

PROGRAMME DES CONFÉRENCES  
SPORT, SANTÉ & BIEN-ÊTRE

*Sensibiliser,  
Echanger et Partager*



**13 & 14 AVRIL 2019**

**PALAIS DES EXPOSITIONS - NICE**

*Vivez le sport passionnément*

**1<sup>ER</sup> FESTIVAL MULTISPORTS INTERNATIONAL**

# SAMEDI 13 AVRIL 2019

ERIC FAVRE  
FESTIVAL  
SPORT  
SANTÉ

## SALLE 1

10H15-11H00

### **SPORT POUR TOUS : L'ACTIVITÉ PHYSIQUE POUR TOUS LES ÂGES**

Animée par René MEME, préparateur physique ; Odile DIAGANA, ancienne athlète et Directrice de Azur Sport Santé.

11H30-12H15

### **PLANTES QUI SE MANGENT, PLANTES QUI SOIGNENT**

Animée par l'Ecole Internationale de Naturopathie de Sophia Antipolis (IFI).

14H30-15H15

### **L'ALIMENTATION EST LA PREMIÈRE DES MÉDECINES**

Animée par Grégory OUDOT, ostéopathe, expert en alimentation santé et micronutrition et enseignant.

15H45-16H45

### **ÊTRE SPORTIF : UNE VIE DE HAUT NIVEAU, TÉMOIGNAGES D'ATHLÈTES**

Avec la participation de Jérôme LE BANNER, ancien kick-boxeur professionnel français de niveau mondial ; Yohan LIDON, 19 fois Champion du Monde de K1, Muay Thai et de kickboxing ; Nourdine OUBAALI, Champion du Monde des poids coqs WBC et Elhem MEKHALED, Championne d'Europe de boxe anglaise.

17H00-17H45

### **COMMENT SE PRÉPARER À DEVENIR M. OLYMPIA**

Avec la participation de Shawn RHODEN, bodybuilder professionnel américano-jamaïcain et actuel M. Olympia ; Angelica TEIXEIRA, Miss Bikini Olympia 2018 ; Jim MANION, Président IFBB Fédération internationale de Bodybuilding et STANIMAL, bodybuilder.

## SALLE 2

11H30-12h25

### **LA MUSCULATION ET SES IMPLICATIONS**

Animée par Essan NAJAFI, coach développement personnel et sport.

14H30-15H15

### **DÉCOUVRIR LES BIENFAITS DU YOGA ET DE LA MÉDITATION AU QUOTIDIEN**

Animée par Patricia VAZZONE, psychosociologue, professeur de yoga et enseignante.

15H45-17H15

### **DÉCOUVREZ L'IMPÉDANCE MÉTRIE INBODY ET LA PNL POUR AMÉLIORER VOTRE SANTÉ**

Animée par : Catherine GUILLAUME, psychothérapeute / Maître praticien PNL, Maître praticien en hypnose Ericksonienne, formatrice et conférencière.

17H30-18H30

### **GESTES ET POSTURES, ADOPTER LA BONNE ATTITUDE**

Animée par Aurélie CHIBOIS, ostéopathe et coach de santé.

## AUDITORIUM

14H30-16H00

### **MIEUX VIVRE L'ENTREPRISE : CRÉER DU BIEN-ÊTRE EN INVESTISSANT DANS L'HUMAIN**

En présence de Stéphane ARTANO, Sénateur de Saint Pierre et Miquelon, Rapporteur de la mission «Santé au travail» ; Philippe PRADAL, Premier-adjoint au Maire de Nice, Président du Conseil d'Administration de la région «Lignes d'Azur» ; Catherine BERTON, Présidente «Femmes Chefs d'Entreprises» de Nice Côte d'Azur et Margareth BARCOUDA, Présidente de l'association «Stop burn-out, mieux vivre en entreprise».

## SALLE 1

10H15-11H00

### LE SPORT EST-IL UN MÉDICAMENT ?

Docteur Alain FUCH, Médecin conseil, chef de service RSI Côte d'Azur, médecin promoteur de l'étude scientifique et Président d'Azur Sport Santé ; Professeur Sabrina SACCONI, Neurologue CHU Nice Pasteur ; Jacky VOLLET, Président AFD 06.

11H15-12H00

### SPORT POUR TOUS : L'ACTIVITÉ PHYSIQUE POUR LES PERSONNES HANDICAPÉES

Pierre Laurian, Président de l'association « Amis FSH », reconnue d'intérêt général, qui lutte contre la myopathie facio-scapulo-humérale ; Aurélien LAZZARO, Président du Comité Départemental handisport 06 ; Andréa GOUIT, Préparateur physique.

14H30-15H15

### SE SOIGNER AU QUOTIDIEN : MIEUX COMPRENDRE LES BIENFAITS DE L'AROMATHÉRAPIE

Animée par Arnaud GEA, Professeur de l'enseignement supérieur, aromathérapeute et auteur.

15H45-17H00

### PRENDRE SOIN DE SOI GRÂCE À L'AUTOHYPNOSE

Animée par Murielle BARACHON, hypnothérapeute et enseignante Université de Médecine Nice Sophia Antipolis.

## SALLE 2

10H30-11h30

### MA VIE ET MA PASSION POUR LE BODY

Avec la participation de Angelica TEIXEIRA, Miss Bikini Olympia 2018 ; Shawn RHODEN, bodybuilder professionnel américano-jamaïcain et actuel M. Olympia ; Jim MANION, Président IFBB Fédération Internationale de Bodybuilding et STANIMAL, bodybuilder.

12H15-13H00

### MACS7 : UNE MÉTHODE DE COACHING DIFFÉRENTE ET ADAPTÉE

Animée par Andréa GOUIT, préparateur physique et enseignant ; René MÊME, préparateur physique et co-créateur de la méthode d'entraînement MACS7.

14H30-15H15

### VIEILLISSEMENT MUSCULAIRE ET MALADIES RARES NEUROMUSCULAIRES : UN COMBAT COMMUN

Animée par le Professeur Sabrina SACCONI, Neurologue CHU Nice Pasteur.

16H-17H30

### GAGNEZ EN BIEN-ÊTRE PHYSIQUE, PSYCHIQUE ET ÉMOTIONNEL GRÂCE À LA PNL

Animée par : Catherine Guillaume, psychothérapeute / Maître praticien PNL, Maître praticien en hypnose Ericksonienne, formatrice et conférencière.

# ERIC FAVRE FESTIVAL SPORT SANTÉ

## NOS PARTENAIRES OFFICIELS



VILLE DE NICE



ÉDUCATION PHYSIQUE SPORT & SANTÉ



Faculté des Sciences du Sport  
STAPS

Membre de UNIVERSITÉ CÔTE D'AZUR



Qwant



Association des Diabétiques  
des Alpes-Maritimes



Assurances & Conseil  
de professionnels  
et d'entreprises



Centre de ressources et d'expertises



INSTITUT  
FORMATION  
INTERNATIONALE  
NATUROPATHIE



malakoff médéric



FEMMES CHEFS D'ENTREPRISES  
Nice Côte d'Azur



Feel Welcome



ERIC FAVRE  
SPORT & SANTÉ



Pro Tan  
Since 1987

