



RÉUNION PUBLIQUE

Le groupe des voisins référents, avec l'aide de la gendarmerie et de Monsieur COULAIS, organise une réunion publique sur les dangers d'Internet et la prévention des cambriolages.

Réunion ouverte à tous le mardi 23 novembre 2021 (20h30) à la salle des fêtes (rue du Stade).



ANTENNE FREE

Un mât, supportant l'antenne de l'opérateur Free, vient d'être installé à l'angle du stade de foot, près de la route départementale.

La mise en service devrait être effective d'ici la fin de l'année.

Des relevés d'exposition aux ondes électromagnétiques ont été effectués avant l'installation en service.

De nouveaux relevés seront réalisés après la mise en service afin de s'assurer que l'antenne répond aux normes en vigueur.

Sachez que l'Etat oblige les opérateurs à couvrir au mieux les zones blanches. Pour cette raison, l'emplacement devait répondre au besoin d'une couverture du territoire optimisée au service des usagers, en minimisant autant que possible l'impact visuel.



TRAVAUX DE VOIRIE 2021

Le 16 septembre, les élus ont rencontré, à la mairie, tous les riverains concernés par les travaux de voirie prévus sur Bois Chabot, impasse de la rue de Chausseroi et impasse du Côteau. Nous nous réjouissons de la grande participation de ceux-ci. Ce moment nous a permis d'échanger et d'expliquer les travaux prévus.

Ces derniers sont désormais en cours et devraient être finalisés début octobre.



Dans le cadre du dispositif « Cap Relance 2021 », le Conseil Départemental des Deux-Sèvres participe, pour ces travaux, à hauteur de 10 448€.



Pour la période des fêtes de fin d'année, mettez Exireuil en lumière ! Depuis quelques années, de plus en plus de maisons s'illuminent. Continuez à marquer cette période festive et n'hésitez pas à prendre votre habitation en photo afin de publier votre cliché sur le Facebook de la mairie et le groupe des habitants « Exireuil d'Enfer ».

Toute l'actualité de votre commune sur le site internet <http://exireuil.com> et sur Facebook : Commune d'Exireuil



L'Écho du Puits d'Enfer

Automne 2021



MOT DU MAIRE

Bonjour,

Petit à petit, l'étau des contraintes sanitaires dues à la pandémie se desserre, nous laissant espérer un retour à la normale. Je souhaite vraiment que chacun d'entre nous puisse retrouver la vie sociale d'avant pour partager, échanger, rire, en un mot vivre puisque c'est le propre de l'être humain.

En page centrale, vous allez découvrir le thème choisi par la municipalité « octobre rose », qui est notre façon de soutenir les actions en faveur de la recherche contre le cancer du sein.

Bonne lecture et venez nombreux apporter votre soutien.

Jérôme BILLEROT, maire

RENTRÉE DES CLASSES

C'est avec un grand plaisir que toute l'équipe éducative de l'école Beausoleil d'Exireuil a retrouvé les enfants lors de cette rentrée des classes. Comme M. BLANQUER, le ministre de l'Éducation nationale et de la jeunesse le demande dans la circulaire de rentrée, l'année scolaire a commencé en musique en écoutant plusieurs chansons.

Les enseignants étaient entourés de Mme VIVIER, chargée des affaires scolaires à la mairie d'Exireuil, de plusieurs conseillers municipaux et de Mme DUGUÉ, Conseillère pédagogique de la circonscription de Niort-Saint-Maixent.



La nouvelle directrice Mme CREUZE ainsi que toute l'équipe se sont présentées aux familles :

- Mme AHSAN : maîtresse des CE2-CM1-CM2
- Mme CREUZE et Mme VANDIER : maîtresses des CE1-CE2
- Mme OGERON : maîtresse des CP-CE1
- Mme MACÉ : maîtresse des GS-MS
- Mme FÉNEON et Mme VANDIER : maîtresses des PS-MS

GRUPE FACEBOOK DES HABITANTS « Exireuil d'Enfer »

Depuis plusieurs mois, un groupe Facebook « Exireuil d'Enfer » a été créé. L'objectif de celui-ci est de permettre une meilleure circulation de l'information entre les habitants de la commune. L'ensemble des membres peut partager toute information qu'il juge utile pour les Exirois(e)s (perte d'animaux, organisation d'événements sur la commune, photos récentes ou anciennes des villages...).

Alors n'hésitez plus, devenez membre du groupe « Exireuil d'Enfer » et partagez vos infos !!!!



Bulletin périodique édité par la commission communication

OCTOBRE ROSE

Comme chaque année au mois d'octobre, associations, communes... se mobilisent pour mener des actions en soutien pour la lutte contre le cancer du sein.

Cette année, Exireuil a souhaité participer à cette mobilisation "Octobre Rose" et pour cela nous aimerions que chacun d'entre vous comme il le souhaite, expose un ruban un drapeau une fleur etc. de couleur rose sur votre devant de maison, de façon visible.

Ce geste accessible à tous est un acte solidaire.

Nous le savons tous, nous pouvons être touchés de près ou de loin par la maladie et il est important de montrer que nous nous sentons concernés.

