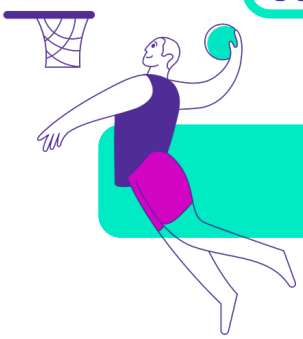
Les Parcours Santé

Agenda

La maison des soignants
une initiative de sps



PARCOURS MOBILITÉ 2026



Save the date

Mardi 17 février 13h-13h45	Le mouvement, véritable enjeu de santé publique	**Disponible en replay**
Mardi 24 mars 13h-13h45	Les TMS chez les soignants : 5 actions pour les prévenir	**Disponible en replay**
Jeudi 2 avril 13h-13h45	Comment reprendre une activité physique durable quand on est épuisé ?	**Disponible en replay**
Jeudi 28 mai 13h-13h45	Les grands oubliés du corps : réveiller la lymphe et mobiliser les fascias	**Disponible en replay**
Jeudi 18 juin 17h-20h	Soirée Parcours Mobilité : Bouger pour prendre soin de soi… et des autres	**En présentiel à Metz**
Jeudi 25 juin 13h-13h45	Session de 30 minutes pour dénouer vos tensions du dos	**Disponible en replay**
Jeudi 24 septembre 13h-13h45	Mouvement et santé mentale : ce que la science nous apprend (et comment l'appliquer au quotidien)	**Disponible en replay**
Mardi 29 septembre 18h-21h	Soirée Parcours Mobilité : Bouger pour prendre soin de soi… et des autres	**En présentiel à Paris**
Jeudi 22 octobre 13h-13h45	Douleurs chroniques : bouger sans se faire mal	**Disponible en replay**
Mardi 24 novembre 13h-13h45	Pratiquer l'automassage pour prendre soin de son corps	**Visio**
Jeudi 17 décembre 13h-13h45	Bougez votre corps pour booster votre cerveau !	**Visio**

avec le soutien de

Fondation clariane