

# MARCHE

**JEUXEY** de la santé



LA MARCHÉ,  
L'ALLIÉE  
DE VOTRE DOS  
Venez découvrir 3 mouvements  
pour soulager voire dos  
dans notre Pôle santé !

**DIMANCHE 1<sup>er</sup> SEPT. 2019**

**Parcours 6 - 14 ou 17 km accessibles de 8 h 30 à 15 h**

**P DÉPART : PARKING CARREFOUR  
(SUIVRE LE FLÉCHAGE)**

**tickets sport - boissons - produits locaux**

Amicale des Donneurs de sang d'Épinal - Agence Régionale de Santé - Association Vosgienne de Dépistage des Cancers (AVODECA) - Association des Insuffisants Respiratoires de l'Est - Association Française des Diabétiques de Lorraine - Association France Parkinson - Association Les Amis de la santé - Association Spinalienne de Gymnastique Volontaire - Association Vosgienne des Réseaux de Santé - Centre Communal d'Action Sociale de la Ville d'Épinal - Centre de Médecine Préventive - Club cœur et santé - Comité Départemental de la Fédération des Sports Populaires - Comité des Vosges de La Ligue contre le Cancer - Comité Départemental des Vosges de gymnastique volontaire - France Rein Vosges - Mutualité Française Grand EST - Mutualité Sociale Agricole - Nestlé Waters - Wattvillers.

**DERNIER DÉPART DES 14-17 KM : 13 H**

**Un Pôle santé  
VOUS ATTEND !**

**OBTENEZ DES  
INFORMATIONS SUR  
DES THÉMATIQUES  
DE SANTÉ OU VENEZ  
VOUS FAIRE DÉPISTER.**

**FIN DES ANIMATIONS À 17 H**

# MARCHE

**JEUXEY** de la santé



LA MARCHÉ,  
L'ALLIÉE  
DE VOTRE DOS  
Venez découvrir 3 mouvements  
pour soulager voire dos  
dans notre Pôle santé !

**DIMANCHE 1<sup>er</sup> SEPT. 2019**

**Parcours 6 - 14 ou 17 km accessibles de 8 h 30 à 15 h**

**P DÉPART : PARKING CARREFOUR  
(SUIVRE LE FLÉCHAGE)**

**tickets sport - boissons - produits locaux**

Amicale des Donneurs de sang d'Épinal - Agence Régionale de Santé - Association Vosgienne de Dépistage des Cancers (AVODECA) - Association des Insuffisants Respiratoires de l'Est - Association Française des Diabétiques de Lorraine - Association France Parkinson - Association Les Amis de la santé - Association Spinalienne de Gymnastique Volontaire - Association Vosgienne des Réseaux de Santé - Centre Communal d'Action Sociale de la Ville d'Épinal - Centre de Médecine Préventive - Club cœur et santé - Comité Départemental de la Fédération des Sports Populaires - Comité des Vosges de La Ligue contre le Cancer - Comité Départemental des Vosges de gymnastique volontaire - France Rein Vosges - Mutualité Française Grand EST - Mutualité Sociale Agricole - Nestlé Waters - Wattvillers.

**DERNIER DÉPART DES 14-17 KM : 13 H**

**Un Pôle santé  
VOUS ATTEND !**

**OBTENEZ DES  
INFORMATIONS SUR  
DES THÉMATIQUES  
DE SANTÉ OU VENEZ  
VOUS FAIRE DÉPISTER.**

**FIN DES ANIMATIONS À 17 H**

## A l'occasion de cette 32<sup>e</sup> édition de la Marche de la santé, venez rencontrer nos partenaires sur le Pôle santé :

### Amicale des Donneurs de sang d'Épinal :

Présentation et promotion du don du sang - coupon d'engagement pour une promesse de don.

