



## ► PARCOURS PRÉVENTION

## Santé intestinale : comment prendre soin de notre 2<sup>ème</sup> cerveau ?

**Rendez-vous les mercredis 11, 18 et 25 mars à partir de 18h en visioconférence**

**Participez aux 3 séances de notre parcours de prévention**

Ces séances collectives sont animées par des professionnels spécialisés dans les thématiques abordées.

### PROGRAMME



#### **Séance 1** Webinaire national – La santé intestinale

Mercredi 11 mars de 18h à 19h30

**Information sur le microbiote, prévention et dépistage du cancer colorectal**

*Animée par docteur Julien SCANZI, gastro-entérologue*



#### **Séance 2** Prendre soin de mon microbiote dès l'assiette

Mercredi 25 mars de 18h à 20h

**Lien entre l'alimentation et l'équilibre du microbiote, identification des prébiotiques naturels**

*Animée par une diététicienne*



#### **Séance 3** Bouger pour la santé de mes intestins

Mercredi 28 mars de 18h à 19h30

**Mise en pratique d'une activité physique**

*Animée par une enseignante en activité physique adaptée*

# AU PROGRAMME (suite)

## INFOS PRATIQUES

### ► Modalités et participation

Lieu : Distanciel



Les modalités précises pour rejoindre la visioconférence interactive vous seront communiquées à la suite de votre inscription. La participation à l'ensemble des séances est requise.

### ► Renseignements et inscriptions

Pour toute question ou renseignement complémentaire, laissez un message sur notre boîte vocale prévention.

#### INSCRIPTIONS POSSIBLES AVANT LE 04/03/2026 :

- Par courriel : [camieg-prevention-bretagne@camieg.org](mailto:camieg-prevention-bretagne@camieg.org)
- Par téléphone : 06 21 32 15 73
- En ligne, en flashant le QRCode ci-contre

Prise en charge totale des frais d'inscription et de la participation par la Camieg.



► **Rendez-vous les mercredis 11, 18 et 25 mars à partir de 18h en visioconférence**