS et la transition écologique à l'échelle du territoire landais : ateliers coopératifs, formations au numérique, groupes de travail, conférences, concerts, projections... Le CEP' organise ainsi tout au long de l'année ces activités dans le but de renforcer la créativité et la curiosité des citoyens en matière d'engagement, d'innovation et de solidarité. Le lieu est équipé de matériel numérique et dispose d'espaces pour accueillir des co-workers, des associations et leurs projets.

Le CEP' est co-piloté par la Ligue de l'enseignement des Landes et ses partenaires : l'Université Populaire des Landes, les Conseils Citoyens du Peyrouat et de la Moustey, le Forum de la Jeunesse, le réseau Canopé 40, La Junior Association Peyrouat Teenagers, la FCPE et l'Association Librairie Social Club.

Si vous souhaitez participer à la dynamique du Comptoir d'Éducation Populaire ou à ses actions : www.facebook.com/lecomptoirdeducapopulaire. Email : cep@ligue40.fr

91 impasse Joliot Curie - 40280 Saint-Pierre-du-Mont.
Tel. 05 58 06 31 32



LUTTE CONTRE LE GASPILLAGE ALIMENTAIRE

Dans le cadre de la lutte contre le gaspillage alimentaire, le service communication et prévention du SICTOM du Marsan, organise du 16 au 23 octobre 2021, 4 actions sur les marchés du territoire : samedi 16 et mardi 19 à Mont de Marsan, mercredi 20 à Ville-neuve de Marsan et enfin samedi 23 à Roquefort.

L'objectif de cette action est d'attirer l'attention des habitants sur la lutte contre le gaspillage alimentaire au quotidien. En effet, chaque année, à la maison, nous gaspillons 29 kg de nourriture par personne, dont 7kg de produits toujours emballés

Un stand pour sensibiliser... et pédaler

La nouvelle smooicyclette made in SICTOM sera installée sur le stand pour préparer et déguster des smoothies après quelques coups de pédales. Ces jus seront réalisés à partir de fruits et légumes récupérés auprès de la Banque Alimentaire, destinés initialement à la poubelle.

Une seconde partie du stand s'articulera autour d'activités manuelles portant sur la réduction des déchets et la consommation de produits industriels dans la cuisine : tawashi, recettes 0 gaspi... Enfin, un troisième thème sera dédié au tri et au bon geste à adopter en fonction du déchet. Après un passage sur le stand plus de doute possible sur le tri.

Si vous souhaitez lutter contre le gaspillage alimentaire, rendez-vous sur le stand pour partager un moment convivial et gustatif !

Cette semaine d'action s'inscrit dans le cadre du Programme Local de Prévention des Déchets Ménagers et Assimilés (PLPDMA) du SICTOM du Marsan. D'autres actions seront déployées durant les prochaines semaines et prochains mois sur l'ensemble du territoire.

"TOUTES SPORTIVES" AVEC L'UFOLEP

Dans le cadre de son action «Toutes Sportives» l'UFOLEP des Landes propose des séances sportives hebdomadaires gratuites sur l'agglomération montoise. Ce dispositif 100% féminin s'adresse en priorité aux femmes des quartiers prioritaires de la ville mais reste accessible à toutes celles désirant avoir une pratique sportive régulière.

Accès autour de la reprise de l'activité physique, vous pourrez pratiquer une multitude de sports (gymnastique d'entretien, sports collectifs, vélo ...) et bénéficier des nombreux conseils de nos éducateurs sportifs (pratique sportive, nutrition, hygiène de vie ...).

Que vous soyez une sportive confirmée ou débutante, souhaitant faire du sport dans un cadre sécurisé et en recherche d'une pratique adaptée n'hésitez pas à nous contacter pour plus d'informations au 05 58 06 31 32 ou par mail : ufolep.landess@gmail.com.

Autre Action : l'UFOLEP lance son action Découv'Sport, pour les enfants âgés de 4 à 7 ans et leurs parents, sur le quartier du Peyrouat pendant les vacances d'automne. Gratuites et accessibles à tous, ces séances ont pour objectif de faire découvrir de nouvelles pratiques sportives en famille.

Référents
& partenaires

