

*La joie des
autres est une grande
part dans la nôtre.*

Générations Mouvement
Fédération 17
1 boulevard Vladimir
17106 SAINTES
gmouv17@orange.fr
0546975073



INFO SECRÉTARIAT

Le secrétariat de GM17, sera fermé,
du 01 mai au 15 mai 2026
merci pour votre compréhension :
gmouv17@orange.fr

**VOISINS
SOLIDAIRES**
Les bons côtés d'être à côté

UNE HEURE PAR MOIS
C'est à la portée de tous

**L'heure
CiviQUE**
charentaise-maritime



Assemblée Générale à Pont l'Abbé le jeudi 02 AVRIL 2026

QUEL PLAISIR DE SE RETROUVER À L'OCCASION
DE NOTRE AG

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

Changement d'heure d'été 2026

DATE

Nuit du Samedi
28 au Dimanche 29
Mars 2026



Partout
en France

HEURE



À 2h, il sera directement 3h !

Perte d'1 heure de sommeil.

POURQUOI ?



Économiser
de l'énergie



Impact sur
le sommeil

- ✓ Règles identiques dans toute l'Europe
- ✓ Suppression pas encore décidée
- ✓ Certains appareils à régler manuellement

✉ contact-administratif.fr



Représentation

Proches de la vie quotidienne des citoyens et menant des actions de terrain, Générations Mouvement s'appuie sur son expérience pour représenter les retraités et personnes âgées dans toutes les instances locales, départementales, nationales et internationales.



Santé

Délivré par le Ministère de la Santé et des Solidarités en février 2007, l'agrément santé permet à Générations Mouvement de siéger dans toutes les instances hospitalières ou de santé publique.

Social et Solidarité



une action humanitaire qui a débuté il y a plus de 25 ans. Elle regroupe aujourd'hui plus d'une vingtaine d'associations départementales en France, issues pour la plupart de partenariats Groupama - Générations Mouvement. Les bénévoles œuvrent pour la mise en place de projets solidaires sur l'île de Madagascar : éducation, formation professionnelle, santé et environnement. Grâce à des collectes de fonds et de matériel, 4 à 5 containers sont envoyés chaque année.

Générations Actions est un concours annuel, organisé en partenariat avec la Mutualité Sociale Agricole (MSA), ouvert aux associations adhérentes à Générations Mouvement.

50 ANS DE LIEN SOCIAL

Loisirs, solidarité ou intergénérationnel : ces trois axes forts de leur action prennent tout leur sens dans une société au sein de laquelle la lutte contre l'isolement devient une priorité. Cet engagement est plus que jamais d'actualité pour l'avenir et se base sur près de 50 ans d'une vie associative riche et adaptée aux évolutions des mentalités et des modes de vie.

Dans les communes, les cantons, les territoires, des bénévoles de Générations Mouvement agissent au quotidien pour créer du lien et faire en sorte que les lieux de vie de ses adhérents soient animés de rencontres, d'échanges et de partage



AG Pont l'Abbé d'Arnoult le

Jeudi 02 Avril 2026

Bulletin d'inscription : Emargement - Repas – Spectacle

En pieces jointes à renvoyer avant le 02 mars 2026



PETANQUE 2026 DEMI-FINALES

4 demi-finales OUVERTES AUX 50 ANS ET PLUS

CALENDRIER PETANQUE 2026

4 demi-finales OUVERT AUX 50 ANS ET PLUS

LUNDI 13 AVRIL 2026

BERNAY SAINT MARTIN pas de restauration, piquenique

Responsable sur le secteur Mme RABALLAND 05.46.33.97.14.

ST SEVER Restauration pour le prix (en attente) ou piquenique

Responsable sur le secteur Mr BARBEAU.06.85.43.25.87

LUNDI 20 AVRIL 2026

COZES Restauration pour le prix (en attente) ou piquenique

Responsable sur le secteur Mme CARON 06.22.27.14.17.

