



OCTOBRE ROSE

**SANG TABOU ! DE NOS PREMIÈRES
RÈGLES À LA MÉNOPAUSE**

**Avec la participation
d'une infirmière**

**SAMEDI 17
OCTOBRE À
PARTIR DE 10H**

- Animations et stands de sensibilisation
- Les premières règles
- La périménopause, la préménopause et la ménopause
- Prévention cancer du sein



De 10h à 12h

Petit déjeuner de bienvenue

Echange autour de la
périménopause/préménopause et
ménopause

Autopalpation, prévention cancer du
sein

De 14h30 à 16h30 A partir de 10 ans

Les premières règles : comprendre son
cycle, boîte à question anonyme,
découverte des protections
menstruelles

Goûter

Pour les accompagnant(es) atelier bien-
être produit cosmétique maison



3 Place du Général Leclerc 77340 Pontault-Combault

01.82.33.04.24

mosaïque@cscpontault.fr



À l'occasion d'Octobre Rose, le centre social et culturel Mosaïque organise une journée d'information et de sensibilisation sur le sujet des premières règles jusqu'à la ménopause.

Sang Tabou : des premières règles à la ménopause

La journée se déroule en deux parties :

10h-12h

- petit-déjeuner de bienvenue
- échange sur la périménopause, préménopause et ménopause
- apprentissage des gestes d'autopalpation
- prévention et sensibilisation contre le cancer du sein

14h30-16h30 (dès 10 ans)

- découverte des premières règles : comprendre son cycle, découverte des protections menstruelles
- boîte à questions
- goûter
- pour les accompagnant(e)s : atelier bien-être / produit cosmétique maison

Les ateliers seront encadrés par une infirmière.

-
- Samedi 17 octobre à partir de 10h
 - Dès 10 ans
 - Participation libre
 - Sur inscription : 01 82 33 04 24 / mosaïque@cscpontault.fr [1] / à l'accueil du CSC Mosaïque (place du Général Leclerc)
 - Les ateliers se dérouleront au CSC Mosaïque

Date(s) pour cet événement

Samedi 17 octobre 2026 - 10:00Ajouter au calendrier

- [iCalendar](#) [2]
- [Outlook](#) [2]
- [Google](#) [3]
- [Yahoo](#) [4]

Informations pratiques

Horaires:

10h

Carte :Hide/Display the map

Tarifs:

Participation libre

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

Fermer

URL de la source (modifié le 09/09/2026 - 12:58): <https://www.pontault-combault.fr/agenda/sang-tabou-octobre-rose>

Liens

[1] <mailto:mosaique@cscpontault.fr>

[2] https://www.pontault-combault.fr/node/7248/field_date//0/addtoical.ics

[3] https://www.pontault-combault.fr/node/7248/field_date//0/addtoical-google

[4] https://www.pontault-combault.fr/node/7248/field_date//0/addtoical-yahoo