

## SANTÉ ET NUTRITION : CYCLE DE CONFÉRENCES

### Prévenir, guérir, se réconcilier : alimentation et activité physique au quotidien dans la vie des Loossois

La commune de Loos-en-Gohelle lance, à compter de février 2010, un cycle de conférences/ateliers s'inscrivant dans la politique santé nutrition de la ville.



L'action santé-nutrition poursuit le travail de prévention mené depuis plusieurs années. Elle veut permettre aux Loossois de mieux s'y retrouver dans le flot d'informations qui circulent en matière de nutrition et d'activité physique.

Ce cycle de conférences qui est lancé a un programme très étoffé : 15 sujets différents seront abordés. Il se déroulera sur une période assez longue (18 mois) et régulière (chaque premier jeudi du mois, hors période estivale).

Ces conférences se veulent accessibles à tous et attrayantes.

Les thèmes retenus, illustrés par plusieurs sujets, sont :

- les grands phénomènes de lutte contre la sédentarité : mieux les comprendre
- les repères en matière de nutrition et d'activité physique, quels sont-ils ?
- les régimes, les pilules miracles, la chirurgie, faut-il maigrir à tout prix ?
- l'activité physique dans la ville : la place de l'habitant sportif



### PREMIÈRES DATES :

**4 février** À vos marques. Prêts... Bougez ! Et sportifiez-vous !  
**19h, salle Caullet**

**Conférence/débat du Dr Patrick Bacquaert**, médecin du sport, directeur de l'Institut Régional de Biologie et Médecine du Sport, auteur d'un ouvrage sur le sport et la santé

**4 mars** **Le corps : incroyable machine du mouvement**  
**19h, médiathèque municipale**

➤ Plus d'informations vous seront données au fur et à mesure dans les publications municipales.