

Une journée dédiée aux aidants du territoire

Barneville-Carteret — Les aidants de l'ouest de la presqu'île sont invités à une journée qui leur est dédiée. De l'information et des animations, avec prise en charge de la personne aidée, sur inscription.

Dans le cadre de sa mission de lutte contre l'isolement et de prévention de l'épuisement des aidants, le Clic du Cotentin (Centre local d'information et de coordination) et son service Erad (Espace ressource en faveur des aidants et du domicile), en collaboration avec les partenaires locaux du médico-social, organisent une journée dédiée aux aidants pour l'ouest de la presqu'île. Ce sera vendredi 13 octobre, à la salle des Douits.

Vingtaine de stands

« Aujourd'hui, de nombreuses personnes sont confrontées à la perte d'autonomie de personnes malades ou handicapées, quel que soit l'âge. Cette situation demande un investissement important des aidants qui n'est pas sans conséquences sur leur santé », note Stéphanie Levallois, coordinatrice du Clic et du service Espace ressources aidants du Cotentin. « Nous allons communiquer plein d'informations aux aidants sur divers sujets et de différentes manières. Au total, une vingtaine de stands des partenaires du médico-social seront présents. Des

exposants sur les aides financières, les aides possibles au domicile, les solutions de répit, les associations de soutien. »

Ce jour-là, l'accueil de jour de l'Ehpad (Etablissement d'hébergement pour personnes âgées dépendantes) de Barneville va être délocalisé à la salle des Douits. Pour permettre aux aidants de profiter de cette journée, il est proposé « sur inscription », un accueil gratuit de leur proche.

Animations et renseignements pour les aidants

Après un temps d'accueil, des ateliers découverte seront aussi proposés (inscription nécessaire) : à 10 h, sur la relaxation ; à 11 h sur la socio-esthétique, avec des intervenantes. Une micro-conférence sur les troubles de la déglutition sera assurée à 10 h par le Dr Jaunait (gériatrie).

L'après-midi, théâtre-débat à 15 h, avec trois comédiens, en présence de deux psychologues. Au programme, deux saynètes : « L'une avec deux fils qui se posent la question de l'entrée en Ehpad de leur maman



Journée initiée par le Clic (Centre local d'information et de coordination gérontologique) du Cotentin avec le soutien de la mairie de Barneville-Carteret, dans la salle des Douits et le centre Eugène Godey, Avenue des Douits à Carteret.

PHOTO : OUEST-FRANCE

et l'autre avec un couple dont l'un des deux vient d'apprendre qu'il a la maladie d'Alzheimer. »

Informations complémentaires ou inscriptions : Clic du Cotentin tél. au 02 33 01 00 00.

Sauxemesnil-Ruffosses

L'École de philatélie a repris ses activités



Les élèves de l'École de philatélie sont réunis autour de Paulette Février (troisième à droite) pour un atelier mensuel.

PHOTO : OUEST-FRANCE

« J'ai fait de ma passion une activité pédagogique », explique Paulette Février. Aujourd'hui, elle fête le 28^e anniversaire d'une section philatélique rattachée à l'association Lire & délire, au sein de la bibliothèque municipale de Sauxemesnil.

Les timbres racontent l'histoire du monde

Depuis 1995, elle anime, un après-midi par mois, un atelier, où adultes et adolescents découvrent les événements et les personnages célèbres qui ont ponctué la vie de leurs parents ou de leurs grands-parents.

Il en est de même pour les sciences naturelles, la géographie ou l'architecture. Après un passage obligé par l'histoire de France, chaque élève choisit « un thème, de la botanique aux locomotives, en passant par le sport ou les sites et monuments, pour conclure sur la thématique originale d'un pays du monde ». Et depuis quelque temps, modernité

oblige, elle s'intéresse aux timbres autoadhésifs. Les participants constituent ainsi un album personnalisé qui se construit peu à peu, instituant les timbres-poste en vecteurs de la connaissance.

