



RENCONTRE SANTÉ EN LIGNE

L'ACTIVITÉ PHYSIQUE au quotidien



Jendredi 9

MARS 2023

de 18h à 19h



**En vous connectant
au site Zoom via le lien :**

<https://urlz.fr/kKOZ>



Conférence en ligne pour :

- * Aborder le rôle de l'activité physique sur le bien-être mental.
- * Étudier la différence entre l'activité physique et le sport : de quel type et de quel niveau d'activité physique parle-t-on ?
- * Donner des conseils pour intégrer l'activité physique dans son quotidien.

*Conférence animée par un éducateur sportif
spécialisé en activité physique adaptée.*

GRATUIT

Inscription
en ligne
obligatoire avant
l'évènement



#Rencontresanté