



À l'occasion d'Octobre rose, l'association ADONIS, en partenariat avec le CCAS, propose **Le Parcours rose**.

Un parcours en 5 étapes pour sensibiliser au cancer du sein et transmettre les gestes de prévention et d'autopalpation.

1. Prévention

- Dépistage : qui est concerné ? À quel âge ?
- Quiz vrai/faux sur le cancer du sein
- Informations sur les facteurs de risque

2. Apprendre les gestes d'autopalpation

- Démonstration sur un buste pédagogique
- Les signes qui doivent amener à consulter

3. Bien-être

- Conseils de socio-coiffure
- L'image de soi
- Soins des mains
- Foulards & accessoires

4. Exprimer ses ressentis

- Partager un mot d'encouragement ou un engagement pour prendre soin de sa santé
- Séances de dédicaces du livre *Orange* écrit par Lindsey Escorbiac, fondatrice de l'association ADONIS

5. Photo

- Publiez vos selfies sur Instagram en taguant ADONIS avec les mentions #jaiétésensibilisé #OctobreRose #cancerdusein pour sensibiliser à l'importance de la prévention
-

- Centre communal d'action sociale (79 av. de la République)
- 13h30-17h45
- Tout public

Date(s) pour cet événement

Jeudi 8 octobre 2026 - 13:30 - 17:45

Ajouter au calendrier

- [iCalendar](#) [1]
- [Outlook](#) [1]
- [Google](#) [2]
- [Yahoo](#) [3]

Informations pratiques

Horaires:

13h30-17h45

Carte :Hide/Display the map

Tarifs:

Gratuit

Accessibilité au public: Visiteurs à mobilité réduite (avec ou sans accompagnateur)

Fermer

URL de la source (modifié le 08/09/2026 - 14:53): <https://www.pontault-combault.fr/agenda/le-parcours-rose-par-adonis-octobre-rose>

Liens

[1] https://www.pontault-combault.fr/node/7246/field_date//0/addtocal.ics

[2] https://www.pontault-combault.fr/node/7246/field_date//0/addtocal-google

[3] https://www.pontault-combault.fr/node/7246/field_date//0/addtocal-yahoo