

Forum de la bonne santé APIVIA Mutuelle à La Rochelle

jeudi 16 mai 2019, par [lpe](#)

L'alimentation et l'activité physique sont deux des clés essentielles de notre bonne santé. Ce sont les deux thèmes qu'Apivia Mutuelle a choisi pour son Forum de la Bonne Santé, organisé le 16 mai 2019 à La Rochelle. C'est gratuit et ouvert à tous !

Vous y découvrirez les leviers essentiels qui vous permettront d'agir sur votre santé au quotidien et les liens étroits qui existent entre alimentation, activité physique et santé. Rencontres avec des experts et sensibilisation à la prévention, ateliers découverte et conférences viendront rythmer cette journée.

Un salon, des ateliers

Le salon proposera trois espaces, dédiés à la prévention, à l'activité physique et à l'alimentation bien-être. Différents ateliers seront proposés pour vous permettre de découvrir les comportements bénéfiques à la santé et tester des pratiques utiles : balade botanique, yoga du rire, marche nordique...

Une table ronde et deux conférences

En fin de journée, une table ronde sur le thème Activité physique et alimentation, la formule-santé gagnante, et deux conférences viendront conclure le « parcours santé » offert par les stands et les ateliers.

Nous accueillerons à cette occasion de nombreux experts dont le Docteur Lannes - gastroentérologue et hépatologue à Paris, auteur de NASH, la maladie de la malbouffe, et Brigitte-Fanny Cohen, chroniqueuse santé de l'émission Télématin et auteur du livre Les pourquoi de la santé. Les conférences seront suivies d'une séance de dédicaces.

Inscription obligatoire pour les ateliers et conférences : [suivez ce lien](#)

Programme détaillé disponible sur www.apivia-prevention.fr.

Lieu de l'évènement : Forum des Pertuis, avenue du Lazaret 17000 La Rochelle

Le 16 mai 2019 de 10h à 22h.