

Le Sorl'Info

Saint-Sorlin-de-Morestel
Octobre 2026



SEMAINE DE LA SANTÉ MENTALE

Que pouvons-nous faire ?

« RECONSTITUTION
D'UNE SALLE DE CLASSE
D'AUTREFOIS »
Un beau succès !

LE MOUSTIQUE TIGRE
NOUS AIME ...
mais pas nous.

Edito

Chères Saint-Sorlinoises, chers Saint-Sorlinois,

Ce mois-ci, nous avons choisi de faire la part belle au sujet de la santé. Si nous sommes tous concernés, c'est bien souvent quand on la perd qu'on se rend compte combien elle est précieuse. On dit aussi que pour prendre soin des autres, il convient d'abord de prendre soin de soi-même. Octobre rose nous rappelle que mieux vaut prévenir que guérir.

Moins connue, nous faisons particulièrement référence à la semaine de la santé mentale dans cette édition. Il paraît que vivre à la campagne favoriserait le bien-être mental et cognitif. Quelle chance avons-nous ! Et pour sublimer cela, nos associations locales vous proposent des rencontres conviviales. Sachons mettre à profit toutes ces cartes chance.

Joyeux automne à toutes et tous !

Nicole GENIN

Écho du conseil

- Au sujet de l'école, la fibre optique a été installée à la rentrée. Des études sont lancées pour des solutions permettant de lutter efficacement contre la chaleur dans le bâtiment. Divers travaux d'entretien ont été réalisés à l'intérieur. Pendant l'été, le sous-sol a été vidé de tout superflu.

La somme allouée pour l'achat de fournitures scolaires a été fixée à 60 euros par élève scolarisé à Saint-Sorlin, avec maintien d'un versement de 300 euros pour la coopérative scolaire.

- Ressources humaines : du nouveau pour nos agents.

•Le contrat de travail de Muriel Cattez (service des repas à la cantine) est reconduit pour deux ans.

•Christelle Delaissay-Pic (Assistante Secrétariat) est titularisée, suite à une formation.

•Quant au contrat à durée déterminée de Suzie Vercelly (Secrétaire Générale de Mairie), celui-ci a été transformé en Contrat à Durée Indéterminée.

Félicitations à ces dames !

- Une nouvelle convention est signée pour la gestion de l'Espace Naturel Sensible Local du Valencey.

- Info CCBD relative à la mobilité : après l'instauration de la plateforme de covoiturage Karos, et de la location de vélos électriques, le Transport À la Demande est le dernier né. Il verra le jour le 19 octobre à 9 h 30. Nous avons déterminé 5 arrêts sur Saint-Sorlin-de-Morestel (ENS + Terrain Orcel + École pour le bas du village, et Boîte à livre + Abri bus Morthelaize pour La Frette. Service gratuit pendant l'expérimentation d'un an.

Une communication précise et massive sera prochainement faite. En attendant vous pouvez vous renseigner auprès de la Communauté de Communes des Balcons du Dauphiné.

- Un devis a été signé pour repasser les lettres des défunts figurant sur le monument aux morts.

- Le Club Diamant nous a fait part de la démission de son bureau. La subvention de 500 euros qui venait de lui être versée a été remise à la Protection Civile dans le cadre des incendies de l'été, par substitution de la Commune.

➡ Le prochain conseil municipal aura lieu le 19 octobre 2026 à 20 h.

Focus travaux

Retour sur des travaux un peu particuliers... Courant juillet, nous avons découvert dans notre ENSL (Espace Naturel Sensible Local à valeur patrimoniale), un très conséquent dépôt sauvage d'arbres et de branchages obstruant l'accès au petit étang. La commune a donc loué un broyeur, et conseillers municipaux et agent municipal ont dégagé l'accès à l'étang sous une chaleur harassante.

Les travaux sur la commune consistent à embellir, rénover, mais parfois aussi, à notre grand regret, à rattraper le manque de civisme de certaines personnes.



Vie du village

Nettoyage d'automne

L'arrivée de l'automne signe le retour de la matinée grand nettoyage du village. Chacun de nous apprécie de vivre dans un village propre. Maintenir cet état est l'affaire de tous !

**RDV le 17 octobre à 9h00
sur la place de la mairie**

Équipement recommandé : bonnes chaussures, gants et gilets fluorescents.
Petits et grands, venez partager ce moment convivial et collectif !
Un grand merci par avance !

Il nous aime, mais pas nous ! Poursuivons nos efforts !

