



BALADE SANTÉ

Des contes  
*et des contrées !*



**GRATUIT**  
sur inscription

Action réalisée  
dans le respect des  
règles sanitaires  
en vigueur.



**SAMEDI**  
**15 OCTOBRE**



**MASSEUBE** (9h30-12h)  
**SAMATAN** (14h30-17h)

Lieu précis communiqué  
lors de l'inscription



**Partenaires :**



[occitanie.mutualite.fr](http://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 et ses partenaires locaux vous invitent à des balades contées au cœur du département. Venez découvrir la richesse de notre environnement, à travers des pauses contées au fur et à mesure de votre progression sur le sentier. Le parcours ne présente pas de difficultés et est facile d'accès.

Au cours de la balade, il vous sera proposé d'échanger sur la prévention et l'importance des dépistages organisés des cancers.

## Intervenants

- Un conteur
- Un médecin du Centre Régional de Coordination des Dépistages des Cancers en Occitanie

Pour vous  
& vos proches

**GRATUIT**  
sur inscription

**Masseube : 05 32 93 99 97**  
**Samatan : 06 46 76 00 60**

les mardis et mercredis :  
9h30-12h30 / 13h30-18h

les jeudis et vendredis :  
9h30-12h30