



BALADE SANTÉ

Des contes
et des contrées!



GRATUIT
sur inscription

Pour vous
& vos proches

Un cadeau
sera remis aux
participants



MERCREDI 4 OCTOBRE
ou JEUDI 5 OCTOBRE



VILLENEUVE-LA-RIVIÈRE
ou ST-PAUL-DE-FENOUILLET
ou CABESTANY
ou ANSIGNAN

Détails au verso

Partenaires :



Maison de Santé Libérale du Fenouillèdes
Ensemble, pour votre santé



La
Semaine
Bleue
À tout âge, ensemble !



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, avec le soutien du Département des Pyrénées-Orientales, vous invite à une balade contée accessible à tous, de 3 km maximum.

Accompagnés de vos enfants ou petits-enfants, si vous le souhaitez, venez découvrir la richesse du patrimoine local, comprendre la nécessité de respecter l'environnement, apprendre à reconnaître certaines plantes et leurs vertus et observer l'architecture locale.

Au fur et à mesure de votre progression sur le sentier, des pauses contées en musique vous transporteront dans l'univers de la faune, de la flore locale et d'histoires urbaines.

Intervenant

Jordi Mach, conteur.

Dates & lieux *(Lieux précis communiqués lors de l'inscription)*

Rendez-vous le mercredi 4 octobre :

- À Ansignan de 10h à 12h
- À St-Paul-De-Fenouillet de 14h à 16h

Rendez-vous le jeudi 5 octobre :

- À Cabestany de 10h à 12h
- À Villeneuve-La-Rivière de 14h à 16h

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

Du lundi au vendredi
de 9h à 19h

Nombre de place limité.

Chaque participant doit se munir d'un équipement adapté (eau, tenue, chaussures).