

octobre rose

Des **mots**
pour **soutenir**
Un geste
pour **agir**

Programme
du 26/09 au 29/10



Entre 50 et 74 ans, j'ai rendez-vous avec mon dépistage !

Samedi 26 septembre

Thonon-les-Bains

Centre Médical du Chablais (CMC)

**Rose en avant-première :
portes ouvertes dans les coulisses
de la clinique de la femme**

Ateliers, foodtrucks,

Marche Rose - Départ à 10h30 et 11 h

avec l'association girls power,

prise de rdv mammographie

et de consultation gynécologique

RDV

10 h - 16 h

Inscription sur place

Dons reversés à l'association

Dragon Ladies

Vendredi 2 octobre

Armoey - Salle des fêtes

Avant-première du Cœur ECLA

Suivi d'une conférence animée par le Dr.

Salvat et clôture avec un verre de l'amitié

18h 30

Participation libre

Dons reversés à l'association

Seins Léman Avenir

Samedi 3 octobre

Loisin - Salle des fêtes

Marche Rose

Plusieurs parcours aux choix

10 h

Inscription sur place

1 € le kilomètre

Soirée Rose et Bleue

DJ, karaoké, candy bar, buvette

et restauration sur place

19 h

10 € / personne

*Je tiens à toi. Alors je te le dis
prends soin de toi.*

*Fais-toi dépister. Pour toi, pour
ta santé, pour ton avenir et pour
toutes celles que tu chéris.*

Chloé, ta copine

Dimanche 4 octobre

Yvoire - Port de Plaisance

Boucle Rose - parcours sportifs

Course Rose de 8 km et parcours

familial de 3 km, démonstration

de rame traditionnelle, promenade

en barque, buvette sur place

9 h - 10h 30

Participation libre - inscription sur place

Dons reversés au comité féminin

*pour le dépistage du cancer du sein des
Savoie*

Rame traditionnelle

Courses, initiations et démonstrations

11 h - 15 h

Allinges - Stade de la Chavanne

Marche Rose

Départ 10h et repas sur place à réserver

9 h - 14 h

Inscriptions sur [www.helloasso.com/](http://www.helloasso.com/associations/association-festiv-allinges/)

associations/association-festiv-allinges/

evenements/marche-rose-2026

10 € adulte / 5 € enfant

*Dons reversés aux unités de jour
des hôpitaux du Léman*

Thonon-les-Bains - Forêt de Ripaille

Marche Rose des Soroptimist

Accueil café

10 h - 12 h

Inscription sur place et participation libre

*Dons reversés aux hôpitaux du Léman
pour la cabine de soins bien-être*





Samedi 10 octobre

Bons-en-Chablais - Salle des fêtes

Boucle Rose - Parcours sportifs

Marche de 5 km & course de 7 km -
Départ 14h30, animations et tombola

13h 30

Inscription sur le site :

www.lesbasquettesfumantes.com

ou sur place à partir de 10h30

5 € par personne /

15 € pour une famille de 4

Dons reversés à l'association

Des Elles pour Vous

Veigy-Foncenex - Sous la halle (stade)

Tous solidaires pour voir la vie en rose !

Marche solidaire mais pas ordinaire

Marche de 6 km, ateliers autour du foot,
pétanque, yoga et buvette

8h 30

Inscription sur place 5 € par personne /
gratuit pour les -12 ans

Centre de conférence

Salle du damier

Après-midi préventive

Témoignages, conférence et ateliers
pour mieux comprendre et prévenir la
maladie, animations pour les enfants

16h 30

La solidarité se fête aussi !

Soirée festive, chorégraphie,
dégustation de vin, karaoké
et soirée dansante

18 h

Dons reversés à l'association

Seins Léman Avenir

RDV Action au cours de laquelle je peux directement
prendre un rendez-vous et consulter
un professionnel de santé

Dimanche 11 octobre

Sciez - CAS de Sciez

Atelier "Souffle Rose"

Initiation Qi-Gong et Tai Chi Eventail,
prévention et bien-être

9 h

Marche rose

Marche de 3 km ou 5 km et course
de 9 km, lâcher de couleurs roses

10 h

Inscription sur place et/ou à l'OTi

Destination Léman - 04 50 72 64 57

10 € par personne / 15 € sur place

Stands et animations

initiation de golf et escrime,
petite restauration sur place

10 h - 12 h

5 € / personne

Dons reversés à l'association

Seins Léman Avenir

Massongy - Salle des fêtes

Marche Rose ou cours de yoga/ pilates suivi d'une dégustation

10h 30

Inscription sur place et participation libre

Mardi 12 octobre

Bons-en-Chablais

Centre de santé communal

Dépistage clinique du cancer du sein par palpation mammaire

14 h - 16h 30

Consultations gratuites,
assurées par le Dr. Julie Varlet.
Se munir de sa carte vitale.