Depuis quelques années, Paulette Février, a instauré une formule inédite avec la création « d'un album de timbres classiques », couvrant la période de 1849, date d'émission du premier timbre français, à 1872, pour la majorité de ses élèves. Une opération rendue possible par « la collecte et les dons de timbres depuis trois générations », précise-t-elle.

Les ateliers ont lieu le premier mercredi de chaque mois, salle du conseil municipal, de 15 h à 17 h, d'octobre à juillet. Inscription annuelle : 15 €. Les dons de timbres-poste à adresser à la mairie de Sauxemesnil-Ruffosses sont les bienvenus.

Contact : Paulette Février, tél. au 02 33 40 23 67.

Les Pieux

Des élèves sensibilisés aux métiers de la justice

Dans le cadre de la Journée du droit dans les collèges, organisée par le Conseil national des barreaux, l'avocate au barreau de Cherbourg, Ingrid Desrués, est allée à la rencontre des 4^e du collège Le Castillon. Sa profession, elle l'exerce depuis plus de vingt ans. Une vocation découverte alors qu'elle était en primaire. Sa classe a assisté à une audience du tribunal, elle en est revenue convaincue qu'elle était faite pour ce métier.

Son quotidien aujourd'hui, ce sont principalement des cas de violences

intra-familiales. Elle note au passage que le nombre de plaintes dans ce domaine est en constante augmentation. « Attention, il ne faut pas confondre justice et vengeance. Le rôle de la justice est de trouver des solutions pour apaiser les conflits », rappelle-t-elle. Face aux élèves, elle a défendu sa profession, « qui se féminise de plus en plus ». Les élèves, eux, iront assister à une audience du tribunal de Cherbourg prochainement. De quoi susciter de nouvelles vocations ?

La Hague (Beaumont-Hague)

Du théâtre et des échanges sur la question de l'Intimité

La saison culturelle de La Hague propose en partenariat avec le CCAS (Centre communal d'action sociale) de La Hague, dans le cadre de la Quinzaine de la parentalité, le spectacle *Intimité*, créé en 2020 à l'initiative du centre socioculturel La mosaïque de Cherbourg-en-Cotentin, en collaboration avec l'équipe la Maison des adolescents de la Manche.

Destiné aussi bien aux adultes qu'aux adolescents, il aborde la question de l'utilisation et des comportements amoureux sur les réseaux sociaux. Un mode de communication qui génère des comportements à risques.

Trois saynètes sont proposées par la compagnie Le Rhino l'a vu : la transmission du téléphone portable, la publication de photos intimes et l'e-réputation, la rencontre amoureuse.

Entre chaque saynète, le public sera invité à échanger avec les



Vendredi 13 octobre, « Intimité » à l'espace culturel.

PHOTO : LE RHINO L'A VU

acteurs ainsi qu'avec des professionnels de la Maison des adolescents et de l'Espace des parents de la Hague. Les questions pourront être posées anonymement.

Vendredi 13 octobre, à 18 h 30, à l'espace culturel. Entrée libre sur réservation au 02 33 01 93 20 ou via www.espaceculturel.lahague.com

Valognes

un atelier d'autopalpation proposé pour Octobre Rose



Les deux sages-femmes Caroline Carn et Amandine Lainey ; Simon Philippe, coordinateur du PSLA Valognes Brix et Angélique Mesnage, infirmière Asalee.