Soutenons-nous les uns les autres.

Merci à vous.



Une marche d'environ 5 km sur Exireuil, ouverte à tous, va être organisée le **dimanche 24 octobre 2021 à 9h 30 (départ à la salle des fêtes)**.
Participation : 5€ (reversés à une association de lutte contre le cancer).
Le verre de l'amitié et un lâcher de ballons clôtureront cette rencontre.
Attention : contrôle du pass'sanitaire avant le départ de la marche.

TÉMOIGNAGES

Agée de 65 ans et suite à une mammographie de dépistage, j'ai appris courant janvier 2021 que j'avais un cancer du sein de grade III. Je n'avais pas d'antécédents familiaux.

Pendant plusieurs jours, j'étais anéantie, j'avais peur de mourir, et j'ai pleuré en cachette. Ensuite, je me suis ressaisie, et je me suis dit "tu vas te battre et tu vas vivre".

Lorsque je l'ai annoncé à mes enfants et mes proches, je n'ai pas voulu pleurer devant eux pour ne pas leur faire de peine.

Je n'ai pas caché ma maladie et j'en ai parlé autour de moi.

Après, tout s'est enchaîné très vite, les examens, l'opération, le protocole de soins chimio, rayons et hormonothérapie.

Bien sûr, ce qui me faisait le plus peur, c'était la chimio avec ses conséquences et de plus, 15 séances c'est long...

Et puis, à mon grand étonnement les effets secondaires sont pénibles mais loin d'être handicapants. Il faut de la patience et du courage.

Malgré la très grande fatigue, je me suis forcée à exécuter des tâches quotidiennes, sans pression et toujours en écoutant mon corps.

Le plus difficile dans cette histoire c'est de perdre sa féminité (cheveux, cils, sourcils, etc...) sans savoir si on retrouvera sa vie d'avant, et bien sûr il y a aussi le regard des autres.

Le chemin vers la guérison reste encore long, mais avec l'amour des miens et leur soutien quotidien qui me sont très précieux, je vais vaincre ce crabe.

J'ai appris que j'étais atteinte d'un cancer du sein suite à un dépistage mammographique.
Grâce à ce contrôle, la tumeur a été détectée à temps, enfin je l'espère...

Je conseille à toutes les femmes qui se négligent en ne faisant pas de contrôle, de prendre 2 heures de leur temps pour faire une mammographie. Cet acte peut vous sauver la vie !
Ça n'arrive pas qu'aux autres et quand on entend le mot cancer, on prend conscience que la vie et celle de l'entourage va être bouleversée.



PRÉVENTION ET FACTEURS DE RISQUES

L'importance du dépistage précoce

Aujourd'hui le cancer du sein concerne **1 femme/8** !

Plus un cancer du sein est détecté tôt, plus les chances de guérison sont importantes. Grâce au dépistage précoce, la moitié des cancers du sein sont décelés alors qu'ils mesurent moins de 2 cm.

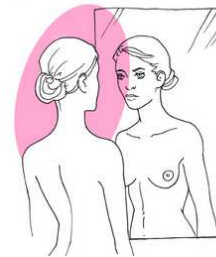
Ce niveau de détection permet d'atteindre de très hauts taux de guérison tout en réduisant considérablement l'agressivité des traitements appliqués. Il est donc important de vous informer sur le cancer du sein car cela peut vous sauver la vie.

Un suivi régulier à tout âge

Vous devez être régulièrement suivie par un médecin traitant, par un gynécologue ou par votre sage-femme : la palpation des seins et des aisselles lui apportera des indications essentielles. S'il ou elle perçoit une anomalie, il ou elle vous prescrira une mammographie ou encore une échographie. Ce suivi médical doit avoir lieu tous les 6 mois ou au minimum tous les ans à partir de 30 ans. Il est important que chacune devienne actrice de sa santé en pratiquant tous les mois une auto-palpation des seins.

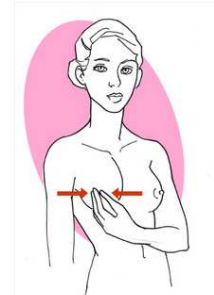
Les gestes de l'auto-palpation

1- Debout, devant un miroir



Inspectez les deux seins et vérifiez qu'il n'y a rien d'anormal : par exemple un écoulement par le mamelon d'un liquide, ou encore de sang, crevasses, fossettes, plis ou peau qui pèle ou dite d'orange sur le sein.

4 - Terminez par le mamelon



Pressez délicatement le mamelon et vérifiez qu'aucun écoulement ne se produit.

Si c'est le cas, prévenez votre médecin sans attendre.

2 - Levez le bras droit



Avec les trois doigts de la main gauche, palpez le sein droit, fermement, attentivement et complètement.

En commençant par la partie externe, parcourez le sein en effectuant de petits cercles avec les bouts des doigts.

3 - Veillez à examiner tout le sein



Une attention particulière doit être portée à la zone entre le sein et l'aisselle, cette dernière comprise.

Cherchez toute grosseur ou toute induration anormale sous la peau.

5- Répétez l'auto-examen sur le sein gauche