Chaque année, le pic des effectifs de moustique-tigre est en août-septembre (voire octobre selon la météo), avec une hausse des nuisances et des piqûres durant cette période. Vous pensiez être bientôt débarrassé de cet ennuyeux compagnon ? Loin de là...

Afin de limiter leur nuisance, il est nécessaire de maintenir les efforts sur les gîtes larvaires, soit en surveillant et neutralisant toutes les zones de ponte. Zéro tolérance des eaux stagnantes, coupelles, bacs de récupération d'eau !



WE exposition Journées européennes du patrimoine

Les 19 et 20 septembre, à l'occasion des Journées européennes du patrimoine, la NECJ (Commission Nature-Environnement-Culture-Jeunesse) proposait une exposition dans la salle des fêtes Suzanne et Louis Gilet : « Reconstitution d'une salle de classe d'autrefois ». Ce fut un réel succès avec près de 270 visiteurs, venant de plus de 25 communes du département (et même hors département).

Une ouverture spéciale le vendredi avait permis aux enfants de primaire de Saint-Sorlin de découvrir l'école d'antan. Les adultes quant à eux, ont retrouvé au cours du WE, bons (et mauvais) souvenirs. Tous ont reçu un bon point en remerciement de leur visite. Vous trouverez à la fin de votre Sorl'Info, en guise « d'activité cérébrale », un problème tiré d'un cahier d'écolier de l'exposition... Mieux vaut avoir déjà le bon point !

Un immense merci au grand artisan de cette belle réussite, Gilbert Batier qui a mis à disposition ses connaissances et ses richesses ; ainsi qu'à l'équipe de la médiathèque de Vézeronce-Curtin (conviée par Geneviève Corbi) pour un temps de lecture unique proposé à un public attentif. Un dernier merci également à tous les membres de la NECJ pour leur disponibilité et efficacité.

Gardez vos plumes en main, la NECJ vous donne rendez-vous le dimanche 11 octobre, 14h30 pour la 4^e édition de la dictée de Saint-So. À bientôt !



À l'honneur : 30 ans de dévouement pour Christèle Clamaron

Le 25 septembre 2026, la municipalité a eu le plaisir de participer à la remise de la médaille du travail échelon vermeil à notre habitante, Madame Christèle Clamaron. Cette distinction vient récompenser 30 années d'engagement, de rigueur et de professionnalisme exercées au sein de la clinique Saint-Vincent-de-Paul de Bourgoin-Jallieu. Un parcours exemplaire au service des autres que nous sommes fiers de mettre à l'honneur. Toutes nos félicitations à Christèle !



Le Club Diamant cherche une relève !

Après 18 ans de présidence, Nicole Gleize passe le relais. Un grand merci pour son dévouement !

Le club Diamant est une association qui favorise la solidarité de proximité et le partage d'expériences entre ses membres, anciens du village. On cherche parfois une bonne équipe pour jouer, se cultiver, sortir, aller marcher, faire des bugnes... C'est le bon endroit !

L'appel officiel est donc lancé : ceux qui seraient intéressés peuvent se signaler à la mairie qui vous mettra en contact les uns les autres.

"Découverte des criquets, sauterelles et grillons"

Animée par l'association LO PARVI, cette sortie s'est déroulée le samedi 29 août, de 9 h à 12 h, dans l'ENS du Petit Valencey.

Cette animation a attiré plus de 20 personnes : des néophytes, mais aussi des passionnés. Certains étaient équipés de filets permettant la capture et l'étude des insectes. Une douzaine d'espèces ont ainsi été observées avant d'être relâchées. Des photographes étaient également présents, tandis que d'autres participants ont pris des notes.

Une belle matinée de découverte sous le soleil !



Tous engagés pour la santé des femmes

Chaque année, le mois d'octobre est dédié à la sensibilisation et au dépistage du cancer du sein. Un geste simple peut sauver des vies : un suivi régulier et une mammographie permettent de détecter la maladie tôt et d'en faciliter la guérison. En France 1 femme sur 8 est touchée par le cancer du sein au cours de sa vie et ce sont 61200 nouveaux cas qui sont diagnostiqués par an. Prenez soin de vous et de vos proches : parlez-en autour de vous et informez-vous auprès des professionnels de santé.

En France, quel est le cancer le plus fréquent chez la femme ?

Le cancer du sein est le plus fréquent chez la femme devant le cancer colorectal et celui du poumon. Il représente 33 % des cancers féminins par an. Il est aussi la 1^{ère} cause de décès par cancer chez la femme.

