

Le **1 mars 2022** (20:00 à 22:00) - **Maison Folie**, rue des Arbalestriers, 8 à 7000 Mons

Sport, science et résilience. Du tatami aux labos de recherche !



Une plongée dans l'univers du sport, ce formidable vecteur de dépassement de soi, de plaisir et de bien-être, entre expériences de vie... et de laboratoire !

Ce qui rendra cette soirée vivante, voire poignante, c'est notamment l'intervention de **Lola Mansour, championne olympique junior de judo**, qui nous racontera le combat de sa vie après une terrible chute qui l'a écartée de son dojo pendant 3 longues années. Grâce à l'aide de médecins, de scientifiques et de son coach, elle parvient courageusement à remonter la pente.

Mais comment la science peut-elle aider les sportifs qui ont subi un trauma ? Comment le sport devient lui-même un terrain d'étude ? Que sait-on réellement des bienfaits du sport sur la santé mentale et physique ? Quelle est l'influence du stress et des émotions sur la performance sportive ?

Et à quelques jours de la journée internationale de lutte pour les droits de la femme, petit coup de projecteur sur toutes les femmes de sport et de sciences !

Un panel d'intervenants pour répondre à vos questions !

- Laurence Ris, neuroscientifique, Anne-Emilie Declèves, biochimiste métabolique et moléculaire, Laurent Lefebvre, neuropsychologue et Lisa de Noose, psychologue clinicienne, chargés de cours à l'UMONS et membres de l'[Institut de recherche Santé](#), présenteront les travaux de recherche sur les liens qui existent entre les différents organes (muscles, reins, cerveau...) et qui permettent de comprendre les interactions entre santé mentale, santé physique, plaisir et performance.
- Marie Dagonnier, neurologue au centre hospitalier universitaire [Ambroise Paré](#) et spécialiste des AVC, interviendra sur les problèmes neurologiques spécifiques à la pratique sportive.
- Frédéric Debelle, néphrologue à [EpiCURA](#), marathonien, abordera le lien entre sport et santé.
- Jean-François Lenvain, accompagnateur de sportives et sportifs

Une soirée animée par Sarah Giancaterini, spécialiste en communication et intelligence collective.

L'institut de recherche Santé a signé la déclaration [ALBA](#) sur l'équité et l'inclusion.

Quand ? Le **1 mars 2022** (20:00 à 22:00) – **Où ?** **Maison Folie**, rue des Arbalestriers, 8 à 7000 Mons
GRATUIT