### Association Vosgienne des Réseaux de Santé :

Maintenir un poids stable grâce à une alimentation équilibrée

### Association des Insuffisants Respiratoires de l'Est :

Mesure du souffle et du monoxyde de carbone - démonstration appareils pour lutter contre l'apnée du sommeil

**Association Française des Diabétiques de Lorraine :** Test de glycémie et information

### Association France Parkinson :

sensibilisation et information

### Association Les Amis de la santé :

Lunettes de simulation d'état d'ébriété avec un parcours à réaliser

### Association Spinalienne de Gymnastique Volontaire:

Promotion des activités physiques et sportives pour tous salle, plein air et piscine

### Association Vosgienne Dépistage des Cancers :

( AVODECA ) : Information sur les dépistages organisés, cahier de jeux

### Centre Communal d' Action Sociale de la Ville d'Épinal :

Promotion de la mutuelle AD2S

### Centre de Médecine Préventive :

Promotion du bilan de santé

### Mutualité Sociale Agricole :

Animation sur le thème « Mangez sain , mangez malin » et promotion des ateliers :

Nutrition Santé Seniors - Nutrition Santé Petite Enfance et ateliers Vitalité

### Comité des Vosges de La Ligue contre le Cancer :

Promotion des marches Roses et des foulées ROSE et information

### Club cœur et santé :

Prévention des maladies cardiovasculaires et démonstration (sur demande) d'un défibrillateur

### Comité Départemental de la Fédération des Sports Populaires :

Promotion des marches populaires du Comité Départemental et des activités de la Fédération Française

### France Rein Vosges :

Information et dépistage

### Mutualité Française Grand EST :

Promotion de l'activité et du mal de dos

### Comité Départemental des Vosges de gymnastique volontaire :

Renforcements musculaires et étirements du dos

## A l'occasion de cette 32<sup>e</sup> édition de la Marche de la santé, venez rencontrer nos partenaires sur le Pôle santé :

### Amicale des Donneurs de sang d'Épinal :

Présentation et promotion du don du sang - coupon d'engagement pour une promesse de don.

### Association Vosgienne des Réseaux de Santé :

Maintenir un poids stable grâce à une alimentation équilibrée

### Association des Insuffisants Respiratoires de l'Est :

Mesure du souffle et du monoxyde de carbone - démonstration appareils pour lutter contre l'apnée du sommeil

**Association Française des Diabétiques de Lorraine :** Test de glycémie et information

### Association France Parkinson :

sensibilisation et information

### Association Les Amis de la santé :

Lunettes de simulation d'état d'ébriété avec un parcours à réaliser

### Association Spinalienne de Gymnastique Volontaire:

Promotion des activités physiques et sportives pour tous salle, plein air et piscine

### Association Vosgienne Dépistage des Cancers :

( AVODECA ) : Information sur les dépistages organisés, cahier de jeux

### Centre Communal d' Action Sociale de la Ville d'Épinal :

Promotion de la mutuelle AD2S

### Centre de Médecine Préventive :

Promotion du bilan de santé

### Mutualité Sociale Agricole :

Animation sur le thème « Mangez sain , mangez malin » et promotion des ateliers :

Nutrition Santé Seniors - Nutrition Santé Petite Enfance et ateliers Vitalité

### Comité des Vosges de La Ligue contre le Cancer :

Promotion des marches Roses et des foulées ROSE et information

### Club cœur et santé :

Prévention des maladies cardiovasculaires et démonstration (sur demande) d'un défibrillateur

### Comité Départemental de la Fédération des Sports Populaires :

Promotion des marches populaires du Comité Départemental et des activités de la Fédération Française

### France Rein Vosges :

Information et dépistage

### Mutualité Française Grand EST :

Promotion de l'activité et du mal de dos

### Comité Départemental des Vosges de gymnastique volontaire :

Renforcements musculaires et étirements du dos



Un ticket sport sera remis à chaque marcheur, au Pôle santé, en fin de parcours.

**NOUVEAU - Pour les enfants de 4 à 10 ans, grande « chasse au trésor » :**  
**« Sauras-tu ouvrir le mystérieux coffre du Pôle santé ? »**



Un ticket sport sera remis à chaque marcheur, au Pôle santé, en fin de parcours.

**NOUVEAU - Pour les enfants de 4 à 10 ans, grande « chasse au trésor » :**  
**« Sauras-tu ouvrir le mystérieux coffre du Pôle santé ? »**