

FLASH INFO N°26 FEVRIER MARS 2025



Assemblée Générale à Pont l'Abbé le mercredi 26 Mars 2025

C'est toujours un réel plaisir de vous retrouver à notre Assemblée Générale et de partager ces instants précieux.

FAITES-NOUS PART DE VOS QUESTIONS

N'hésitez pas à nous poser vos questions, avec vos coordonnées pour les réponses de sorte que nous puissions vous fournir un contenu ou une solution. Merci

GÉNÉRATIONS MOUVEMENT - FÉDÉRATION 17

1 Boulevard de Vladimir - Fief Montlouis -
17106 Saintes Cedex

☎ 05.46.97.50.73 – ☎ 05.46.97.53.20

gmouv17@orange.fr Florence -Secrétariat



CHANGEMENTS D'HEURES EN 2025 EN FRANCE



Date du changement d'heure d'été en 2025 - Le passage à l'heure d'été 2025 en France a lieu le **DIMANCHE 30 MARS 2025** (À 2 heures, il est 3 heures).

*La vie est un écho ;
ce que tu envoies revient,
ce que tu sèmes, tu récoltes,
ce que tu donnes, tu obtiens,
et ce que tu vois dans les autres,
existe en toi*

Généralités Mouvement

Fédération 17
1 boulevard Vladimir
17106 SAINTES
gmouv17@orange.fr



INFO SECRÉTARIAT

Le secrétariat de GM17, sera fermé,

Du 21 avril au 25 avril 2025

merci pour votre compréhension :

gmouv17@orange.fr

**VOISINS
SOLIDAIRES**

Les bons côtés d'être à côté

**L'heure
CIVIQUE**
charentaise-maritime

CONCOURS NATIONAL DE POESIE

La Fédération de Gironde organise chaque année un concours de poésie pour tous les adhérents du Mouvement.

**Thème du concours de
poésie 2025 :**

*“Les Insectes de nos
Jardins”*

Règlement et inscriptions :

**Date limite d'envoi de l'œuvre : le
28 avril 2025**

Adresse d'envoi des œuvres
Générations Mouvement Fédération de
Gironde
13 rue Ferrère 33052 BORDEAUX Cedex



**AG Pont l'Abbé d'Arnoult le
MERCREDI 26 MARS 2025**

Bulletin d'inscription : Emargement - Repas – Spectacle

En pièces jointes à renvoyer avant le 03 mars 2025

DICTÉE AUX GONDS

LA FINALE



Une très bonne ambiance avec 16 participants venus de Croix Chapeau,/Mazeray/St Jean d'Angély et des Gonds

5 personnes ont fait 0 faute

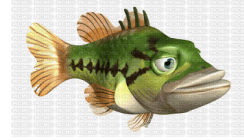
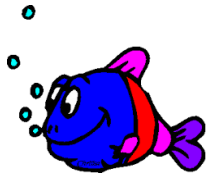
4 sont retenues pour à contrôler avec la première dictée. PELTANT Danièle de St Jean d'Angély et Michèle SAIMPONT, TIMOLEON Christine et BENETEAU Daniel du club de Croix Chapeau.

Annick CRAIKA des Gonds n'ayant pas fait la première épreuve n'a pas été retenue.

Dominique TIMOLEON et Noëlle DERU, remercient Madame Josette PONCHON pour la lecture de celle -ci.

Activité Pêche / *les dernières minutes*

CALENDRIER 2025



SAISON PECHE 2025

**INSCRIPTIONS avant le
1^{er} MARS 2025**

NUAILLE D'AUNIS

Le Mardi 22 avril 2025

Le Mardi 06 mai 2025

Le Mardi 20 mai 2025

Responsable :

Mr MIAUD J.Paul

☎ : 0608130752

LA GREVE S/MIGNON

Le Jeudi 20 Mars 2025

Le Jeudi 10 Avril 2025

Le Mercredi 07 Mai 2025

Responsable :

Mr TIMOLEON ☎ : 0623454175

chrisdomi.timoleon@sfr.fr



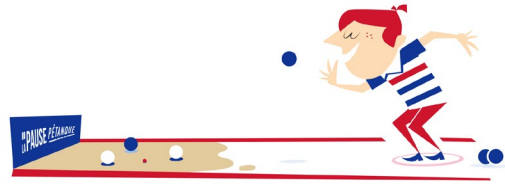
LE FOOT EN MARCHANT

Crée en 2011 en Angleterre, c'est une version lente du football avec des règles aménagées permettant une pratique loisir-santé totalement sécurisée et accessible à tous et toutes (intergénérations, femmes et hommes).

