

 Manuela GOUET
(dgs@bonnetable.fr)

 10 janvier 2025

 4 documents

REVUE DE PRESSE DU 4 AU 10 JANVIER 2025

1



Bonnétable - Au premier trimestre à Mazagran

Quotidien Le Maine Libre, www.lemainelibre.fr, vendredi 10 janvier 2025

2



Bonnétable - AVC : Agir Vite, Chaque Minute Compte !

L'Action Républicaine, vendredi 10 janvier 2025

3



Bonnétable - Le tennis de table profite de l'effet JO

Quotidien Ouest-France, ouest-france.fr, mercredi 8 janvier 2025

4



Bonnétable - AVC : chaque minute compte

Quotidien Le Maine Libre, www.lemainelibre.fr, dimanche 5 janvier 2025

Bonnétable - Au premier trimestre à Mazagran

Quotidien Le Maine Libre, www.lemainelibre.fr, vendredi 10 janvier 2025, 257 mots

Soirée crêpes, carnaval, sophrologie, jeux de société : le centre social de Bonnétable regorge d'idées d'activités pour toute la famille.

Situé au n° 8 de la rue éponyme, le centre social Mazagran est un lieu convivial où familles et habitants se retrouvent pour échanger et partager des moments riches en découvertes et en divertissement. En ce début d'année 2025, le centre dévoile son programme du premier trimestre.

Janvier

Vendredi 17 (de 16 h 30 à 19 h) : goûter jeux de société. Gratuit, sur inscription ;

Samedi 25 (de 9 h 30 à 12 h 30) : composez votre pharmacie naturelle maison. Gratuit, sur inscription ;

Mercredi 29 (de 17 h à 19 h) : atelier galette des rois. Confectionnez et décorez galettes et couronnes à emporter. Gratuit, sur inscription. Apporter des contenants.

Février

Vendredi 7 (de 8 h 30 à 22 h) : soirée crêpes party, karaoké et blind test. Tarif : 1 € par personne, sur inscription ;

Mardi 11 (de 18 h 30 à 19 h 45) : yoga en famille, dès 6 ans. Gratuit, sur inscription ;

Mardi 18 (de 19 h à 20 h 30) : fitness famille Disney. Dansez en famille sur des musiques Disney. Collation offerte. Gratuit, sur inscription ;

Samedi 22 (horaires à confirmer) : carnaval avec animations festives (maquillage, déambulation et goûter). Idées de thème bienvenues.

Mars (mois du bien-être pour les femmes)

Samedi 8 (de 10 h à 11 h 30) et vendredi 28 (de 19 h à 20 h 30) : ateliers sophrologie. Gratuit, sur inscription ;

Mardi 11 (de 18 h 30 à 20 h 30) : atelier soin du visage. Prenez soin de votre peau tout en dégustant des douceurs. Gratuit, sur inscription ;

Vendredi 21 (de 18 h 15 à 19 h 30) : soirée yoga. Gratuit, sur inscription.

Contact : 02 43 29 00 01 et 07 85 01 99 98.



Mazagran, un lieu de rencontres et de convivialité au service des familles. © Le Maine Libre

Bonnétable - AVC : Agir Vite, Chaque Minute Compte !

L'Action Républicaine, vendredi 10 janvier 2025, 377 mots

En décembre dernier, le Centre social Mazagran de Bonnétable a organisé une conférence de sensibilisation et de prévention consacrée à l'accident vasculaire cérébral (AVC). Cet événement, mené en partenariat avec la Mutualité Sociale Agricole (MSA) et l'association France AVC, avait pour objectif d'informer le public sur cette urgence médicale et de promouvoir les gestes essentiels pour sauver des vies.

Un message clé : agir rapidement en appelant le 15.

Animée par Émilie Pottier, infirmière spécialisée dans la filière AVC, la conférence a réuni une cinquantaine de participants attentifs et impliqués. En insistant sur un point crucial : « **l'AVC est une course contre la montre, chaque minute compte pour limiter les séquelles et augmenter les chances de récupération.** »

Son message peut se résumer en un acronyme essentiel : « **VITE. Visage paralysé, Inertie d'un membre, Trouble de la parole, En urgence, appelez le 15.** »

Ce geste simple permet une prise en charge immédiate par des équipes spécialisées, essentielle pour limiter les handicaps potentiels.

Au cours de son intervention, Émilie Pottier a également mis en lumière les principaux facteurs de risque d'AVC, ainsi que les moyens de les limiter : maintenir une alimentation équilibrée pour éviter le surpoids, réduire la consommation d'alcool et de tabac, des facteurs aggravants ou encore consulter son médecin régulièrement pour évaluer son risque cardiovasculaire.

