



BALADE SANTÉ

# Des contes et des contrées !



**GRATUIT**  
sur inscription

Action réalisée  
dans le respect des  
règles sanitaires  
en vigueur.



**VENDREDI  
7 AVRIL 2023**

9h-12h ou 13h30-16h30



**CASTELNAU-  
MONTRATIER**

Lieu précis communiqué  
lors de l'inscription



**Partenaires :**


**DÉPISTAGE  
DESCANCERS**  
Centre de coordination  
Occitanie

**LA LIQUE**  
CONTRE LE CANCER

LOT

Génération **S** Sud Lot  
Solidarités au cœur de nos territoires

     
occitanie.mutualite.fr



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.

## Programme

La Mutualité Française Occitanie, en partenariat avec le Centre Régional de Coordination des Dépistages des Cancers en Occitanie, vous invite à des balades contées au cœur du département.

Venez découvrir la richesse de notre environnement, apprendre à reconnaître certaines plantes et leurs vertus. 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.

Un temps d'échange clôturera la rencontre autour des vraies et fausses croyances sur le dépistage organisé.

## Intervenants

**Jean-Marc Biolley**, conteur des Cimes et accompagnateur de montagne.

Un représentant du Centre Régional de Coordination des Dépistages des Cancers en Occitanie.

**GRATUIT**  
sur inscription  
au **05 31 48 11 55**

Du lundi au jeudi  
de 9h à 12h30 et de 14h à 18h  
et le vendredi jusqu'à 16h

**Horaire  
au choix :**

de 9h à 12h ou  
de 13h30 à 16h30