Il se pratique à effectif réduit (5 contre 5, 6 contre 6 voire 7 contre 7, selon la taille du terrain).

Qu'attendons-nous de vous président :

- 1) - que vous parliez de cette proposition à votre conseil d'administration
- 2) - que vous motiviez au sein de votre club un des adhérents, membre ou non de votre CA voir même un ancien joueur de foot de votre commune pour prendre en charge cette nouvelle activité et constituer une équipe d'hommes, femmes ou enfants, de 3 à 7 personnes
- 3) - que vous nous communiquiez par email à gm17@laposte.net, les noms, prénom, adresse, téléphone et email de ce nouveau responsable. (nous prendrons directement contact avec lui.)



PETANQUE 2025

Sport aujourd'hui populaire pratiqué par toutes les générations, la pétanque est un moment de plaisir, de partage et de rencontre à vivre en famille, entre amis ou tout simplement entre passionnés. En pièces jointes toutes les infos des éliminatoires 2025, avec le bulletin d'inscription

4 demi-finales OUVERTES AUX 50 ANS ET PLUS

CALENDRIER PETANQUE 2025

4 demi-finales OUVERT AUX 50 ANS ET PLUS

LUNDI 7 AVRIL 2025

BERNAY SAINT MARTIN pique-nique

Responsable sur le secteur Mme RABALLAND 05.46.33.97.14.

PERIGNAC Repas 20 euros pique-nique

Responsable sur le secteur Mme LYS 06.80.78.77.77.

LUNDI 14 AVRIL 2025

COZES Repas 20 euros pique-nique

Responsable sur le secteur Mme CARON 06.22.27.14.17.

SAINT XANDRE plateau repas 15 euros ou pique-nique

Responsable sur le secteur Mr OUVRY 06.40.53.82.44.

LUNDI 16 JUIN 2025

SAINT SATURNIN pique-nique

Responsable sur le secteur MR YVON MARC 07.44.41.70.45



Pour Info la finale Nationale aura lieu à Argeles sur Mer, au centre Azureva du 30 septembre au 03 octobre 2025



AG de l'Interclubs de St Hilaire de Villefranche



120 participants avec la présence du Maire de St hilaire de Villefranche et d'une conseillère municipale, il a été évoqué toutes les activités que l' Interclubs a effectué.

Sortie cabaret, thés dansant, mini croisière, Puy du Fou, réveillon St Sylvestre et bien d'autres - le tout avec un grand nombre de participants des clubs Brizambourg, Mazeray, Authon, la Présidente regrette le manque de participation du Club de la Neige des Ans.

La Présidente Lysiane Frith et Daniel Dabonneville ont remercié l'ensemble de leur équipe pour leur dévouement sur toutes leurs manifestations.



Avec nous, la vie associative devient un plaisir



N'oubliez pas de nous communiquer vos emails pour une mise à jour pour 2025 - Merci pour votre participation : gmouv17@orange.fr

Une plateforme pour vérifier la fiabilité de vos partenaires touristiques !

Les **ENTREPRISES DU VOYAGE** ont mis en place une plateforme pour vérifier si un prestataire de tourisme est bien habilité à organiser des voyages. Ce moteur de recherche offre désormais la possibilité de vérifier qu'une agence est immatriculée, en saisissant **sa raison sociale, son nom commercial ou son numéro d'immatriculation**. C'est notamment le cas de Générations Mouvement !

L'immatriculation des professionnels du voyage garantit leur légalité et sécurité, en assurant qu'ils respectent les normes et offrent des services conformes aux exigences légales, protégeant ainsi les consommateurs.



