



## LA JOSÉPHINE 2023

*En participant à la Joséphine...*  
**Courez, Marchez... ou et quand vous le voulez pour se mobiliser pour la lutte contre le cancer du sein !**



Cette année de nouveau, la formule est mixte. Ensemble dans les rues de la Roche sur Yon le Dimanche 8 Octobre ou librement dans chaque commune membre de l'Agglomération, du Samedi 30 Septembre au Samedi 7 Octobre.

Nous vous communiquerons prochainement plus d'informations sur les circuits à Thorigny.

### QUI PEUT S'INSCRIRE ?

Pour la course, toutes les femmes de 16 ans et plus. Pour la marche, toutes les femmes de 12 ans et plus.

### QUAND ET COMMENT VOUS INSCRIRE ?

Sur le site : [www.larochesuryon.fr/lajosephine/](http://www.larochesuryon.fr/lajosephine/) du Lundi 21 Août à 12h au Samedi 7 Octobre à 15h. Si vous souhaitez l'option "Tee-shirt", l'inscription doit se faire avant le 24 Septembre inclus.

### QUAND RETIRER VOTRE TEE-SHIRT "LA JOSÉPHINE" ?

Les tee-shirts seront à retirer du 29 Septembre au 7 Octobre dans les magasins Intersport de Vendée (à choisir lors de votre inscription).

### IMMORTALISEZ CE MOMENT ET PARTAGEZ-LE...

Pour reconstituer la fameuse « vague rose », prenez-vous en photo pendant votre course ou marche et partagez vos beaux sourires sur vos réseaux en utilisant le [#jesuisjosephine](https://www.instagram.com/hashtag/jesuisjosephine)



**Le saviez-vous ?**

Le 16 Septembre, c'est la Journée mondiale du nettoyage de la planète ! L'occasion pour chacun de participer à cette grande collecte de déchets en famille ou entre amis.  
**Retrouvez plus d'informations sur le site : [worldcleanupday.fr](http://worldcleanupday.fr).**

## PÉRIODE DE FORTE CHALEUR

*Un registre à votre disposition*

Nous vous rappelons qu'un registre des personnes isolées et/ou vulnérables quant à la chaleur est tenu en Mairie. Si vous êtes concerné ou si l'un de vos proches l'est, n'hésitez pas à venir vous faire recenser sur cette liste de personnes à surveiller.

### VAGUES DE CHALEUR, DES PRÉCAUTIONS À PRENDRE



MOILLER SON CORPS ET SE VENTILER



DONNER ET PRENDRE DES NOUVELLES DE SES PROCHES



NE PAS BOIRE D'ALCOOL



BOIRE RÉGULIÈREMENT DE L'EAU

**EN CAS D'URGENCE, APPELEZ LE 15**



MAINTENIR SA MAISON AU FRAIS : FERMER LES VOLETS LE JOUR



MANGER EN QUANTITÉ SUFFISANTE



ÉVITER LES EFFORTS PHYSIQUES

### Horaires Médiathèque



Les vacances estivales sont terminées. La Médiathèque "Au Fil les Pages" retrouve ces **horaires habituels** : le mercredi de 16h à 18h, le vendredi de 16h30 à 18h30 et le samedi de 10h à 12h.

# Le calendrier des manifestations

## SEPTEMBRE

DIM LUN MAR MER JEU VEN SAM

					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

## Esportif Sportif Thorignais



Début des cours et inscriptions au **multisport**, à 17h et **gymnastique douce et cardio**, à 19h, le Mercredi 13 septembre au Thor'Espace salle Gustave Beignon.

Début des cours de **marche nordique** le Jeudi 14 septembre à 18h devant la salle Gustave Beignon du Thor'Espace.

Samedi 16 au samedi 23 septembre

## Roultoudou

une semaine presque sans ma voiture

### Qui peut participer ?

Les habitants de l'agglomération yonnaise sont invités à prendre part au défi. Ils s'engagent à adopter du 16 au 23 septembre, des modes de déplacement moins impactants pour l'environnement que la voiture. Les participants s'engagent aussi à partager leur expérience, au début et à la fin de la semaine, les samedi 16 et samedi 23 septembre à Thorigny.

### Avec quels moyens ?

Les participants peuvent utiliser les modes ou moyens de déplacement qu'ils souhaitent : marche, bus, vélo, vélo électrique, trottinette, ... Chacun utilise son matériel. L'épicerie prévoit aussi de prêter des vélos via des partenaires.

### Avec quels objectifs ?

Le défi vise à trouver des solutions écologiques individuelles pour aller travailler, gérer son activité, aller voir ses amis, faire ses courses. Il y a également un défi collectif pour réfléchir ensemble aux modes de déplacement de demain, imaginer les aménagements nécessaires pour faciliter ces déplacements doux.

### Inscrivez-vous ici

En complétant le formulaire en ligne



Ou par téléphone  
02 51 98 48 05

coop'licot  
ÉPICERIE ASSOCIATIVE

## OCTOBRE

DIM LUN MAR MER JEU VEN SAM

1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

AMICALE LAÏQUE  
ÉCOLE JACQUES GOLLY

## ASSEMBLÉE GÉNÉRALE

**JEUDI 28 SEPTEMBRE 2023  
20H30 À L'ÉCOLE PUBLIQUE**

**Vous souhaitez participer à la vie de l'école de votre enfant**

- Bilan moral
- Bilan financier
- Verre de l'amitié
- Élection du bureau

**N'hésitez pas Rejoignez-nous**

..... amicale.thorigny@yahoo.fr .....

## Le Club de l'Amitié

Familles Rurales et le Club de l'amitié de Thorigny organisent une réunion publique, destinée aux personnes de plus de 60 ans, qui aura lieu à **15h le Jeudi 28 septembre au Thor'Espace, salle les Chênes.**

Vous avez plus de 60 ans et souhaitez participer à des activités dynamiques dans une bonne ambiance tout en apportant votre contribution par des idées d'activités toujours plus attractives ? **Rejoignez le Club de l'amitié !**



**Samedi 23 Septembre à 18h  
à la Médiathèque  
de Thorigny**

**Remise des prix  
du concours d'écriture  
sur le thème du  
« Mystère »**

**Lancement du nouveau  
concours**



**En présence de  
Fred Neriére  
Auteur du roman  
policier « Le Nid »**



## THEATRE

la Compagnie Théâtrale des Lumières présente :  
une comédie écrite et mise en scène par Pierre Dumoulin

# LE SECRET DE LENA

**9€  
tarif réduit  
4€**

**THORIGNY  
THOR'ESPACE**

**Dimanche 29 octobre - 16h00**

INFORMATIONS ET RESERVATIONS  
en ligne : [www.boutique.destination-larochesurion.fr](http://www.boutique.destination-larochesurion.fr)  
par mail : [tickettheatredeslumieres@gmail.com](mailto:tickettheatredeslumieres@gmail.com)  
par téléphone : 02 51 36 00 85 - 06 84 90 23 81 (de 18h à 20h)