INVITATION

Infos et **réservations**
Service provincial de Promotion de la Santé
Place de la République Française, 1 à 4000 LIEGE – 3ème étage
Tél. 04 349 51 33 • spps@provincedeliege.be

Province de Liège
Santé et qualité de vie

Lieu
Cafétéria du Hall Omnisports de Hamoir
Rue du Moulin, 10/B
4180 HAMOIR

Hamoir
Aux rythmes de l'Ourthe

Conférence-Débat

La santé des sportifs



Editeur responsable : Province de Liège, Place Saint Lambert 18A, 4000 Liège. ■ Ne pas jeter sur la voie publique
© Getty Images 2014 ■ Réalisation : Cellule Graphique - Service Communication - Province de Liège - 11/2014

Le **mercredi 10 décembre 2014** à **19h30**
HAMOIR
(Accueil à partir de 19h00)

Entrée gratuite - Réservation obligatoire

Pour le Collège provincial

Marianne LONHAY
Directrice générale provinciale

Georges PIRE
Député provincial en charge de la Santé

Édito

> Vous êtes un sportif amateur ou un sportif de haut niveau et vous voulez en savoir plus sur les bienfaits et les dangers de l'activité sportive ?

Le Service provincial de Promotion de la Santé, en collaboration avec la commune de Hamoir, vous propose une conférence-débat sur le thème de « La santé des sportifs ».

L'activité physique et sportive, en plus de posséder de nombreux bienfaits pour notre organisme, est un facteur de prévention de multiples maladies. Mais, il ne faut pas ignorer que le sport peut aussi comporter certains risques.

A cette occasion, nous aborderons également l'importance d'une alimentation saine, équilibrée et adaptée à votre pratique sportive.

Quel que soit votre niveau sportif, je vous attends nombreux lors de cette conférence-débat.

S'informer, c'est bon pour la santé !

Le Député provincial en charge de la Santé

Programme

- **19h00 : ACCUEIL DU PUBLIC**

- **19h30 : MOT DE BIENVENUE**
  de **Monsieur Georges PIRE**,
  Député provincial, Vice-président en charge de la Santé et de la Qualité de Vie, Président de Liège Province Santé de l'O.M.S.

- **19h45 : BIENFAITS ET RISQUES DE L'ACTIVITÉ SPORTIVE**
  par le **Docteur André KASSAB**,
  Premier Directeur Médecin du Service de Médecine du Sport de la Province de Liège, Cardiologue.

- **20h15 : L'ALIMENTATION AU SERVICE DES PETITS ET GRANDS SPORTIFS**
  par **Monsieur Damien PAUQUET**,
  Diététicien – Nutritionniste.

- **20h45 : DÉBAT ANIMÉ AVEC LE PUBLIC**
  par **Monsieur Marc GERARDY**, *journaliste.*