



BALADE ET VILLAGE SANTÉ

Des contes
et des contrées !



GRATUIT

Pour vous
& vos proches



Action proposée
dans le cadre de



VENDREDI 22 MARS
De 14h30 à 17h



CORDES-SUR-CIEL
Place Jeanne Ramel-Cals


Partenaires :

**DÉPISTAGE
DESCANCERS**
Centre de coordination
Occitanie

**CORDES
SUR CIEL**

4C Communauté de Communes
du Cordais
et du Causse





La pratique d'une activité physique adaptée est déterminante et contribue au maintien du capital santé. Reconnue comme facteur important de diminution du risque de développer certains cancers (sein, col de l'utérus, côlon...), tout en étant accessible à tous, la marche permet d'entretenir son système cardio-vasculaire et de se tonifier en douceur.

La Mutualité Française Occitanie vous invite, dans le cadre de Mars Bleu et des dépistages organisés des cancers, à une après-midi de prévention santé.

Programme

De 14h30 à 15h30 : balade contée

Venez découvrir l'histoire de la commune et la richesse de cet environnement. Au fur et à mesure de votre progression sur le sentier, des pauses contées vous transporteront dans l'univers de la faune et de la flore locale.

● **Intervenant : Jean-Marc Biolley**, conteur des Cimes et accompagnateur montagne.

De 14h30 à 17h : village santé

Faites le plein de conseils et astuces auprès d'experts, en parcourant librement les différents stands de prévention santé. De la documentation vous sera offerte.

Et aussi ...

En cas de mauvais temps, la rencontre se fera à la salle des associations de Cordes-sur-Ciel .

GRATUIT

Pour vous
& vos proches