



Onet le Château le 24 Octobre 2019

**Objet : Invitation**

Madame, Monsieur,

Le Comité Départemental Olympique et Sportif de l'Aveyron (CDOS 12) organise une

**Conférence Sport Santé ou l'activité physique sur ordonnance.**

**le Samedi 16 Novembre 2019 à 9h30**

**au complexe sportif de NAUCELLE**

Ouvert aux comités départementaux, aux clubs sportifs, aux éducateurs sportifs, aux professionnels de santé...médecins, infirmiers, kiné..., aux étudiants en STAPS et au grand public, le colloque s'inscrit dans le nouveau paysage Sport Santé :

- L'activité physique pour tous, à tous les âges de la vie
- L'activité physique pour un public en affection longue durée (ALD) : obésité, diabète, hypertension...
- 

Vous trouverez, ci-joint, le programme complet et le bulletin d'inscription à nous retourner complété.

Nous comptons sur votre participation à cette journée.

Nous vous prions d'agréer, Madame, Monsieur, nos cordiales salutations.

Jean-François ANGLES  
Président CDOS 12

Comité Départemental Olympique et Sportif  
6 Rue des Violettes  
12850 ONET LE CHATEAU  
05.65.78.56.39  
e-mail : [aveyron@franceolympique.com](mailto:aveyron@franceolympique.com)  
Web : <http://www.aveyron-cdos.fr>



## PROGRAMME

9h : accueil café

9h30 : Mot d'accueil par Jean-François ANGLES Président CDOS Aveyron

9h45-10h30 : Introduction par le Dr BENOIST Médecin du CROS Occitanie

- Présentation le Sport Santé c'est quoi ?
- L'activité physique sur ordonnance

10h30-11h15 : Les risques cardiovasculaires -> Dr VIGUIE Cardiologue

11h15 -11h30 : Pause

11h30 -12h30 : L'alimentation du sportif -> Mme SOULIE - nutritionniste Viasanté

12h30-14h : PAUSE DEJEUNER – BUFFET

14h-15h : Ateliers de prévention santé

- Exercice étirement souplesse -> Mme BELLE - CD sport pour tous
- Exercice massage cardiaque défibrillateur -> Mr AJOUN - Viasanté

15h- 15h30 : Projet Tir à l'Arc santé ARTEMIS -> Mr CANGELOSI

15h30 -17h : Partage d'expérience

- L'activité physique en EPHAD -> Mr RIGAL
- L'activité physique pour les personnes à mobilité réduite -> Mr COTTEL
- Exemple des ateliers de marche nordique -> Mme BELLE

17 H .....FIN DU COLLOQUE .... COLLATION



## INSCRIPTION

NOM-Prénom : .....

Organisme : .....

E-mail : .....

Téléphone : .....

**Participera à la conférence Sport Santé du 16 Novembre 2019**

***Inscription à retourner complétée au CDOS au plus tard le 06 Novembre 2019***

*(par courrier 6 rue des Violettes -12850 Onet le Château ou*

*par mail à [aveyron@franceolympique.com](mailto:aveyron@franceolympique.com))*