

COLLOQUE ORGANISÉ PAR

LE COMITE RÉGIONAL OLYMPIQUE ET SPORTIF NORMANDIE



ACTIVITÉ PHYSIQUE ET SANTÉ MENTALE

DANS LE RÔLE DE MODÉRATEUR ET ORGANISATEUR,
LE MÉDECIN DU CROS NORMANDIE ANTOINE DESVERGÉE

LE 10 OCTOBRE 2024
DE 17 H À 20 H

MAISON DÉPARTEMENTALE DES
SPORTS DU CALVADOS
5 RUE GUYON DE GUERCHEVILLE
HÉROUVILLE ST CLAIR



Rejoignez-nous pour une soirée remplie de conseils bien-être et santé, avec de l'activité physique proposée pour démontrer tous les bienfaits et limiter la sédentarité !

Événement gratuit et ouvert à tous !

Programme

17h : Une invitation au mouvement avec **Laurent DUCHENET**,
Coach santé au Caen Athletic Club - CAC

18h à 19h30

Nicolas CABÉ *Maitre de conférences,
praticien hospitalier au CHU et Université Caen Normandie*

Caroline AGOSTINI *Médecin psychiatre EPSM Caen
Présidente de l'association "sport en tête"*

Maxime TREHOUT, *Psychiatre,
praticien hospitalier CHU Caen Normandie*

Sans oublier les pauses actives proposées par **Camille MONGODIN**,
Coordinatrice APA CHU Caen

20 h : cocktail dinatoire pour les inscrits

INSCRIPTION OBLIGATOIRE : [ICI LIEN](https://crosnormandie.com)

VISITEZ NOTRE SITE OFFICIEL SUR:
[HTTPS://CROSNORMANDIE.COM](https://crosnormandie.com)

POUR EN SAVOIR PLUS À PROPOS DE CET ÉVÉNEMENT À VENIR.
POUR TOUTE QUESTION, APPELEZ AURORE JARRY AU 06.31.29.13.82

