

Balades



MON COEUR FAIT

BOUM!

2020

FLÂNERIES THÉMATIQUES ACCOMPAGNÉES

par Pierre Corajoud, auteur de guides
pédestres, et Marie-José Marguerat Luyet,
diététicienne ASDD



DIMANCHE 5 AVRIL

DE GRANDSON À YVERDON-LES-BAINS

Départ 13h40 Gare-CFF de Grandson

Arrivée 16h45 Gare-CFF d'Yverdon-les-Bains

MERCREDI 10 JUIN

À ST-PREX

Départ 18h15 Gare-CFF de St-Prex

Arrivée 21h Au même endroit

SAMEDI 5 SEPTEMBRE

À LAUSANNE

Départ 14h Station Grancy du métro m2
(en haut des ascenseurs)

Arrivée 17h Au même endroit

SAMEDI 7 NOVEMBRE

À MONTREUX

Départ 13h15 Gare-CFF de Montreux

Arrivée 16h15 Au même endroit

Pourquoi et comment bouger plus ?

Quelles astuces pour manger mieux
et favoriser le travail de son ♥ ?

Comment prendre soin de son ♥ pour
qu'il remplisse sa tâche avec entrain ?



Gratuites et sans inscription,
ces balades ont lieu par tous les temps

unisanté

Centre universitaire de médecine générale
et santé publique • Lausanne



Ligue vaudoise
contre les maladies
cardiovasculaires

