



Adresse du jour : Centre aéré de Monceau/S/Sambre, Rue de Goutroux à hauteur du n° 39



CHARLEROI
VILLE
SANTÉ

INFOS : www.charleroi-ville-sante.be
071/86 70 03



EDITEUR RESPONSABLE: CHRISTOPHE ERNOTTE, DIRECTEUR GÉNÉRAL F.F. DE LA VILLE DE CHARLEROI.



2^{ème} édition

APRÈS-MIDI « SANTÉ »

L'ALIMENTATION ET LE MOUVEMENT AU QUOTIDIEN

ANIMATIONS GRATUITES POUR TOUS DE 0 à 99 ANS

13H - 18H :

Animations : les 5 sens, auto-évaluation de sa santé, atelier récup', alimentation durable, réduction du gaspillage alimentaire, utilisation rationnelle de l'eau domestique, allergies alimentaires, « Goutez-moi ça », ...

Dégustations : miel, produits OXFAM, eaux, jus de fruits frais, ...

Informations : ruches urbaines, jardins partagés, alimentation durable, relais pour la vie, fleurs de Bach...

Initiations : gymnastique urbaine, gymnastique douce, stretching, yoga, ...

Tests : agilité, souplesse, vitesse, équilibre...

Petite restauration

14H :

Balade guidée Fleurs de Bach dans l'arboretum du Parc Nelson Mandela
pré-inscription via maison.tourisme@charleroi.be ou 071/86.14.14 – RV au stand « Accueil »

15H30 :

Découverte gratuite de la marche nordique info et pré-inscription sur www.gymnature.be – RV au stand « Gymnature »

TENUE ET CHAUSSURES CONFORTABLES CONSEILLÉES