



## INFORMATIONS



Visio-conférence



Début le jeudi 10 juin 2021



DURÉE : 02:00

PROFILS :

PRE REQUIS : Aucuns pré-requis

MATERIEL : Aucun

CODE ACTIVITÉ : 5AD1633

Prix : **5.00 €**

## DESCRIPTION

Le café est consommé quotidiennement par des millions d'individus. La caféine du café a une action positive sur la vigilance, le sommeil, l'humeur, la concentration et les capacités cognitives. Café et caféine peuvent prévenir le déclin cognitif lié à l'âge, réduire le risque de maladie de Parkinson ou d'Alzheimer.

Le café protège du risque de diabète de type 2, n'affecte pas la plupart des cancers et diminue même le risque pour certains d'entre eux. Le café s'avère bon pour le cœur et exerce un effet protecteur contre l'infarctus, l'insuffisance cardiaque et l'accident vasculaire cérébral. Consommé en quantités raisonnables (2-3 tasses par jour) par la femme enceinte, le café n'a aucun impact négatif sur le développement harmonieux de la grossesse et de l'embryon.

Avec Astrid Nehlig, directrice de recherche Emérite, Inserm, Strasbourg



## OBJECTIFS

## SÉANCES

Jour	Date	Horaire	Durée	Lieu
Jeudi	10-06-2021	19:00	02:00	VISIO-CONFERENCE