SAINT XANDRE Restauration plateau repas 16 euros ou piquenique

Responsable sur le secteur Mme LOIZEAU 06.60.41.45.37

FINALE LUNDI 8 JUIN 2026 *LES GONDS*

Restauration Plateau repas ou piquenique

Responsable sur le secteur ■ Mme DERU 06.44.38.55.90



Pour Info la finale Nationale aura lieu à Argeles sur Mer, au centre Azureva
Mardi 29 Septembre au Jeudi 1^{er} Octobre 2026 inclus



AG de du club de MAZERAY

Beaucoup de participants à l'assemblée générale du club de Mazeray, avec la présence du Maire, il a été évoqué toutes les activités.

Sortie, thés dansant, et bien d'autres - le tout avec un grand nombre de participants.

Madame Lysiane Frisch et Monsieur Daniel Dabonneville ont remercié l'ensemble de leur équipe pour leur dévouement sur toutes leurs manifestations.



*Avec nous, la vie associative
devient un plaisir*



Raphaëlle



Alexandre de
MUTUALIA



Thierry de
Mutualia

Madame Fritsch
Lysiane
Présidente de
l'Interclubs

Madame Déru
Noëlle Trésorière
Fédération GM 17

**Présent lors de l'Assemblée Générale
nos partenaires : Mutualia avec
Alexandre et Thierry et Raphaëlle de
Présence Verte**



L'AG du club des Gonds s'est déroulé le 22/01/26 à la salle des fêtes aux Gonds.

Nous avons une centaine de participants, il y avait la présence d'Alexandre Yacoub de MUTUALIA et de Raphaël de Présence Verte qui ont fait une présentation.

Le rapport moral et les comptes ont été approuvés à l'unanimité.

2 nouveaux membres sont venus nous rejoindre pour faire partis de notre équipe

Des remerciements ont été adressés à Mme Hadj Conseillère Municipale des événements sur la commune des Gonds pour le travail que nous avons effectué ensemble lors de son mandat.

Celle-ci s'est clôturée par le pot de l'amitié

Un grand merci à tous.

Noelle DERU Présidente du club.



N'hésitez pas à demander
aux partenaires de venir
lors de votre AG

INFOS SANTE

MARS BLEU 2026

Mars Bleu est le mois de prévention et de **dépistage du cancer colorectal**, qui touche chaque année plus de 47 000 personnes en France. Détecté tôt, il se guérit dans 9 cas sur 10 ! Ce dépistage est simple, indolore et se fait chez soi. Il concerne toutes les personnes de 50 à 74 ans sans symptômes ni antécédents.



POURQUOI SE FAIRE DÉPISTER ?

Le cancer colorectal est la 2ème cause de décès par cancer en France mais aussi l'un de ceux qui se soignent le mieux lorsqu'il est détecté tôt : **9 cas sur 10 sont guéris, s'il est dépisté à un stade précoce.**

Il se développe dans le côlon ou le rectum (gros intestin) à partir de polypes (dont la taille joue un rôle important). Ce cancer peut rester silencieux pendant plusieurs années.

Cette maladie touche autant les femmes que les hommes !

-Comment faire son dépistage?

En récupérant un kit de dépistage chez votre médecin, en pharmacie ou en ligne : monkit.depistage-colorectal.fr

-Étapes par étapes.

Ce dépistage s'adresse à toutes les femmes et tous les hommes âgés **de 50 à 74 ans**, à risque moyen c'est-à-dire ne présentant ni antécédents personnels et ou familiaux ni facteurs de risque particulier.

Il permet de déceler les lésions au stade précoce, et bien avant que des symptômes apparaissent.

Tous les 2 ans, vous recevez un courrier de votre organisme d'assurance maladie (CPAM, MSA, MGEN...) vous invitant à vous faire dépister.

☐ Si vous n'avez pas reçu votre courrier, vous pouvez appeler votre organisme d'assurance maladie pour demander le renvoi d'une invitation !

1. Je me procure un kit de dépistage

3 modalités s'offrent à vous pour vous procurer gratuitement le kit :



- Auprès de votre médecin (généraliste ou gastro-entérologue),
- Chez votre pharmacien,
- En ligne sur monkit.depistage-colorectal.fr

En fonction des antécédents personnels ou familiaux et des habitudes de vie, le professionnel de santé évaluera votre niveau de risque de développer un cancer colorectal. Il vous orientera vers la modalité de dépistage ou de surveillance la mieux adaptée à votre

Le kit contient une enveloppe avec un tube de prélèvement.