PHOTO : OUEST-FRANCE

Le pôle de santé libéral ambulatoire (PSLA) Marguerite Laisné de Vaudremont participe à la campagne de sensibilisation et de prévention du cancer du sein. Simon Philippe, coordinateur du PSLA précise la journée d'action qui aura lieu le 12 octobre. « La Ligue contre le cancer nous prête un buste pour notre atelier de prévention d'autopalpation du sein. Nous accueillerons les femmes mais aussi les hommes, car le cancer du sein peut également les concerner. Chez les hommes, c'est beaucoup plus rare, mais il faut savoir que cela existe. »

Pour cet atelier, les sages-femmes Caroline Carn et Amandine Lainey accueilleront le public, avec Angélique Mesnage, infirmière Asalee (action de santé libérale en équipe). Simon Philippe souligne : « L'an passé, nous avons reçu 60 femmes et un homme. Il est établi que 85 % des femmes ne pratiquent pas l'autopalpation et les anomalies sont souvent constatées lors de relations amoureuses. »

Judi 12 octobre, de 13 h 30 à 16 h 15, PSLA 42, rue de Poterie.

Valognes

Découvrir les oiseaux qui peuplent la ville

Trois questions à...

Jean-Marc Joly, membre du Groupe ornithologique normand (GONm).

Comment s'organisent ces escapades ornithologiques ?

Fort de l'expérience et du succès de l'année scolaire passée, le GONm reprend son cycle de sorties mensuelles à la découverte des oiseaux de Valognes. Une dizaine de personnes se retrouvent une fois par mois pour parcourir les rues de Valognes à la découverte des oiseaux d'un lieu, de la région ou de la période déterminée. Chaque deuxième samedi du mois (sauf indication contraire) en compagnie d'ornithologues passionnés, nous partons à la découverte des oiseaux de Valognes. Un aspect méconnu de la nature en ville.

Pourquoi en ville plutôt qu'à la campagne ?

Valognes recèle des milieux variés favorables à de nombreuses espèces d'oiseaux. Pour une initiation, il nous a semblé important de nous intéresser à la nature proche. Et faire découvrir ces espèces qui nous côtoient quotidiennement et auxquelles nous ne prêtons pas attention est un beau défi. En fonction de la météo, de la marée, nous nous permettrons des



Jean-Marc Joly, membre du Groupe ornithologique normand.

PHOTO : OUEST-FRANCE

escapades à proximité sur le littoral ou dans le bocage.

Quels constats sur l'évolution des oiseaux dans notre quotidien ?

Des espèces se portent bien, voire très bien. D'autres sont en régression ou faiblement représentées. L'émblématique moineau domestique, espèce très liée aux habitations, est rare à Valognes. Les possibilités pour elle de nicher sont bien maigres car les petites cavités dans les murs des habitations sont bouchées.

Rendez-vous à 9 h 30 les samedis 14 octobre, 18 novembre, 9 décembre sur le parking du jardin public. Gratuit.

Valognes

Lionel Suarez en concert à l'Hôtel-Dieu

Pour la seconde fois, Lionel Suarez sera en concert à l'Hôtel-Dieu. Régis Mouchel, directeur de la saison culturelle le présente : « Lionel Suarez est un accordéoniste qui aime déjouer les présages. Il emballe la valse et allanguit les mélancolies. Il sait inventer des ciels de mi-saison, des touffes tropicales et les toundras nordiques. Musicien libre, prodigue, voyageur, il fédère, il assemble des spectacles qui sont à la fois ou successivement musique, théâtre, audace, vertige. »



Lionel Suarez sera en concert le jeudi 19 octobre à l'Hôtel-Dieu.

PHOTO : OUEST-FRANCE

Compositeur, arrangeur, réalisateur, producteur, difficile de dresser une liste de tout ce qu'il sait faire et de tous ceux qui ont fait appel à lui. Mais de Claude Nougaro à Richard Bona, de Jean Rochefort à Harry Connick Junior en passant par Didier Lockwood, Sylvain Luc, Bumcello, l'Orchestre National de Jazz ou Sixun ; derrière les chansons de Zebda, Bernard Lavilliers, Charles Aznavour, Renaud, Pierre Perret, Sanseve-

rino, Olivia Ruiz, Allain Leprest, Yael Naim, Véronique Sanson et tant d'autres, on saisit l'éclectisme et la polyvalence de ce coloriste subtil. Lionel Suarez se joue de tous les styles, il est aujourd'hui un des musiciens les plus recherchés de la scène française.

