



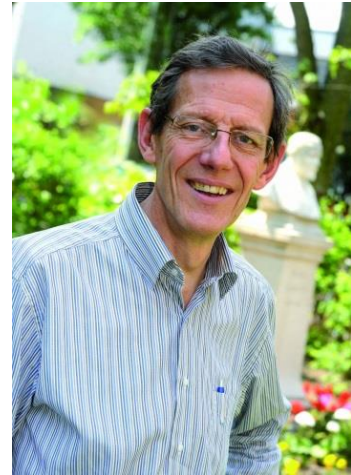
CONFÉRENCE

Lundi 16/01/2017

15h précises au Théâtre de Cambrai



Jean Michel LECERF, se consacre à la nutrition depuis trente ans et a une grande expérience clinique dans le domaine du poids et de l'excès de poids. Il travaille à la fois à l'hôpital, au CHRU de Lille, comme clinicien, et à l'Institut Pasteur de Lille où il dirige le service de nutrition. Il a présidé le groupe de travail de l'Anses sur les risques liés à la pratique des régimes amaigrissants.

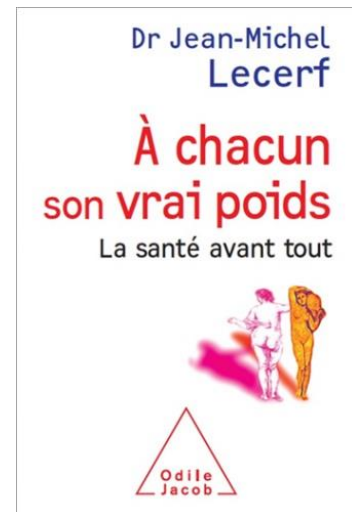


Il fait partie, aujourd'hui en France, du peloton de tête des médecins nutritionnistes les plus cités dans la presse. Mais à la différence de nombre de ses confrères, il ne prescrit aucun régime, ne court pas les plateaux télé, ne vend pas de recette miracle sur internet. Le docteur Lecerf vante le plaisir et le bon sens pour remettre l'alimentation à sa juste place dans notre vie.

Il a écrit en solo ou contribué à la rédaction de plus d'une quinzaine d'ouvrages. Il interviendra sur :

A chacun son vrai poids

« En matière de poids, il n'est jamais trop tard pour bien faire. Chacun est différent, chacun a son histoire, chacun a son poids. Il n'y a pas de norme unique, il n'y a pas non plus de recette standard. Et les régimes sont loin d'être « la » solution. Pour autant, il ne s'agit pas non plus de laisser filer les kilos sans rien faire ou en ignorant les risques pour sa santé. Des voies accessibles à chacun existent. Ce cocktail du succès passe par la déculpabilisation vis-à-vis de ses difficultés alimentaires, l'écoute et le respect de ses besoins propres, le plaisir de manger, et l'acceptation aussi. Un autre chemin, ouvert à tous, pour faire la paix avec son poids. »



Le docteur Lecerf a su imposer, en quelques années, l'Institut Pasteur de Lille comme un observatoire privilégié de l'alimentation des Français.

Travailleur infatigable (« oui j'avoue, avaler un sandwich au lance-pierre entre deux rendez-vous, c'est carrément lamentable ! ») plume alerte, il est aussi un conférencier hors pair qui sait s'adapter à tout type d'auditoire.