

Dons au profit de la



Fédération Française de Cardiologie

UN CŒUR QUI VA LA VIE QUI BAT

Entrée libre!



LES PARCOURS DU

Cœur



ACTIVITÉS PHYSIQUES



ALIMENTATION & ÉQUILIBRÉS



ARRÊT DU TABAC



GESTION DU STRESS



GESTES QUI SAUVENT



Dépistage de l'hyper-hypo tension artérielle

Nutrition du bien-être

Arrêt du Tabac, on en parle

Orthophonie – Testez votre cerveau

Massage Amma assis / Shiatsu

Reiki / LaHochi / Equilibrage énergétique

Cohérence Cardiaque – Gestion du Stress

Neurofeedback Dynamique / Neurosciences

Sport – Qi Gong / Yoga du Rire / Arts Créatifs

Nombreuses animations Grands-Parents, Parents/Enfants

Les « **Doudous du Cœur** » confection sur place par tous à destination des enfants hospitalisés en service de cardiologie.



QUIZZ

Lots à gagner par tirage au sort dans les bonnes réponses

Tirages : 14h et 17h30

J'aime mon cœur, je participe.

www.fedecardio.org

Soutenu par



Entrée libre

Le Samedi 1^{er} juin 2024 10h-18h

Maison des Arts - Maurecourt



Dons au profit de la Fédération Française de Cardiologie

L'initiation aux premiers secours - 4 ateliers
10h30-11h30 ou 12h-13h ou 14h-15h ou 15h30-16h30

La marche du qi gong - Xi Xi Hu
10h30-11h00

L'Olympiade de la rigolade - Le Yoga du Rire
11h00-11h45 ou 15h30-16h15

Les Shibashi du qi gong
14h30-15h00

Quizz - Tirages au sort n°1 à 14h - n°2 à 17h30
Dépôt Réponses n°1 jusqu'à 13h, n°2 jusqu'à 17h

Je pédale, je fais mon smoothie et je soutiens la FFC

Vélo blender



Unissons nos Cœurs
Grands-Parents, Parents et Enfants
Création Bracelets de Vie / Création de Porte-clefs

Des professionnels de la santé, du bien-être vous accueillent et vous proposent des activités toute la journée

Rejoignez-nous !