



EN AVANT LA SANTÉ!



INVITATION

MERCREDI 30 MARS
À 19H30
Hôtel de l'Industrie
4, place St-Germain-des-Prés
75006 Paris



CONFÉRENCE-DÉBAT LANCEMENT D'ATELIERS SANTÉ

Stress, sédentarité, troubles du sommeil...
Enfin des solutions !

Association pour l'éducation
à la santé et au bien-être

En partenariat avec

**FONDATION
PILEJE** PROMOUVOIR LA
SANTÉ DURABLE



ŒUVRE D'INTÉRÊT GÉNÉRAL À BUT NON LUCRATIF



EN AVANT LA SANTÉ!

L'Association pour l'éducation à la santé et au bien-être et la Fondation PiLeJe ont le plaisir de vous inviter à la

SOIRÉE DE LANCEMENT DES ATELIERS « EN AVANT LA SANTÉ! »

19 h 30 Conférence-débat
**« AUJOURD'HUI ET DEMAIN:
AJOUTEZ DE LA VIE À VOS ANNÉES! »**

Animée par le

Dr Alain Ducardonnet,

cardiologue, médecin du sport et journaliste (BFM TV, Le Parisien)

Intervention et dédicaces

Pr Guy Vallancien,

auteur de *La médecine sans médecin, le numérique
au service du malade* (Ed. Gallimard)

Partage d'expériences

Dr Jean-Claude Verdier et Dr Laurence Benedetti,

respectivement cardiologue du sport et nutritionniste

Questions-réponses dans la salle

Dr Alain Ducardonnet

20 h 30 Découverte des ateliers et inscriptions

- *Gestion du stress*

- *Nutrition*

- *Activité physique*

Échanges avec les médecins autour d'un buffet santé



www.francoisrochais.com

Inscription souhaitée par courriel ou par téléphone

contact@enavantlasante.org – 01.45.51.58.03

Métros St Germain des Prés (ligne 4) ou Mabillon (ligne 10) - Parking Indigo St Germain des Prés, 171 Bd St-Germain

Association pour l'éducation
à la santé et au bien-être

L'association pour l'éducation à la santé et au bien-être est une association loi 1901, dont l'objet est de « promouvoir par tous moyens dans un but non lucratif et d'intérêt général, l'éducation à la santé et au bien-être tout au long de la vie ».

**FONDATION
PILEJE** PROMOUVOIR LA
SANTÉ DURABLE
ŒUVRE D'INTÉRÊT GÉNÉRAL À BUT NON LUCRATIF

La Fondation PiLeJe est une œuvre d'intérêt général à but non lucratif créée en 2005, destinée à promouvoir la santé durable. Elle est sous égide de la Fondation de France depuis avril 2015. En 10 ans, la Fondation PiLeJe a organisé 760 conférences-débats.