



Entrée  
libre &  
gratuite

## Santé et activité physique !

**Lundi**  
**26 mars 2018**  
**à 17h**

CINÉMA VOG  
Centre Commercial du Boucanet  
96, rue des Iris - Le Grau-du-Roi



**La pratique régulière d'une activité physique contribue au maintien de son capital santé. Bouger, c'est bon pour le corps mais aussi pour le moral! Alors, comment débuter ou reprendre une activité physique adaptée à ses capacités en toute sécurité? Seul ou accompagné? Où puiser la motivation?**

## Un film : «Eddie the Eagle»

de Dexter Fletcher

*Eddie Edwards n'a jamais rien eu d'un athlète, bien au contraire. Pourtant, depuis qu'il est petit, il n'a qu'un seul rêve : participer aux Jeux Olympiques. Au fil des années, ni son piètre niveau sportif, ni le manque de soutien, ni les moqueries n'ont entamé sa volonté. Et c'est ainsi qu'en 1988, celui qui n'a jamais lâché a réussi à se retrouver, on ne sait trop comment, aux Jeux Olympiques d'hiver de Calgary.*

*Avec l'aide d'un entraîneur aussi atypique que lui, ce sauteur à ski pas comme les autres va secouer le monde du sport et conquérir le cœur du public en accomplissant une performance olympique aussi improbable qu'historique...*

## Un débat animé par une spécialiste

**Jennifer MAURY**, animatrice d'activité physique adaptée, association « MA Vie ».

## Et aussi...

- Stands de documentation Mutualité Française et association « MA vie ».

Entrée libre et gratuite, dans la limite des places disponibles.



[occitanie.mutualite.fr](https://occitanie.mutualite.fr)

**Découvrez l'ensemble de nos rencontres santé.**

Retrouvez-nous aussi sur :