- Prélevez un petit échantillon de selles.
- Inscrivez la date de prélèvement.
- Glissez le tout dans l'enveloppe T fournie (gratuite et préaffranchie).



Comment réaliser mon test ?

Pour que le test puisse être analysé, il ne doit pas s'écouler plus de six jours entre sa réalisation et la lecture au laboratoire d'analyses médicales. Il est recommandé d'éviter l'envoi du test les week-ends et/ou la veille des jours fériés.

Je reçois mes résultats

Vous recevez un SMS du laboratoire avec un lien vous permettant de consulter vos résultats en ligne sous 15 jours environ. Votre médecin reçoit également vos résultats via messagerie sécurisée (à condition d'indiquer ses coordonnées).

- **Test négatif (96 % des cas) :** rien d'anormal a été détecté (pas de sang dans les selles). Vous serez invité à refaire le test dans deux ans.
-
- **Test positif (4 % des cas) :** du sang a été retrouvé dans les selles. Cela ne signifie pas forcément que c'est un cancer. Votre médecin vous orientera vers un gastro-entérologue pour effectuer une coloscopie afin de vérifier la présence éventuelle de polypes et, si besoin, les retirer avant qu'ils ne se transforment en cancer.



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>

THÉÂTRE à LES GONDS

Salle des associations

Rue Hector Berlioz

Une comédie de Pascal
Guillemaud, interprétée par
la Troupe du Lac

A la place du 23 novembre 2025



**Ce soir,
on sort**

 Générations
Mouvement
Les Aînés Ruraux

Entrée : 12 €
Gratuit pour les -12 ans

 BORDEAUX
USAC
UNION SPORTIVE ACADEMIQUE CHARENTAISE

DIMANCHE 26 avril 2026 à 15h

Réservation au 05 46 97 50 73

Paiement par chèque à la réservation à envoyer à : Générations
Mouvement 17, 1 Bd Vladimir, Fief Montlouis, 17106 Saintes

PERMIS DE CONDUIRE: VOTRE PAPIER ROSE NE SERA PLUS VALABLE À CETTE DATE

Si vous avez toujours votre papier rose comme permis, attention, sachez que ses jours sont comptés. Il ne sera plus valable et vous devrez le remplacer par le nouveau format plastifié. Explications.



C'est une véritable institution dans nos portefeuilles – à condition qu'il y rentre, et rien n'est moins sûr tant son format en trois volets est encombrant : le fameux permis de conduire rose, délivré pour la première fois **au début des années 1920**, est de plus en plus obsolète.

Mais beaucoup y sont encore très attachés, ne serait-ce que pour la valeur sentimentale qu'il véhicule – c'est le cas de le dire. Il n'est pas rare d'y voir agrafées des photos d'identité délavées en noir et blanc, des trombines plus jeunes de dizaines d'années voire des **données renseignées à la main**, dans la grande tradition de l'administration d'antan.

Seulement voilà : il va falloir se résoudre à le remplacer.

De très nombreux automobilistes possèdent déjà le nouveau format de permis : plus petit, de la **taille d'une carte bancaire**, sécurisé et utilisable à l'étranger. Du reste, il s'agit là de celui qui, depuis plus de 10 ans, constitue désormais la norme en la matière.

Pour autant, le permis rose, **délivré jusqu'en 2013**, reste valable, même s'il présente des inconvénients : outre ses dimensions peu pratiques (**106 x 221 mm déplié**), il est facile à déchirer et à falsifier, et si vous voulez louer une voiture à l'étranger, vous risquez de vous heurter à des refus.

Autre inconvénient de l'ancien modèle : l'**impossibilité de consulter son solde de points** en ligne, et d'enregistrer son permis sur l'application France Identité.

Alors, même si, en théorie, cet «antique» document reste valide, songez à le remplacer.

D'autant que le gouvernement a fixé la date à laquelle vous n'aurez, de toute façon, plus le choix : **à partir du 19 janvier 2023**, si vous présentez ce vieux modèle, vous serez en infraction.

