

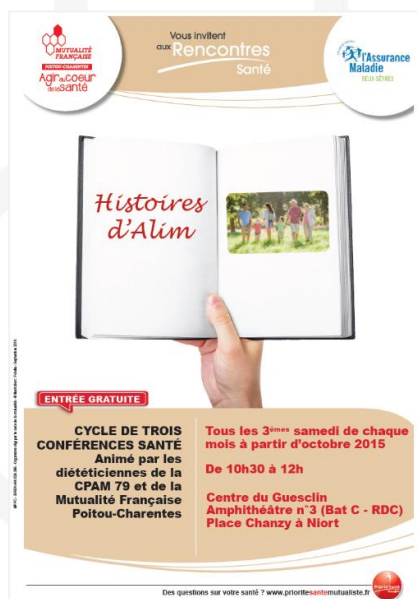
Le 17 septembre 2015

3 conférences santé « Histoires d'Alim »

La Mutualité Française Poitou-Charentes et la CPAM Deux-Sèvres proposent un cycle de 3 conférences santé « Histoires d'Alim » animé par des diététiciennes.

Le rôle joué par la nutrition comme facteur de protection des pathologies chroniques telles que les maladies cardiovasculaires, les cancers est admis d'un point de vue scientifique. Même si la nutrition n'est pas le seul déterminant de ces pathologies, c'est un facteur sur lequel il est possible d'intervenir de manière individuelle.

C'est pourquoi, la Mutualité Française Poitou-Charentes et la CPAM Deux-Sèvres souhaitent organiser un cycle de trois conférences santé « Histoires d'Alim » qui abordera les bienfaits d'une hygiène de vie adaptée (alimentation équilibrée, pratique d'une activité physique adaptée, sommeil réparateur) sur la santé et le bien être en général.



→ CHAPITRE 1 : À la rentrée, partez du bon pied !

Samedi 17 octobre 2015

→ CHAPITRE 2 : À vos fourchettes et baskets pour un hiver vitaminé !

Samedi 21 novembre 2015

→ CHAPITRE 3 : Et si Morphée regardait dans nos assiettes

Samedi 19 décembre 2015

Informations pratiques :

- **Dates** : Tous les 3^{èmes} samedi de chaque mois à partir d'octobre 2015
- **Horaires** : de 10h30 à 12h
- **Lieu** : Centre du Guesclin - Amphithéâtre n°3 (Bat C - RDC) - Place Chanzy à Niort

→ Renseignements et inscription :

Entrée gratuite

Inscription auprès de la Mutualité Française Poitou-Charentes : 05 49 05 79 03 - vbillaudeau@mfpc.fr ou de la CPAM Deux-Sèvres au 05 49 77 35 03.

Plus d'informations sur www.poitoucharentes.mutualite.fr

Contact Presse / Mutualité Française Poitou-Charentes :

Mélanie Meunier – 06 76 50 41 15 – communication@mfpc.fr

Twitter : [@Mut_Poitou_Char](https://twitter.com/Mut_Poitou_Char)