L'âge est-il un facteur de risque de cancer du sein ?

Oui, plus une femme vieillit, plus son risque augmente. Le cancer du sein touche généralement les femmes après la ménopause. L'âge médian au diagnostic est de 64 ans.

L'alcool est-il un facteur de risque de cancer du sein ?

En France, en 2025, plus de 8000 nouveaux cas de cancer du sein sont attribuables à la consommation d'alcool. Une femme qui boit 1 verre d'alcool par jour augmenterait son risque d'environ 10 %, ce risque doublerait pour celle qui consomme 2 verres d'alcool par jour, et ainsi de suite.

L'allaitement prolongé réduit-il le risque de cancer du sein.

L'allaitement est bénéfique pour le bébé mais également pour la mère.

Plus l'allaitement dure, plus la protection augmente.

À quelle fréquence est-il recommandé pour une femme de 55 ans de se faire dépister du cancer du sein ?

Le cancer du sein est asymptomatique chez la plupart des malades ; la détection précoce est donc fondamentale. En France, le programme de dépistage organisé

permet la détection à un stade précoce et augmente les chances de guérison. Il concerne les femmes âgées de 50 à 74 ans et consiste à réaliser une mammographie tous les 2 ans.

Quels soignants peuvent réaliser une consultation annuelle de suivi gynécologique ?

Il est recommandé de réaliser une consultation de suivi gynécologique chez un médecin, un gynécologue ou une sage-femme chaque année. Celle-ci permettra entre autres un examen des seins.

En plus du suivi gynécologique et du dépistage organisé, connaissez-vous l'autopalpation mammaire ?

L'auto-examen des seins ou autopalpation est recommandé : c'est un ensemble de gestes simples qui, pratiqués tous les mois, après les règles, permettent à la femme de bien connaître ses seins, de détecter toute anomalie et de la signaler à son médecin. L'auto-examen est un atout de plus pour votre santé mais ne se substitue pas à une visite au moins annuelle chez votre gynécologue ou médecin.

Connaissez-vous les symptômes du cancer du sein ? (Attention : il est possible que le cancer du sein ne cause aucun signe ni symptôme aux 1ers stades de la maladie)

Il est tout à fait normal que l'aspect des seins évolue. Mais il faut être attentive à des modifications inhabituelles et consulter un médecin dès que l'on constate l'apparition d'une grosseur dans le sein ou sous l'aisselle ; la modification de la taille ou de la forme du sein ; une rétraction de la peau du mamelon ou du sein ; un écoulement depuis le mamelon ; un changement d'aspect de la peau (épaississement, aspect "peau d'orange", veines visibles) ; une rougeur anormale du sein.

Adopter des comportements préventifs au quotidien, diminuer sa consommation d'alcool, surveiller son poids, arrêter de fumer, pratiquer une activité physique régulière et manger varié et équilibré, est-ce utile ?

Génétique et antécédents familiaux sont un facteur de risque de cancer reconnu (10 %), mais le cancer du sein est une maladie multifactorielle. Il est possible d'agir en adoptant des comportements simples au quotidien : diminuer sa consommation d'alcool, surveiller son poids, arrêter de fumer, bouger, manger varié et équilibré : nous pourrions ainsi prévenir près de 20 000 cancers du sein par an.

Quizz réalisé avec l'aide du Portail Cancer-Environnement du Centre Léon Bérard
Commission Sociale Municipale de Saint-Sorlin-de-Morestel

Connaissez-vous le RéPsy ?

La 37ème édition des SISM (Semaines d'Information sur la Santé Mentale) aura lieu du 5 au 18 octobre 2026.

Le RéPsy est un dispositif de santé mentale régional à **destination des personnes adultes rencontrant des difficultés du fait de leurs troubles psychiques, avérés ou non, dans leur parcours de vie**. Le RéPsy va du diagnostic au rétablissement. Il s'adresse également aux aidants familiaux et aux professionnels. Il a pour mission de favoriser une meilleure connaissance de la santé mentale et de contribuer à sa déstigmatisation.

À qui s'adresse l'intervention individualisée ? À toute personne adulte présentant des troubles anxieux invalidants - troubles de la personnalité, boulimie ou anorexie, troubles bipolaires, troubles du spectre autistique sans déficience intellectuelle - **retentissant sur la vie quotidienne, sociale, familiale, scolaire ou professionnelle. La prise en charge est gratuite. Elle est d'accès direct**, sans notification de la maison départementale de l'autonomie, ou de la maison départementale des personnes handicapées. Le RéPsy est un Groupement de Coopération Sociale et Médicosociale. Il est financé par l'Agence Régionale de Santé et le Conseil départemental de l'Isère.

