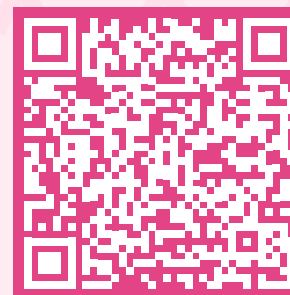


OCTOBRE ROSE

LE PROGRAMME

SOUTENEZ OCTOBRE ROSE !

L'ENSEMBLE DES BÉNÉFICES RÉCOLTÉS SERA REVERSÉ À LA LIGUE CONTRE LE CANCER DU SEIN.



VOUS NE POUVEZ PAS PARTICIPER OU VOUS SOUHAITEZ SIMPLEMENT CONTRIBUER À LA MOBILISATION ?
FAITES UN DON DIRECTEMENT EN LIGNE EN SCANNANT LE QR CODE DE LA CAGNOTTE.
CHAQUE PARTICIPATION COMPTE.



www.ville-le-plessis-bouchard.fr
01 34 13 71 39



DIMANCHE 4 OCTOBRE

MARCHE ROSE

PARC YVES CARRIC

10H – OUVERTURE DU VILLAGE OCTOBRE ROSE

Ouverture des stands de prévention et de sensibilisation, des exposants, de l'espace restauration et de l'exposition de voitures et motos.

10H15 – 1^{RE} DÉMONSTRATION DES RUBIES PARISIS (RUGBY)

10H30 – MARCHE ROSE

📍 Départ de la Marche Rose depuis le parc Yves Carric.

10H45 – ATELIER SOPHROLOGIE

Un moment consacré à la respiration, à la détente et au bien-être.

📍 ALSH Les Mille Pattes

12H – 1^{RE} PARADE DE VOITURES ET MOTOS

📍 Départ depuis le parking du Centre culturel, sur le circuit prévu à cet effet.

12H30 – PAUSE DÉJEUNER & MOMENT CONVIVAL

Food-truck Little Italy / Crêpes et goodies proposés par Crossroads95

📍 Tables et barnums à disposition dans le parc.

14H – « PÉRINÉE LUDIQUE EN MUSIQUE »

Animé par Mme Corinne Brunel, sage-femme.

Un atelier consacré au périnée à travers une approche ludique et en musique.

14H30 – 2^E PARADE DE VOITURES ET MOTOS

15H – 2^E DÉMONSTRATION DES RUBIES PARISIS (RUGBY)

15H – ATELIER KINTSUGI

Découvrez le kintsugi, un art japonais qui consiste à réparer un objet brisé en mettant en valeur ses fissures. Un atelier créatif et symbolique autour de la réparation, de la reconstruction et de la résilience.

📍 ALSH Les Mille Pattes

15H – « SPORT ET PÉRINÉE »

Animé par Mme Corinne Brunel, sage-femme.

Un temps d'information et de sensibilisation autour de la pratique sportive et du périnée.

16H – INITIATION AU LADY STYLING BACHATA LES VENUS FREE

Une heure d'initiation pour découvrir les mouvements et l'expression corporelle du Lady Styling Bachata. – Durée : 1h / 10 à 12 participantes maximum



INSCRIPTIONS AUX ATELIERS

Tous les ateliers durent 45min/1h, et sont accessibles uniquement sur inscription, dans la limite des places disponibles : sports@leplessisbouchard.fr

Inscription avant le 2 octobre 2026

TOUT AU LONG DE LA JOURNÉE

Un espace dédié à la prévention, la santé et l'accompagnement réunira notamment :

Mme CHEMLA, Pharmacienne – Prévention autour du cancer du sein, informations sur le dépistage et sensibilisation aux gestes d'autopalpation mammaire.

Mme GIRARD, Sophrologue – Échanges autour de la respiration, de la relaxation et du bien-être, en complément de ses deux ateliers.

Mme ROSSI, Infirmière – Prévention, information et échanges autour de la santé et de l'accompagnement.

Mme BRUNEL, Sage-femme – Échanges autour de la santé féminine et deux ateliers spécifiques consacrés au périnée.

Mme LACHET, Studio V – Présentation de la micro pigmentation esthétique et corrective

Mme GOMEZ, Tatoueuse – Spécialisée dans les cancers féminins.

Animations sur le tatouage esthétique et recouvrement de cicatrices ou de mastectomie.

Exposition de voitures et motos sur le parking du Centre culturel tout au long de l'événement, en complément des deux parades.



SAMEDI 10 OCTOBRE PINK BODY KARATÉ

📍 GYMNASÉ ANDRÉ GUILLAUMIE
SALLE ANNE FRATELLINI

Le Karaté Club du Plessis-Bouchard se mobilise pour Octobre Rose avec une soirée sportive et solidaire en musique. Séance enfants dès 7 ans de 18h à 19h, puis ados et adultes de 19h30 à 20h30. Prévoir une tenue sportive, des chaussures propres et une bouteille d'eau. Participation : 1 €.

SAMEDI 24 OCTOBRE COLOR RUN

📍 PARC YVES CARRIC
RENDEZ-VOUS À 14H
OUVERT À TOUS



Pour clôturer Octobre Rose dans une ambiance sportive, festive et solidaire, la Ville vous donne rendez-vous pour sa Color Run, ouverte à tous !

En famille, entre amis ou en solo, venez parcourir le parc sous une pluie de couleurs et d'obstacles, et partager un moment convivial au profit d'Octobre Rose.

Scannez le QR code au dos pour retrouver le plan du parcours et toutes les dernières informations pratiques.