Le moteur de recherche ne peut prendre en compte que les informations figurant sur le registre officiel d'**Atout France**. C'est l'occasion de vous assurer de la fiabilité et la légalité de vos prestataires de voyages, afin d'éviter les arnaques et les mauvaises surprises en cas de difficultés.

Avec le lancement de la campagne de communication qui s'est déroulé le 20 janvier dernier sur les réseaux sociaux (*Facebook, Instagram, Youtube, LinkedIn*), cette initiative entend bien sensibiliser **plus de deux millions de personnes**.





Mars Bleu est le mois de la mobilisation contre le cancer colorectal, piloté par le Ministère de la santé et l'Institut national du cancer (Inca). L'opération vise à sensibiliser la population et les professionnels de santé à l'importance du dépistage. Le cancer colorectal est le 2ème cancer meurtrier de France

Le cancer colorectal figure parmi les plus répandus en France et touche autant les hommes que les femmes. Il concerne chaque année plus de 47 000 personnes, soit près de 130 cas diagnostiqués par jour.

Il évolue souvent, dans un premier temps, sans symptômes ni signes perceptibles. De ce fait, il est parfois diagnostiqué tardivement et nécessite alors des traitements lourds.

Grâce au dépistage et au suivi régulier des personnes présentant des risques personnels ou familiaux, c'est un cancer **évitables**. Détectées à temps, les lésions précancéreuses sont retirées avant qu'elles ne se transforment en cancer.

Ainsi, **les femmes et les hommes âgés de 50 à 74 ans, sont invités tous les 2 ans par courrier au programme national de dépistage du cancer colorectal** (ne présentant ni symptômes, ni antécédents personnels ou familiaux de polype, de cancer ou de maladie touchant le côlon ou le rectum, ni facteurs de risque particuliers, à réaliser un test immunologique). Ce test rapide, efficace et gratuit, est à faire chez soi. Cette année encore, la Ligue contre le cancer promeut le dépistage précoce pour ce cancer qui a engendré, en 2018, plus 17 000 décès.

Elle informe et sensibilise par :

- une mise en lumière des principaux **facteurs de risques** (l'âge, la prédisposition génétique, les antécédents personnels ou familiaux, les habitudes, etc.),
- une **prévention** avant la maladie (contre les nitrites, l'inactivité et la sédentarité, l'alcool, le tabac, etc.),
- un **accompagnement et un soutien** de tous les instants pendant la maladie (soins de support, importance de l'activité physique adaptée, plaidoyers, etc.),
- la **promotion de l'activité physique adaptée** après la maladie (réduction des chances de récurrence, etc.).



Plus que jamais, la Ligue contre le cancer s'investit dans les actions de prévention et sera présente près de chez vous, partout en France et dans les Outre-mer !

Alors si vous avez entre 50 et 74 ans et 2 minutes pour faire le test, cela pourrait vous sauver la vie.

Un taux de participation encore trop faible

Un autre constat préoccupant s'ajoute à cette réalité : **le taux de participation au dépistage atteint difficilement les 33 %.**

Pourtant, un dépistage réalisé à temps peut sauver des vies. **95 % des cancers colorectaux surviennent après 50 ans.**

Détectés suffisamment tôt, ils peuvent être guéris dans 9 cas sur 10.

Le dépistage est pourtant simple, il suffit de commander un kit gratuitement :

- en ligne sur monkit.depistage-colorectal.fr ;
- en pharmacie, avec la carte Vitale ;
- lors d'une consultation chez votre médecin.

Il consiste en un auto-test immunologique qui peut être réalisé en 2 minutes. Envoyés par la poste, les résultats vous sont adressés par courrier.

Ce test est pris en charge à 100 % par l'Assurance Maladie.

- en cas de sang dans les selles, de perte de poids inexplicable ou de troubles du transit, une consultation chez un spécialiste s'impose ;
- si vous avez des antécédents personnels ou familiaux, signalez-les et parlez-en à votre médecin ;

- si vous avez plus de 74 ans, vous pouvez demander à votre médecin de bénéficier d'un suivi personnalisé.

