

Poitiers, le 9 février 2024

## Pôle info-santé : « *Sport santé : un vrai médicament ?* »

En cette année importante pour le sport avec les Jeux olympiques et paralympiques de Paris, il se développe un engouement pour l'activité sportive et son lien avec le maintien en bonne santé. Mais qu'en est-il réellement ?

**PÔLE INFO SANTÉ - CONFÉRENCE-DÉBAT**



**Sport santé :  
un vrai médicament ?**

Dr Laurence MILLE et Dr Marie GUILLEMOT LÉQUIPÉ, médecins du sport du CHU de Poitiers

JEUDI 15 FÉVRIER 2024 DE 18H30 À 20H

**CHU** Poitiers **À L'ESPACE MENDÈS FRANCE**  
ACCÈS LIBRE - RÉSERVATION CONSEILLÉE SUR EMF.FR

ESPACE MENDÈS FRANCE  
POITIERS

Quels sont les bienfaits du sport sur la santé ? Est-ce que souffrir d'une maladie chronique empêche la pratique sportive ? Dans quels cas peut-on se faire prescrire une activité sportive par son médecin ? La pratique du sport peut-elle se substituer aux médicaments ? Une pratique sportive trop importante peut-elle nuire à la santé ?

Autant de questions auxquelles **les docteurs Laurence Mille et Marie Guillemot Léquipé, médecins du sport de l'unité sport santé du service orthopédie du CHU de Poitiers**, répondront lors du 136<sup>e</sup> pôle info-santé. Celui-ci aura pour thème « **sport santé : un vrai médicament** » et se déroulera le **jeudi 15 février 2024, à 18h30, à l'Espace Mendès France**, à Poitiers.

Ce pôle info-santé sera l'occasion d'aborder à la fois les bienfaits de l'activité physique sur les organes, les recommandations de l'OMS, comment se faire prescrire une activité physique par son médecin mais également les effets indésirables de l'activité physique. Par la suite, les intervenants s'attarderont également au rapport entre activité physique et diabète, activité physique et seniors ou encore activité physique et surpoids.

Un échange avec le public sera privilégié à la fin des interventions.

Conférence traduite en langue des signes. Accès libre mais réservation conseillée sur le site internet de l'Espace Mendès France.



Stéphan Maret, directeur / Paola Da Cunha, Hélène Delafond, Gracienne Guénan chargées de communication

**CENTRE HOSPITALIER UNIVERSITAIRE - DIRECTION DE LA COMMUNICATION ET DU MÉCÉNAT**

AGORA direction - 2 rue de la Milétrie - CS 90577 - 86021 Poitiers Cedex  
Téléphone 05 49 44 47 47 - communication@chu-poitiers.fr