

LES PARCOURS DU

Cœur



ACTIVITÉS PHYSIQUES



ALIMENTATION ÉQUILIBRÉE



ARRÊT DU TABAC



GESTION DU STRESS



GESTES QUI SAUVENT

Départ



Rieulay

Dimanche

11 juin

9h/13h

GRATUIT
ACCESSIBLE À TOUS

Collation offerte

Activités proposées

- ◆ Marche familiale, Marche Nordique
(plusieurs parcours adaptés)
- ◆ Activités Physiques Adaptées encadrées
(plusieurs créneaux horaires proposés)
- ◆ Vélos smoothies
(pédalez et c'est prêt !)
- ◆ Prévention et dépistages
(Hypertension, Diabète, Tabac, Alimentation, Défibrillateur)

Contact

Raphaële à rdelciotto@cc-coeurdostrevent.fr - 03 61 29 70 03



Cœur Communauté
de Communes
d'Ostrevent



J'aime mon cœur,
je participe.

www.fedecardio.org



Plateforme
Santé Douaisienne
ORIENTER, SUIVRE, ACCOMPAGNER

Plus d'info sur www.coeurdostrevent.fr

Soutenu par

LE GOUVERNEMENT
Liberté
Égalité
Fraternité



Fédération
Française de
Cardiologie

UN CŒUR QUI VA,
LA VIE QUI BAT

Copyright: BSEF - APT/PCS