**Web Déj Santé 2026 – Kit de communication – Sport sur ordonnance**



**• Date :** 14 avril 2026

• **Thème** : Maladies chroniques

**• Titre :** Sport sur ordonnance : et si c’était fait pour moi ?

**• Présentation :**

J’aimerais bouger, mais par où commencer ? Le sport sur ordonnance peut être un vrai coup de pouce pour les personnes vivant avec une maladie chronique. Ce webinaire explique qui peut en bénéficier, comment obtenir la prescription et où pratiquer en sécurité. Une occasion d’oser franchir le pas, à son rythme, et de redécouvrir les bienfaits du mouvement accompagné.

**• Connexion :**[lien de connexion au webinaire](https://us06web.zoom.us/webinar/register/WN_0DrDCbOERWyOBOMR7dW9sQ)

**• Public :**Personnes vivant avec une maladie chronique, seniors, aidants, proches, toute personne souhaitant reprendre une activité physique adaptée.

**• Intervenant :**un animateur spécialisé en activité physique adaptée (Mutualité Française Nouvelle-Aquitaine)