

# La gazette



## POUR NOUS

### Une actualité pour tous

À l'occasion d'Octobre Rose, nous vous proposons une sélection d'informations et de ressources pour prendre soin de vous. 🧡❤️

## OCTOBRE ROSE

Mois de sensibilisation au dépistage du **cancer du sein**



### Des activités pour votre proche et vous

#### Sensibilisation au cancer sur routes

Un nouveau dispositif inédit circule dans l'ex Basse-Normandie : "**Baclesse&Vous**", un véhicule dédié à l'information, la sensibilisation et l'accompagnement autour du cancer. 🧡

Conçu pour être accessible et confortable, ce véhicule offre écoute, orientation et informations adaptées, contribuant à réduire les inégalités d'accès à l'information pour tous, y compris les personnes en situation de handicap.

Ce projet a été récompensé par le Prix Ruban Rose Qualité de Vie en 2024.





[Plus d'infos](#)


## Du nouveau dans la mallette "La Fée pour Nous"

Avec la mallette « La Fée pour Nous », testez gratuitement du matériel adapté aux personnes en situation de handicap pendant 15 jours.

Cet automne, découvrez nos nouveaux partenaires :

 Éditions Diamants avec un livre adapté aux troubles dys ;

 Oxybul avec des jeux éducatifs pour éveiller les sens, stimuler la motricité et la créativité ;

 Kardi France avec des outils numériques pour faciliter la lecture et la compréhension de documents dans plusieurs langues.

N'attendez plus pour emprunter la mallette et découvrir tout le matériel !



Réservez-la gratuitement !




dans le Calvados, la Manche et l'Orne  
pour une durée 2 semaines.

Plus d'infos

## Une activité manuelle pour décorer son chez soi

Envie de décorer votre table pour l'automne ? Voici une idée simple que vous pouvez réaliser vous-même ou partager avec la personne que vous accompagnez.

Le matériel qu'il vous faut :

-  Un bocal
-  Une guirlande lumineuse
-  Des pommes de pin, glands, feuilles ou tout autre élément trouvé lors de vos balades.

Pour la création :

1. Déposer la guirlande au fond du bocal.
2. Ajouter quelques pommes de pin ou autres éléments décoratifs.
3. Superposer des décorations jusqu'à ce que le bocal soit rempli.

Un joli bocal automnal à créer seul ou à deux, pour égayer votre table en toute simplicité.



Plus d'infos

**Des recettes à partager**  
**À vos fourneaux !**

Découvrez la recette de tarte à la citrouille en version Facile à Lire et À Comprendre (FALC).

La recette illustrée pour cuisiner à la maison est disponible sur le site Bricalou.



[Voir la recette](#)

## Des ressources pour vous aider

### L'aidanthomètre

En tant qu'aidant, on a souvent tendance à s'oublier, en mettant les besoins des autres avant les siens. Pourtant, comment aider efficacement si l'on se sent de moins en moins bien ?

Le Département de la Manche, avec le CLIC Granville Terre et Mer et Villedieu Intercom, a réalisé un baromètre de l'aidant.

Cet outil pratique vous permet de mesurer l'impact de votre rôle d'aidant sur votre quotidien.

Regardez où vous vous situez !

[Plus d'infos](#)

### Soutien psychologique gratuit

La plateforme de répit « Parenthèse » propose aux proches aidants jusqu'à 10 séances gratuites avec un psychologue.

Ces séances peuvent avoir lieu :

- à domicile,
- par téléphone,
- ou en visio.

Un temps de suppléance peut même être organisé pour que vous puissiez souffler en toute sérénité.

[Plus d'infos](#)

## La formation Autisme & TSA : des repères pour les parents

Cette formation de 4 jours, réalisée en partenariat avec le CRA Normandie COM offre aux parents et aidants des repères concrets sur les Troubles du Spectre Autistique (TSA), les accompagnements possibles, les droits et les outils pour soutenir l'autonomie et le quotidien de leur proche.

Elle permet d'échanger avec des professionnels ainsi qu'avec d'autres familles, et de repartir avec des solutions pratiques à appliquer immédiatement.

Inscrivez-vous sans plus attendre !  
Cette formation est gratuite.



Plus d'infos

## Webinaire sur les séjours adaptés

La plateforme de répit « Parenthèse » a organisé un temps d'information en ligne pour vous accompagner dans l'organisation de séjours adaptés.

Le webinaire a présenté les offres de séjours ainsi que les démarches à suivre pour préparer un départ.

Vous n'avez pas pu y assister ? Le replay est désormais disponible !  
Consultez-le !



Plus d'infos

## Les ressources de la journée " S'informer : une clef pour les aidants "

Retrouvez les ressources de la journée et des partenaires sur un espace en ligne, appelé Padlet, mis à votre disposition.

Vous y retrouverez les présentations, les plaquettes des partenaires et les cartographies des établissements et services médico-sociaux de Normandie.

Vous pouvez également visionner la vidéo pour revivre les temps forts de la journée.



Plus d'infos

# Des rendez-vous à ne pas manquer

## Ciné débat

La plateforme de répit « Parenthèse », avec le soutien du Département du Calvados et de la CNSA, organise des cinés débats sur le thème « Être aidant ».

- 📅 Le jeudi 13 novembre à 19h30
- 📍 Cinéma Le Basselin, Vire (14)
- 🎬 Projection du film « En tongs au pied de l'Himalaya » (1h30)

et

- 📅 Le vendredi 14 novembre à 18h
- 📍 Médiathèque Maurice Delange, Honfleur (14)
- 🎬 Projection du documentaire « Les aidants » (52 min).

Une occasion pour échanger, partager votre expériences et nourrir le débat.  
Inscrivez-vous gratuitement !



Plus d'infos

## Semaine de l'édition jeunesse accessible

Dans le cadre de la Semaine de l'édition jeunesse accessible du 24 au 30 novembre 2025, le Réseau des Bibliothèques Caen-la-Mer et la ville d'Hérouville Saint-Clair vous invitent à un mercredi d'animations et de sensibilisation autour du handicap, sur le thème du livre et de la lecture.

Rendez-vous à Hérouville Saint Clair (14)

- 📅 le mercredi 26 novembre,
- 📍 à la Bibliothèque François Geindre.

Vous pourrez visiter l'espace jeunesse, découvrir des contes en LSF, rencontrer des associations qui œuvrent pour l'accessibilité et l'inclusion et participer à des activités comme de la médiation artistique ou animale.

Pour toutes les animations, pensez à réserver !



Plus d'infos

# Des professionnels pour vous

Pour prendre contact avec les professionnels de la plateforme de répit « Parenthèse », veuillez écrire un mail à l'adresse :

[parenthese@rsva.fr](mailto:parenthese@rsva.fr)

Vous pouvez également prendre contact au **09.82.22.67.94**, puis taper 1 pour prendre attache avec la plateforme de répit.



En savoir plus



**RSVA**

7 bis avenue du Président Coty, 14000, Caen

[Se désabonner](#)