- **Associé à une prévention efficace, le dépistage augmente les chances de guérison.**

- En effet, le mode de vie a une influence importante sur le risque de développer un cancer colorectal : éviter le tabagisme, réduire sa consommation d'alcool, adopter une alimentation équilibrée* (plus de fibres et moins de viande) et pratiquer une activité physique régulière.

Le dépistage c'est en mars, mais aussi toute l'année !

Aidez-nous à prendre soin des autres : parlez-en à vos proches qui ont entre 50 et 74 ans.



Source : [/https://www.ligue-cancer.net/mars-bleu](https://www.ligue-cancer.net/mars-bleu)

DON DE SANG C'EST FACILE DE SAUVER DES VIES

C'est d'abord une question d'âge et de poids.

Vous avez entre 18 et 70 ans révolus ? Vous pesez plus de 50 kilos ?

Bonne nouvelle, vous avez probablement un grand pouvoir, celui de sauver des vies en donnant votre sang !

Vous pouvez donner jusqu'à 6 fois par an pour les hommes et jusqu'à 4 fois pour les femmes.

Pour savoir dès maintenant si vous pouvez faire un don, faites le test en ligne.

Attention, un donneur averti en vaut deux : seul le personnel de santé de l'EFS peut confirmer que vous pouvez donner le jour de votre don à l'issue de votre entretien médical. **Source : <https://dondesang.efs.sante.fr/don-de-sang>**

sang

Atouts & Compétences

Vous avez besoin d'aide ?

Accompagnement

NUMERIQUE

VOUS SOUHAITEZ APPRENDRE À UTILISER
UN ORDINATEUR, UNE TABLETTE OU UN
SMARTPHONE ?



Découvrir l'outil numérique : 1er pas
avec un ordinateur, une tablette ou
un smartphone

Bureautique : utilisation d'un clavier

Internet : créer sa boîte e-mail,
découvrir internet, sécurité

Démarches en lignes : France
Connect, les impôts, la santé, la
banque

Ateliers gratuits

PLUS D'INFORMATIONS :
07 89 08 13 91



Faire ses 1ers pas sur un ordinateur ou un smartphone ?
Atouts & Compétences vous propose des ateliers gratuits sur la pratique du numérique.

Différentes thématiques vous sont proposées :

- gestion de sa boîte mail avec les pièces jointes
- surfer sur internet
- la sécurité (mot de passe, faux e-mail...)
- les démarches administratives
- la gestion de ses fichiers
- le transfert de photos entre smartphone et ordinateur
- différentes astuces pour faciliter votre pratique

Nicolas Remazeilles
Conseiller Numérique France Services
Atouts & Compétences
05.46.97.51.42 / 07.89.08.13.91



**Un nouveau partenaire pour Les adhérents de
GénérationMouvement –
10 % de remise**



Dépannage informatique à domicile

07 68 64 75 18

**Votre ordinateur est lent ?
Il existe des solutions pour accélérer
les performances sans devoir acheter un
nouvel ordinateur**

- ⇒ **Réparation ordinateurs**
- ⇒ **Optimisation des performances**
- ⇒ **Migration vers Windows 11**
- ⇒ **Configuration nouvelle imprimante Wifi / box / décodeur TV**
- ⇒ **Transfert des données lors d'un changement d'ordinateur**



**Je me déplace sur le
secteur de :**

- ⇒ **Jonzac**
- ⇒ **Pons**
- ⇒ **Saintes**

Et leurs alentours

MUTUALIA SANTÉ CFR

Mutualia,
la mutuelle
proche des seniors



UNE GAMME COMPLÈTE

4 niveaux de garanties



AU TARIF AJUSTÉ



AVEC UNE ASSISTANCE INCLUSE

Mutualia, partenaire de Générations Mouvement 17



Vos agences de proximité à
SAINTES, LA ROCHELLE,
MARENNES, JONZAC
et SAINT-JEAN d'ANGÉLY.



POUR PLUS D'INFORMATIONS

05 46 90 07 07

Du lundi au vendredi de 8h30 à 17h30
et le vendredi de 8h30 à 17h

www.mutualia.fr



CFR

Mutualia

Entre nous, c'est humain