

Sur les Pas de SO

Normandie

FONDATION
CAEN
NORMANDIE
SANTÉ

FONDATION
Charles Nicolle
Normandie
Reconnue d'utilité publique

« Bien manger, 7 jours de marche pour en parler »

Sur les Pas de SO
8 rue Germaine Tillion – 14 000 CAEN
surlespasdeso@gmail.com
Tel : 06 43 80 42 86
www.surlespasdeso.com
Facebook : @marchesurlespasdeso

Sur les Pas de So

Normandie

FONDATION
CAEN
NORMANDIE
SANTÉ



Bulletin d'Inscription « Bien Manger, 7 jours de marche pour en parler »

Chère marcheuse solidaire, Cher marcheur solidaire
Bienvenue et merci de venir nous rejoindre

So

Comment ça marche ?

Il s'agit d'un parcours de 7 étapes à travers la région normande, au cours duquel chaque participant(e) est libre de choisir l'étape ou les étapes auxquelles elle ou il souhaite participer. Une participation, variable en fonction du nombre d'étapes, est demandée.

VENEZ VIVRE L'AVENTURE !



Votre sac à dos, avec duvet et matelas !

Si vous participez à plusieurs étapes :
Un gîte communal, un gymnase, une salle des fêtes, un mobil-home sont mis à disposition sur le parcours !
Les hébergements sont offerts par les communes qui vous accueillent.
Prévoyez votre pique-nique du midi.
Les repas du soir sont offerts à ceux qui font au moins deux étapes consécutives.

So

Le covoiturage

Pour celles et ceux qui ne font qu'une seule étape (ou ½ étape), nous vous recommandons de prévoir votre covoiturage pour revenir au point de dépose de votre véhicule. Les véhicules de sécurité assureront les transports intermédiaires.
Dans tous les cas, la solidarité facilitera la logistique 😊 !



Sur les Pas de So

Normandie

FONDATION
CAEN
NORMANDIE
SANTÉ



Lundi 20 mai 2019 – 20 Km

(Transport en voiture d'Isigny sur Mer à St Martin d'Aubigny, uniquement pour les marcheurs hébergés à Isigny sur Mer)

Boucle dans la Manche

❖ Rassemblement : Centre William Harvey, café d'accueil dès 8H30

Le Haut Boscq à St Martin d'Aubigny,

❖ Départ vers 9H

❖ Pique-nique : Parc Le Haut Boscq 12H00 – 13H00

❖ Arrivée : Centre William Harvey - Le Haut Boscq vers 16H

Deux animations :

➤ **Quizz Nutrition au Centre William Harvey à 16H30**

➤ **Dîner en pleine conscience à Vire – Salle de la Mairie de Saint Martin de Tallevende**

(pour les marcheurs solidaires hébergés) à 20H00

So



Mardi 21 mai 2019 – 25 Km

(Transport en voiture de la salle de la mairie de Saint Martin de Tallevende au Golf de la Dathée, uniquement pour les marcheurs hébergés)

❖ Rassemblement : Vire, Golf de la Dathée dès 7H30

❖ Départ vers 8h00

❖ Pique-nique:

❖ Arrivée : Collège St Rémy à Tinchebray vers 15H30

Animation :

➤ **Echanges avec les collégiens sur le thème « Activité physique & Nutrition »**

Mercredi 22 mai 2019 – 25 Km

❖ Rassemblement : Tinchebray à l'Agence du Crédit Agricole (26, Grande Rue), café accueil dès 8H30

❖ Départ vers 9H00

❖ Pique-nique : St Pierre d'Entremont – 12h00 – 13h00 dans les ateliers KIPLAY

❖ Arrivée : Mairie d'Athis-de-l'Orne vers 17H00

Animation :

➤ **« Verre de l'amitié » fin de la Conférence « Sommeil et Nutrition » animée par le Professeur Marie-Astrid PIQUET, chef de l'unité de Nutrition du CHU de Caen, en partenariat avec l'AG2R LA MONDIALE**

➤ **Le « plateau à deux mains » et le « plateau de demain » à l'EPHAD du Sacré Cœur en partenariat avec le Lycée professionnel l'OASIS en présence de :**

Professeur Marie-Astrid PIQUET, chef de l'unité de Nutrition du CHU de Caen

Mme Anne LECLERCQ, cadre diététicienne de l'unité de Nutrition du CHU de Caen



Sur les Pas de So

Normandie

FONDATION
CAEN
NORMANDIE
SANTÉ



Jeudi 23 mai 2019 – 25 Km

(Transport en voiture uniquement pour les marcheurs hébergés à Athis Val de Rouvres)

❖ Rassemblement : La Roche d'Oëtre dès 8H30

❖ Départ : La Roche d'Oëtre - 9H00

❖ Pique-Nique :

❖ Arrivée : Thury-Harcourt – 18H00

Animation Salle BLINCO à 19H30 :

So

Dîner-Conférence en partenariat avec CONVIVIO,
en présence de :

Professeur Marie-Astrid PIQUET, chef de l'unité de Nutrition du CHU de Caen,

Professeur Pierre DECHELOTTE, directeur de l'unité INSERM et chef du Département
Nutrition du CHU de Rouen

➤ L'Apprentissage du Comportement Alimentaire chez l'enfant

➤ les Troubles du Comportement Alimentaire



Vendredi 24 mai 2019 – 27 Km - ARRIVEE

(Transport en voiture de Thury Harcourt à Maizet, uniquement pour les marcheurs hébergés)

❖ Rassemblement : Mairie de Maizet dès 8H30

❖ Départ : Maizet – 9H00

❖ Pique-nique : Buggy – 12H30 13H30

❖ Arrivée : Hôtel de ville de Caen – 18H00

Cérémonie de remise des dons en présence de :

Professeur Marie-Astrid PIQUET, chef de l'unité de Nutrition du CHU de Caen,

Professeur Pierre DECHELOTTE, directeur de l'unité INSERM et chef du département
Nutrition du CHU de Rouen

Professeur Philippe RAVASSE, chirurgien pédiatrique, Président de La Fondation
Caen Normandie Santé.

Inscription de la marche solidaire
« Bien Manger, 7 jours de marche pour en parler »

sur <https://www.helloasso.com/associations/sur-les-pas-de-so/evenements/sur-les-pas-de-so-bien-manger-7-jours-de-marche-pour-en-parler>

