

## Marcher pour la cause le samedi 8 octobre 2022 à Auch



Marcher pour la cause le samedi 8 octobre 2022 à Auch

La Ligue contre le cancer et le Comité Départemental Olympique et Sportif du Gers (CDOS 32) organisent une marche (7km max) accessible à tous pour se rassembler et bouger autour de la lutte contre les cancers du sein.

Il a été prouvé que l'activité physique régulière et une bonne hygiène de vie (alimentation...) apportent des bénéfices dans la lutte du cancer et peut éviter la récurrence. Environ 40 % des cas de cancer sont évitables, car associés à des facteurs de risque comme le tabac, la consommation d'alcool, l'alimentation déséquilibrée, la surcharge pondérale ou l'insuffisance d'activité physique, ou certaines infections.

On estime qu'un certain nombre de cancers sont dus à un manque d'activité physique : 18 % chez l'homme et 20 % chez la femme pour le cancer du côlon ; 21 % pour le cancer du sein ; 26 % pour le cancer de l'endomètre (corps de l'utérus).

L'activité physique semble également bénéfique pour d'autres cancers (prostate, poumon, rein et pancréas).

Ainsi la Ligue contre le cancer et le CDOS 32 élaborent plusieurs projets et actions dans le cadre de la prévention santé par l'activité physique et une alimentation équilibrée sur tout le département. Le CDOS 32 étant labellisé Maison Sport Santé vous accompagne dans vos besoins et demandes.

**Mobilisons-nous pour cette cause, RDV tous samedi 8 octobre à la Maison de Gascogne : accueil 9H00, début de la marche 10H00 - 2€ de dons...**



- 🎗 9H : Inscription (2€ marche)
- 🎗 9H45 : Flashmob
- 🎗 10H : Départ de la marche
- 🎗 11H30 : Bandas "Les Méteils"

Possibilité de restauration sur place :  
Planche apéritive : 5€ / personne

