

**OUVERT À TOUS GRATUIT !**

# Santé en balade

## ... à Mauriac

**Vendredi 19 mai**  
de 14h à 19h

**Samedi 20 mai**  
de 10h à 18h

### SALLE ANDRÉ THIVET



# PROGRAMME

## En continu

➤ Côlon tour® visite commentée par les gastroentérologues du département, de nombreux stands d'information et de sensibilisation animés par l'ARDOC, la Ligue contre le Cancer, la Mutualité Française sur l'alimentation avec des dégustations et la présence d'une diététicienne pour échanger sur l'équilibre alimentaire, la CPAM avec le coaching santé en ligne, une initiation à la trottinette pour les ados, adultes et séniors,...

## + des temps forts

➤ **Vendredi 19 mai**

Initiations à différentes activités physiques avec la Fédération Sport pour Tous du Mont-Dore : sarbacane sportive, coxi bola, disc golf, ball'zen et marche nordique. *Uniquement le vendredi*

**17h Conférence-débat**  
**Dépistons le cancer du côlon** par le Pr Michel DAPOIGNY (CHU de Clermont-Ferrand et médecin coordonnateur ARDOC) avec la participation de gastroentérologues cantaliens.

➤ **Samedi 20 mai**

**11h30 Verre de l'amitié offert à tous.**  
Un moment de convivialité en musique

**14h Départ de la randonnée pédestre** ouverte à tous et organisée avec la Retraite sportive mauriacoise

**17h30 : tirage au sort du quiz (voir au dos) et remise des lots aux gagnants**

Participez  
et tentez  
de gagner  
un des lots  
en jeu

# QUIZ Santé en balade

Une seule  
participation  
par personne  
à déposer  
dans l'urne



**BULLETIN DE PARTICIPATION À COMPLÉTER ET À DÉPOSER DANS L'URNE SALLE ANDRÉ THIVET LES 19 ET 20 MAI 2017.**

Pour mettre toutes les chances de votre côté, rendez-vous sur les différents **stands d'information**, découvrez le côlon tour et échangez avec les professionnels présents pour collecter les bonnes réponses.

**Stand Mutualité Française** - Dans notre alimentation, que devons-nous privilégier ?

- Les graisses d'origine animales
- Les matières grasses végétales

**Stand Ligue contre le cancer** - Quelle est la course, organisée dans le cadre d'Octobre rose, dont les bénéfices sont reversés au comité du Cantal ?

- la Pastourelle
- Aurillac pour Elles

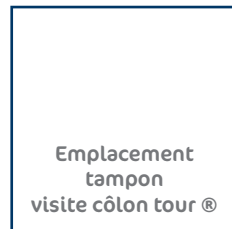
**Stand ARDOC** - Quelle est la tranche d'âge concernée pour les dépistages organisés du sein et du côlon est ?

- 50/74 ans
- 60/80 ans

**Stand CPAM** - Quel est le 3<sup>ème</sup> programme de coaching en ligne proposé par le service Santé active en plus de ceux sur la santé du coeur et l'alimentation ?

- santé des dents
- santé du dos

Pour valider votre questionnaire, faites tamponner votre bulletin à l'issue de la visite du côlon tour ® :



Prénom/Nom :

.....

Adresse

.....

.....

.....

Téléphone :

.....

**Tirage au sort et remise des lots samedi 20 mai à 17h30**

*\* à gagner : des entrées pour le centre aquatique, des paniers garnis,...*