Judi 19 octobre, à 20 h 45, à l'Hôtel-Dieu. Tarifs de 17,50 € à 8,20 €

À l'agenda de vos communes

Annoncez gratuitement

vos événements sur : www.infocale.fr

Cherbourg-en-Cotentin

Initiation à la recherche généalogique
Patrimoine. Atelier une fois par mois, animé par Isabelle Houmeau, membre du Cercle généalogique de la Manche. Sur inscription : 02 33 88 04 62 ou epn.50110@cherbourg.fr. De 10 h 30 à 12 h : niveau intermédiaire.
Vendredi 13 octobre, 9 h à 10 h 30 et 10 h 30 à 12 h, bibliothèque Boris-Vian, 370, rue des Colverts, Tourlaville. Gratuit. Contact : 02 33 54 37 15, bibliotheque.vian@cherbourg.fr, <https://bibliotheques.cherbourg.fr>

Théâtre d'improvisation La Lichette

Théâtre d'improvisation. La petite ligue cherbourgeoise donne rendez-vous au public pour un théâtre d'improvisation sous format Catch.
Vendredi 13 octobre, 20 h à 0 h, P200 - L'Autre Lieu, 61, rue de l'Abbaye,

Cherbourg-Octeville. Tarifs : 6 €, étudiants et demandeurs d'emploi 4€, moins de 10 ans : gratuit. Contact : 02 33 93 88 73, info@lautre-lieu.fr

L'autre battle : breakdance et DJ set
Hip-hop. Compétition de breakdance et soirée Open Mic.

Samedi 14 octobre, 18 h à 0 h, P200 - L'Autre Lieu, 61, rue de l'Abbaye, Cherbourg-Octeville. Tarif : le jour de l'événement (règlement en espèce) 8€, prévente 5€. Contact : 02 33 93 88 73, info@lautre-lieu.fr

Les Pieux

Centre de développement pour l'habitat et l'aménagement des territoires, Permanence. Lutte contre la précarité énergétique, adaptation et/ou rénovation de logements. Missionné par le Département, un conseiller habitat est à la disposition des propriétaires pour les renseigner gratuitement sur les aides financières

possibles. Rendez-vous par téléphone.

Vendredi 13 octobre, 9 h à 12 h, Maison des services publics, 2 bis, route de Flamanville. Contact : 02 33 75 64 24, contact@pigmanche.fr

Montebourg

Assemblée générale de la SAEL Montebourg
Assemblée générale.
Judi 19 octobre, 20 h 30 à 23 h, salle Bernard-Lelarge, rue du 8 Mai. Contact : ldahirel@outlook.fr

Réville

Reprise des concessions à l'état d'abandon de l'ancien cimetière
Recueil des actes administratifs. Conformément aux articles L2213-17 et L2223-18 du Code général des collectivités territoriales, CGCT, la liste des concessions visées est tenue à l'entrée du cimetière et de la mairie.

Association CinéSaire

Assemblée générale. À l'ordre du jour : présentation du rapport moral, du rapport financier et des projets.
Vendredi 20 octobre, 18 h, salle René Mercier, 2, place de l'Église, Saint-Vaast-la-Hougue. Contact : 06 32 49 10 55.

Valognes

Aspect des peintures murales médiévales de l'ancien diocèse de Coutances
Conférence histoire. Roselyne Fouques s'intéressera lors de cette conférence aux peintures murales médiévales dans le Cotentin afin de déterminer si elles ont des spécificités propres à cette partie de la Normandie. Quelques cartes présenteront leur diversité et nous nous intéresserons à plusieurs églises.
Mercredi 11 octobre, 18 h, à l'Hôtel-Dieu, salle Paul-Éluard, rue de l'Hôtel-Dieu. Gratuit.