RDV

Mercredi 14 octobre

Thonon-les-Bains - Atout Seniors

Atelier numérique : Octobre Rose, les applis de santé au quotidien

14h 30 - 16 h

Réservé aux membres

d'Atout Séniors sur inscription

Jeudi 15 octobre

Margencel - Salle des fêtes

Échanges avec les professionnels de santé

Ateliers d'auto-palpation, diffusion d'un documentaire, conférence et échanges avec le Dr. Salvat

18 h

Participation libre

*Dons reversés à l'association
Seins Léman Avenir*

Vendredi 16 octobre

Douvaine - Médiathèque

Conférence sur les perturbateurs endocriniens

animée par le Dr. Marie-Agnès Fischer,
Dr. en pharmacie et nutrithérapeute

19 h

Entrée libre

Samedi 17 octobre

Margencel - Salle des fêtes

Forum sport adapté

Stands et animations
Ateliers pilates, stretching, escrime,
randonnée avec Joëllettes,
Flag pour les enfants, mobilité séniors
et création d'une fresque collective

14 h - 17 h

5 € par atelier

Soirée théâtre d'improvisation avec la CIL

20 h

Restauration sur place à partir de 19h

*Dons reversés à l'association
Seins Léman Avenir*

Douvaine - Salle du Coteau

Soirée dansante et repas sur place

19 h

Tarif : 30 € par personne

Inscription obligatoire

Dons reversés à l'association Dragon Ladies

Ma chérie,

Je veux encore mille matins
à tes côtés. Prends soin
de toi et fais-toi dépaigter.
toi qui es tout pour moi.

Ton mari qui t'aime

Excenevex - Salle Symphorielle

Cours de Yoga

9 h

Marche Rose 3,5 km et 6,5 km

10 h

Conférence animée par le Dr. Salvat

Restauration sur place

11 h

Participation libre

*Dons reversés à l'association
Seins Léman Avenir*

Dimanche 18 octobre

Anthy-sur-Léman - Espace du Lac

Marche Rose - Départ 10h

Échauffement avec le studio

Fitness Body Care

9 h

Inscriptions sur place de 9h à 9h30

10 € adulte / 5 € enfant / gratuit - 12ans

*Dons reversés à l'association
Seins Léman Avenir*

Chens-sur-Léman - Base nautique de
Tougues - Léman Aviron Club

Challenge intergénérationnel sur ergo mètre

9 h - 12 h

Centre village, Colcichens

9 h

Marches Roses de 3 km et 7 km

stands et animations

Inscription sur place - 1€ le km

Stade de Foot - FC Léman

Tous les les matchs du week-end seront au profit d'Octobre Rose

Mardi 20 octobre

Thonon-les-Bains - Espace Beaulieu

Permanence numérique

Prise de RDV de mammographie

Créneaux disponibles aux Hôpitaux du Léman, Imagerie Médicale des Sources et Imagerie du Léman

13h30 - 16h30

Entrée libre et sans inscription

Venir avec sa carte vitale et le courrier de la CPAM ou ordonnance

RDV

Mercredi 21 octobre

Bons-en-Chablais

Centre de Santé communal

Dépistage du cancer du sein par palpation mammaire

9 h - 11h30

Consultations gratuites, assurées par le Dr Julie Varlet. Se munir de sa carte vitale.

RDV

Samedi 24 octobre

Ballaison - Périss'cool

Marche Nocturne de 3,5 km et 5 km

17h45

10 € / personne

Inscription en mairie au 04 50 94 18 71

Messery - Place de la Grenette

Flash-mob, Conférence-débat

& Marche Rose - Départ 14h

13 h - 17 h

Participation libre

Dons reversés à l'association

Seins Léman Avenir

Perrignier - Salles des fêtes

Soirée dansante avec DJ

19 h

25 € adulte / 18 € - 12ans

Tickets en vente fin septembre Intermarché

Allinges, Bar chez Daude et OT Douvaine

Dons reversés à l'association Hope

détails à retrouver auprès de la Mairie



Dimanche 25 octobre

Drailant - Champ de foire/école

Marche Rose

9h30

Inscription sur place

Participation minimum 5 € par personne

Dons reversés à l'association

Seins Léman Avenir

Jeudi 29 octobre

Thonon-les-Bains - Médiathèque

Atelier numérique

Les applis de santé au quotidien

14 h - 15h30

Inscription au 04 50 31 25 00

et retrouvez tout au long du mois d'octobre...

Douvaine - Ludothèque

Animations autour du jeu

Dons reversés à l'association

On pose pour le Rose



Ton meilleur rendez-vous du mois ?
Celui avec ta santé. Prends soin de toi
et fais-toi dépister pour préserver ce
qui est le plus précieux : ta santé.

Cindy, ta collègue de bureau.

RDV

Action au cours de laquelle je peux directement prendre un rendez-vous et consulter un professionnel de santé

Le saviez-vous

Au cours de sa vie, une femme sur huit est touchée par un cancer du sein, avec un risque maximal entre 50 et 74 ans. Heureusement, lorsqu'il est dépisté précocement, ce cancer se soigne dans 90 % des cas.



Je me fais dépister :

- **Hôpitaux du Léman**
radiologie et imagerie médicale
3 av. de la Dame, 74203 Thonon-les-Bains
Prise de RDV en ligne ou par téléphone
Tél. 04 50 83 21 80
- **Imagerie Médicale des Sources**
Pôle radiologie - Bâtiment 1 & 2
106 chemin de Morcy, 74200 Thonon-les-Bains
RDV par téléphone - Tél. 04 57 62 84 74
Du lundi au vendredi de 8 h à 19 h
et le samedi de 8 h à 13 h
- **Imagerie Médicale du Léman**
Cabinet du Bas Chablais
5 rue des vignes de Bachelard, 74140 Douvaine
Prise de RDV en ligne ou par téléphone
Tél. 04 50 35 46 18

**Dans le cadre du dépistage organisé
du cancer du sein, les examens
sont pris en charge à 100 %.**

Retrouvez tous les partenaires et organisateurs de l'évènement sur www.thononagglo.fr



www.thononagglo.fr