

**DATE:** MARDI 27 SEPTEMBRE 2022  
**HEURE :** 17H00 – 18H30  
**EN LIGNE,** [INSCRIPTION OBLIGATOIRE](#)  
**INFORMATIONS:** [PAGE INTERNET](#)

# Bouger : pas qu'une question de motivation !

*Pas le temps... Pas motivé-e... Pas la bonne météo...*

Les (plus ou moins bonnes) excuses ne manquent pas pour éviter de bouger. Quels sont les mécanismes que nous mettons en place pour ne pas commencer une activité physique? Pourquoi, même si nous savons que c'est bénéfique pour notre santé, avons-nous l'impression de ne jamais parvenir à nous mettre en mouvement?

### INTERVENANTS

- DR BORIS CHEVAL  
SWISS CENTER FOR AFFECTIVE SCIENCES, UNIGE
- PR FABIEN OHL  
INSTITUT DES SCIENCES DU SPORT, UNIL
- DR YVES HENCHOZ  
RESPONSABLE DE GROUPE DE RECHERCHE, UNISANTÉ

### MODÉRATEUR

- VINCENT PÉCLET  
RESPONSABLE D'UNITÉ, UNISANTÉ