L'amende de 11 euros pourra être majorée à 38 euros. Et si, après cette première sanction, vous ne présentez pas les preuves d'obtention d'un permis aux normes, la note montera **jusqu'à 135 euros** voire l'immobilisation du véhicule.

Mais s'il affiche pas mal de qualités, le permis au format carte bancaire présente un défaut qui provoque l'ire de nombreux automobilistes : **il a une période de validité. 15 ans**, en l'occurrence, et l'obligation donc de renouveler la demande avant expiration. Vous n'avez cependant plus le choix. La bonne nouvelle, c'est que vous avez sept ans devant vous pour effectuer les démarches. Pour rappel, **le nouveau permis est gratuit** pour les détenteurs de l'ancien modèle.



Une OFFRE GLOBALE DE SERVICES À LA PERSONNE pour tous en Charente-Maritime



**Vous accompagner,
c'est notre métier !**

En savoir plus



Portage
de repas

ZOOM SUR...

**UN CHOIX
À LA CARTE**
comme au restaurant !

Composez votre menu,
au gré de vos envies :

- différentes formules
«midi», «soir»,
«gourmandes»
& adaptées aux
régimes alimentaires

Avec **AIDER 17**,
j'allie plaisir
& gourmandise



**Une équipe à
votre écoute !**

05 46 97 50 88
www.aider17.fr

Source Msa des charentes

Avec l'avancée en âge, préserver son autonomie devient important. La MSA et l'Assurance Retraite soutiennent l'outil d'auto-évaluation ICOPE MONITOR, qui vous permet en quelques clics de réaliser dès maintenant un premier bilan chez vous. Des questions simples vous seront posées permettant d'évaluer 6 fonctions essentielles : mémoire, mobilité, nutrition, vision, audition et santé mentale.

Le programme ICOPE, qu'est-ce que c'est ? A qui est-il destiné ?

La MSA soutient **ICOPE** (Integrated Care for Older People) "soins intégrés pour les personnes âgées", un programme novateur de l'Organisation mondiale de la santé (OMS). Ce programme a pour but de vous aider à bien vieillir et à rester autonome.

Il s'adresse à toute personne de **60 ans et plus** (ou moins !) qui souhaite maintenir sa forme physique et mentale. Si vous voulez préserver votre santé, rester actif et continuer à faire les choses qui comptent pour vous, le programme ICOPE est une excellente solution.

Un dispositif accessible à tous

Cette auto-évaluation est rapide, gratuite et réalisable depuis votre smartphone, tablette ou ordinateur. Grâce à ce programme vous pouvez mesurer et suivre directement les **6 fonctions essentielles** (mémoire, nutrition, vision, audition, bien-être psychologique, mobilité) afin de continuer à faire le plus longtemps possible ce qui est important pour vous.

Ainsi vous pourrez :

- repérer très tôt d'éventuels signes de fragilité, avant même l'apparition de symptômes,
- agir rapidement avec l'aide d'un professionnel de santé si nécessaire
- vous familiariser avec des outils numériques simples

Si une fragilité est détectée, vous serez invité à en parler au professionnel de votre choix. Dans certains départements, vous pouvez aussi être contacté par des professionnels de santé engagés dans le programme ICOPE pour vous proposer un accompagnement personnalisé. Sinon, vous serez simplement encouragé à renouveler ce test tous les 6 mois.

Parce que l'âge, c'est dans la tête mais pas que, évaluez votre forme générale avec ICOPE !

Agissez dès maintenant



- Rendez vous sur sante.fr
- Réalisez votre auto-évaluation gratuite : je télécharge l'application, je crée un compte, m'évalue et je conserve mes identifiants reçus par mail pour ma prochaine évaluation
- Si un signe de fragilité est repéré, contactez rapidement un professionnel de santé

Pour aller plus loin

Connaissez-vous le site pourbienvieillir.fr ? C'est LE site internet dédié au bien-vieillir ! Vous y retrouverez de l'information, de nombreux conseils d'experts pour profiter pleinement de votre vie de retraité, des quiz, les vidéos « Les Zastuces pour bien vieillir » et des activités organisées près de chez vous pour garder forme et santé.

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



Entre nous, c'est humain