Elle a également abordé la question du quotidien après un AVC, en détaillant les aides disponibles pour accompagner les patients touchés par des séquelles.

Sensibilisation des jeunes générations

En parallèle de la conférence, un atelier pour les enfants âgés de 6 à 12 ans a permis de sensibiliser une quarantaine d'enfants du centre de loisirs aux gestes d'urgence. Une initiative saluée par Virginie Boutantin, directrice du Centre Mazagran, et Gladys Le Bihan, conseillère sociale à la MSA. « **Ces jeunes participants étaient fiers d'apprendre comment aider leur famille en cas de besoin** », ont-elles souligné.

Le Centre Mazagran, la MSA, et leurs partenaires poursuivent leurs efforts pour faire de la prévention une priorité. Tout au long de l'année, ils proposent des actions d'information et de sensibilisation au service du bien-être de la population.



Émilie Pottier, infirmière spécialisée dans la filière AVC, a animé la réunion mise en place par le centre Mazagran. © dr

Bonnétable - Le tennis de table profite de l'effet JO

Quotidien Ouest-France, ouest-france.fr, mercredi 8 janvier 2025, 154 mots

La section de tennis de table de la Patriote de Bonnétable, présidée par Luc Lefèvre, se porte bien avec 91 licenciés cette saison. Un engouement, provoqué par les Jeux olympiques de Paris 2024, a été remarqué. Depuis ce début janvier, de nouvelles inscriptions ont été enregistrées.

Les tarifs des licences par catégories : 30 € pour les poussins et les benjamins, 40 € pour les cadets et les minimes, 50 € pour les juniors et 60 € pour les seniors et vétérans.

La dernière journée du championnat s'est déroulée par la victoire des six équipes seniors en prérégalional.

Une animation *Darkping* a eu lieu dans la salle Jacques-Secréatin. 26 duos se sont affrontés dans le noir.

Le traditionnel Loto du club aura lieu dimanche, à 14 h à la salle Mélusine (ouverture des portes à midi). Des bons d'achat de 1 000 € et 4 300 € seront proposés.



Le tennis de table a toujours autant de succès. © Ouest-France

Bonnétable - AVC : chaque minute compte

Quotidien Le Maine Libre, www.lemainelibre.fr, dimanche 5 janvier 2025, 305 mots

En décembre, le centre social Mazagran de Bonnétable a accueilli une conférence de sensibilisation et de prévention sur l'accident vasculaire cérébral (AVC). Un atelier est organisé le 7 janvier.

Cette initiative, organisée en collaboration avec la MSA (Mutualité sociale agricole), visait à informer le grand public sur cette urgence médicale et comment y faire face.

Appeler le 15

Animée par Émilie Pottier, infirmière spécialisée dans la filière AVC, cette conférence a rassemblé une cinquantaine de participants particulièrement attentifs et curieux, posant de nombreuses questions.

Soulignant que l'AVC est la première cause de handicap physique chez l'adulte en France, insistant sur la nécessité d'une prise en charge rapide des équipes spécialisées. Son message était clair : « VITE : Visage paralysé, Inertie d'un membre, Trouble de la parole, et En urgence, appelez le 15. Ce geste simple augmente les chances de récupération. »

Au cours de son intervention, l'infirmière spécialisée a détaillé les principaux facteurs de risque et les moyens de les limiter. Parmi celles-ci : « Maintenir une alimentation équilibrée pour éviter le surpoids. Réduire la consommation d'alcool et de tabac. Consulter son médecin pour évaluer son risque cardiovasculaire. »

Elle a également abordé le quotidien après un AVC, en mettant en lumière les aides existantes en cas de séquelles.

Des participants engagés, des jeunes sensibilisés

Virginie Boutantin, directrice du centre Mazagran, et Gladys Le Bihan, conseillère sociale à la MSA, ont salué l'impact de l'événement, expliquant que « parallèlement, un atelier pour les 6-12 ans a permis à une quarantaine d'enfants du centre de loisirs d'apprendre les gestes d'urgence, les rendant fiers de pouvoir, en cas de besoin, aider leur famille. »

Pour poursuivre cette sensibilisation, le centre organise le 7 janvier prochain un atelier consacré aux facteurs de risque cardiovasculaire, animé par Émilie Pottier.

Inscriptions au 02 43 29 00 01.



En cas de suspicion d'AVC, il faut appeler le 15 au plus vite. © archives Le Courrier de l'Ouest