À quel moment s'adresser au RéPsy ? Lorsque la situation apparaît comme complexe, que ce soit aux yeux de la personne, de son entourage personnel et/ou de son milieu professionnel, et/ou lorsqu'il est difficile de mettre en place ou de trouver des solutions.

Pourquoi s'adresser au RéPsy ? Pour trouver de l'aide par rapport aux troubles anxieux invalidants, pour pouvoir travailler en milieu ordinaire, vivre en logement autonome, être accompagné à la vie sociale, etc.

Comment s'adresser au RéPsy en Nord Isère ? Prenez rendez-vous au 04 56 58 84 29 ou par mail à contact@repsy.fr (relai de Bourgoin-Jallieu), ou via le site internet <https://www.repsy.fr/> sur lequel vous pouvez télécharger le formulaire de demande d'intervention.

Commission Sociale Municipale de Saint-Sorlin-de-Morestel

Premiers secours en santé mentale

Que ce soit un proche, un collègue ou même une personne inconnue, nous pouvons tous être confrontés à une situation où quelqu'un montre des signes de mal-être ou traverse une crise. Dans ces moments et face à une personne qui ne va pas bien, beaucoup se demandent comment réagir ? Quels mots utiliser pour apporter du soutien ? Que dire – ou ne pas dire – à une personne qui ne va pas bien pour éviter d'aggraver la situation ? Adopter la bonne attitude n'est pas toujours évident, c'est pourquoi il existe un programme de **Premiers secours en santé mentale** qui propose un plan d'action pour aider une personne en état de crise ou développant des troubles psychiques : la méthode **AÉRER®**.

Que veut dire AÉRER ?

- **A**pprocher la personne, évaluer et assister en cas de crise
- **É**couter activement et sans jugement
- **R**éconforter et informer
- **E**ncourager à aller vers des professionnels
- **R**enseigner sur les ressources disponibles

Le secouriste en santé mentale n'est bien évidemment pas un médecin, mais de par sa formation, il sait reconnaître les troubles psychiques et orienter les personnes qui souffrent vers les professionnels.

➡ Envie de mieux comprendre voire de se former au premier secours en santé mentale ? <https://www.pssmfrance.fr>

Commission Sociale Municipale de Saint-Sorlin-de-Morestel

C'EST LE MOMENT
D'APPELER

3114

Numéro national de prévention du suicide
www.3114.fr

    


MINISTÈRE
DES SOLIDARITÉS
ET DE LA SANTÉ

· POUR TOUS ·



LES PERSONNES
EN SOUFFRANCE



L'ENTOURAGE INQUIET
POUR UN PROCHE
OU UNE PERSONNE EN
DÉTRESSE



LES PERSONNES
ENDEUILLÉES PAR
SUICIDE



LES PROFESSIONNELS

Et toute autre personne touchée ou intéressée de près ou de loin par le sujet du suicide.

· UNE ÉCOUTE ·

En tout temps, lorsque vous joignez le 3114, vous obtenez la réponse d'un professionnel formé et capable :

- D'écouter les besoins pour offrir les services les plus adaptés,
- De soutenir et d'accompagner de façon adéquate,
- D'explorer les options qui correspondent le mieux aux besoins,
- D'orienter en fonction de la situation – ainsi que de son urgence,
- D'informer.

Marguerite Guillaud
année scolaire 1934 - 1935

Cahier du jour

Mardi; 14 mai 1934
Correction des devoirs du soir

Problèmes

On achète 300 litres d'un vin qui vaut 160 frs l'hectolitre. On le met en bouteille de $\frac{3}{4}$ de litre. Sachant que les bouchons valent 25 frs les mille, les bouteilles 35 frs la cent et que les frais divers s'élèvent à 30 frs, calculez le prix de revient d'une bouteille sachant que dans l'opération 9 litres de vin se trouvent perdus.

Réponse au prochain numéro !



Accueil de la mairie

Mardi : 8h30/11h30 et 15h/19h

Mercredi : 8h30/11h30

Vendredi : 8h30/12h

Place du 8 Mai 38510 St-Sorlin de M.

04 69 31 87 36 secretariatssm@gmail.com

www.saint-sorlin-de-morestel.fr