



SALLE
ATLANTIQUE
IRA DE
NANTES

LE 9
JUIN
2026

LES EFFETS
DE LA
SÉDENTARITÉ
SUR LA SANTÉ
MENTALE ET
PHYSIQUE



Inscription ici avant le 24 avril

CONFÉRENCE INTERACTIVE DE 13H30 À 17 H

14h : Sensibilisation des agents aux liens entre sédentarité, bien-être psychologique et qualité de vie au travail.

(F LECRENN maison sport et santé et B DE VISSOCQ psychologue clinicienne)

16h : Séance de Yoga sur chaise (professeur de Yoga, association Nour)

La DAS 44 offre cette conférence à destination des actifs

Adresse : Institut régional d'administration de Nantes .1 rue de la Bourgeonnière. Nantes. Tram ligne 2: Recteur Schmitt.