

Mars Bleu : la Ville de Limoges se mobilise

La Ville de Limoges, ville santé citoyenne, participe de nouveau cette année à l'opération **Mars Bleu** afin de mettre en lumière l'importance du dépistage du cancer colorectal et de la pratique d'une activité physique régulière, mais aussi d'une alimentation saine afin de réduire le risque de développer la maladie. Plusieurs actions symboliques et de sensibilisation sont organisées avec la mobilisation d'associations et de clubs sportifs tout au long du mois de mars. Un après-midi d'animations aura lieu le samedi 7 mars rue Jean-Jaurès et une conférence sur l'importance du bien manger aura également lieu le jeudi 19 mars.

Tous les événements **Mars Bleu** sont à retrouver sur sortir.limoges.fr.



Au programme de Mars Bleu 2026

- Un après-midi d'animations dédié à la prévention avec l'ensemble des partenaires.

Samedi 7 mars de 13h à 17h - Rue Jean-Jaurès.

Des stands et des animations d'information et de prévention en continu qui rassembleront les différents partenaires et associations avec : un atelier simulateur de coloscopie, une distribution de kits de dépistage, des informations sur l'évolution de la recherche, une roue de la santé et un quiz prévention, des conseils nutrition, des bilans de forme, une randonnée urbaine (14h), un atelier danse (15h), une initiation au Pickleball et à l'Urban tennis (14h), une démonstration de boxe anglaise, des initiations et démonstrations de Rugby touché et de Walking foot et une dégustation culinaire avec un bar à soupe proposé par le restaurant La Table du Couvent.

- Une conférence intitulée **Le pouvoir de l'assiette - Bien manger pour prévenir le cancer colorectal.**

**Jeudi 19 mars à 19h à l'auditorium Clancier de la Bfm centre-ville (place Aimé-Césaire).
Entrée libre et gratuite.**

Cette conférence sera animée par les professeurs du CHU Niki Christou, chirurgienne digestive et Pierre Jésus, coordonnateur de la filière nutrition et le chef cuisinier Gilles Dudognon.

Les différents thèmes abordés seront : *Comprendre pour prévenir* (Pr. Niki Christou), *Alimentation, transformation et santé : ce que dit la science* (Pr. Pierre Jésus) et *Cuisine saine et durable : de la théorie à la pratique* (Chef Gilles Dudognon).

Un quiz et des échanges avec le public viendront clore cette conférence.

- **Portes ouvertes dans les clubs sportifs et associations.**

Tout au long du mois de mars.

Durant tout le mois de mars, plusieurs clubs sportifs et associations ouvrent leurs portes pour inciter à la pratique d'une activité sportive destinée à prévenir les maladies, améliorer les chances de guérison et limiter le risque de récurrence. Les associations sportives proposent des actions sur leurs créneaux habituels d'entraînements avec par exemple des séances de sport gratuites, des séances de sport adapté, des journées de découverte des clubs.

Le programme et les infos des clubs sportifs et associations sont à retrouver sur sortir.limoges.fr.

- **Illumination de l'hôtel de ville.**

Du dimanche 1^{er} au samedi 7 mars, de 19h à minuit.

La façade de l'hôtel de ville s'illuminera aux couleurs de *Mars Bleu*.

- **Actions de sensibilisation dédiées au personnel municipal.**

Mercredi 11, vendredi 13 et mardi 17 mars.

Des ateliers de sensibilisation au dépistage et aux bonnes habitudes de vie afin de prévenir le cancer colorectal seront proposés aux agents de la collectivité.