



Conférence

Santé, Nutrition & activités physiques

**TOUS
PUBLICS**



Sports

Nutrition

Bien-être

Alimentation

Attitude

Bouge

Diététique

Equilibre

Loisirs

Forme

JEUDI 28 OCTOBRE 2010

**CAUSSADE À 18H30
À L'ESPACE BONNAÏS**

Bernard Linon, Adjoint aux Sports de la ville de Caussade et référent PNNS, Brigitte Desbois, Responsable du Service des Sports de la Communauté de Communes du Quercy Caussadais souhaitent que cette conférence au-delà de l'information essentielle qu'elle amènera, contribuera à sensibiliser la population du Quercy Caussadais au changement de comportement vis-à-vis de l'alimentation, en encourageant la pratique régulière d'une activité physique ou sportive, gage d'une bonne santé.



les Intervenants...



Sylvie Vialelle – Service prévention ARS (Agence Régionale de Santé) - Ingénieure d'études sanitaires et Référente régionale PNNS (Programme National Nutrition Santé).

Au travers de l'observation de l'état de santé de la population régionale, elle expliquera les objectifs et les moyens pour agir sur l'état de santé des Midi-Pyrénéens en agissant sur l'un de ses déterminants majeurs de santé «la NUTRITION» (alimentation et activités physiques).



Docteur Philippe Thouvay

Après avoir exercé pendant 25 ans la médecine générale rurale et m'être consacré pendant 10 ans, dans l'industrie pharmaceutique, à la surveillance des médicaments, j'essaie de transmettre simplement des notions complexes concernant le corps humain et la santé. C'est dans cet esprit que seront abordés le fonctionnement de l'organisme (« Comment ça marche ? ») lors de l'alimentation et de l'activité physique (Production et dépenses d'énergie ; Adaptation du cœur à l'effort ; Récupération).



Lucie Rémy – Diététicienne Interfel

L'Interprofession des fruits et légumes frais. Au-delà des actions propres aux filières professionnelles des fruits et légumes, Interfel compte dans ses missions celle de la promotion de ses produits. Lors de la conférence, Lucie vous présentera toutes les associations possibles des aliments en relation avec les activités physiques. De plus, elle confectionnera un buffet de dégustation fruits et légumes que l'on pourra déguster à l'issue de la conférence.



Benjamin Cantele et Boris Sanmartin

(Mutualité Française). La Mutualité Française a mis en place le programme national « Bouge, une Priorité pour ta Santé » mené conjointement avec l'Union Nationale du Sport Scolaire (UNSS) pour agir

contre l'obésité et la sédentarité des enfants. Des tests ont été proposés aux jeunes collégiens de Midi-Pyrénées et notamment à ceux du Collège Pierre Darasse de Caussade. Ces actions seront dévoilées à cette occasion ... À ne pas manquer !



Clôture de la conférence par une dégustation de fruits et légumes frais.



Infos : Service des Sports de la Communauté de Communes
Tél. 05 63 93 28 66 - E-mail : servicesports.quercycaussadais@orange.fr