



# - LIS - Local Info Santé



Inauguration les lundis 13 et 27 mai 2019  
- Thème abordé "Bien manger... Bien dormir"



Les lundis (2ème et 4ème du mois)  
De 13h30 à 16h  
Thèmes suivants aux regards des besoins



Local LIS - 217 boulevard du Grand  
Parc 14 200 Hérouville-Saint-Clair



Adhérents CAP'Sport - Tout public  
d'Hérouville et de l'agglomération  
caennaise



CHAUFRA Y Mathieu - 06 19 15 18 49 - [mchaufra y@capsport-epi.fr](mailto:mchaufra y@capsport-epi.fr)



/CAP'Sport association

# LE SPORT SANTÉ... UN STADE POUR

La pratique d'Activités Physiques et Sportives contribue au bien-être de tous : enfants, adultes et séniors. Chaque étape de notre vie coïncide avec une activité qui nous va bien

*“Nouveaux publics, nouvelles approches”*

“Les bienfaits du sport bien fait” est un concept fort du projet associatif de CAP'Sport. Aujourd'hui l'ensemble de nos séances (Baby gym, Remise en forme, fitness, renforcement musculaire, ...) évoluent vers un véritable enjeu de prévention grâce au Local Informations Santé (le LIS).

*Le LIS c'est avant tout un dispositif gratuit, accessible à tous qui :*

**Renseigne** sur la santé



**Accompagne** vers les professionnels du territoire



**Sensibilise** sur les bonnes pratiques et attitudes

*Le but étant de...*



**Promouvoir** la notion de « bien-être » à travers l'activité partagée.



**Collaborer** à la création d'outils de prévention.



**Identifier** des professionnels reconnus en fonction des besoins et attentes.



**Partager** des expériences autour d'un accueil de proximité convivial.

