

## Le Salon de la Nutrition de l'EDNH fête ses 10 ans !

Évènement gratuit, le salon de la nutrition est désormais un évènement incontournable sur les questions d'alimentation, de sport et de santé à Montpellier qui revient pour sa 10ème édition !

En 10 ans, ce sont en effet plus de 3000 visiteurs qui ont été recus, plus de 1000 professionnels formés ou sensibilisés, une 50aine d'entreprises du territoires engagées, 10 parrains de renom parmi lesquels Ludovic Fabregas et Melvyn Richardson (multimédaillés avec l'Equipe de France de Hand), Bastien CHALUREAU (champion de France avec le MHR), Pierre AUGÉ (Cuisinier, Gagnant de TOP CHEF), des projections débats, des courses solidaires, des conférences et des ateliers pour petits et grands !

### L'alimentation et le sport-santé au cœur d'un salon de la nutrition "Olympique" !

À l'aune de l'année olympique et paralympique à laquelle la France se prépare, le sujet de l'activité physique et sportive a été choisi comme Grande Cause Nationale 2024 avec l'objectif de promouvoir 30 minutes d'activité physique par jour !

Montpellier, capitale du sport et de la santé, représente un terrain de jeu idéal pour mettre en lumière la nutrition sous toutes ses dimensions et du mentale chez les sportifs de haut niveau.

Cette année, encore un programme riche durant 3 journées avec en point d'orgue, la journée du 16 mars qui proposera des ateliers culinaires, sportifs et de bien-être, des conférences santé, un escape game ainsi qu'une masterclass animée par notre parrain Thibaut LEFILS. Des initiations à la pétanque avec des boules molles par l'entraîneur de l'équipe de France de pétanque Jean-Claude BOIRON et plein d'autres surprises seront également au rendez vous !

L'objectif ? Apprendre en famille ou entre amis, de manière ludique et facile sur les questions de nutrition, de sport, de santé et de bien-être !

Le programme des 3 journées :

• **Jeudi 14 mars de 9h à 12h** : Journée KID'Z avec 3 classes de CE2 de l'école Eugène Pottier Jean Sibelius de Montpellier.

• **Vendredi 15 mars de 8h30 à 18h** : Journée destinée aux professionnels de la santé et du sport avec de nombreuses conférences.

• **Samedi 16 mars de 10h à 18h** : Journée ouverte à tout le monde ! Avec des conférences, des ateliers, des exposants autour du thème du salon.



• Sensibilisation à l'activité physique régulière et à l'alimentation équilibrée



• Matinée : Nutrition et santé  
• Après-midi : Nutrition et sport



• Masterclass "Tarte au citron" by T. Lefils  
• Conférences santé  
• Vélo-smoothie  
• Escape game santé  
• Ateliers cuisine, sport et bien-être  
• Initiations à la pétanque

### 2 parrains d'exception : Valentin PORTE et Thibaut LEFILS !



Valentin PORTE

Handballeur international, Valentin PORTE est capitaine du MHB et tout frais champion d'Europe avec l'équipe de France !

Son parcours sportif et son palmarès remarquables (champion olympique et du monde) faits de nombreuses victoires mais aussi de moments plus difficiles font de Valentin un ambassadeur exceptionnel en cette année Olympique.

Finaliste de l'émission du Meilleur Pâtissier sur M6, Thibaut LEFILS est un jeune pâtissier Montpellierain diplômé d'un Master en nutrition du sport.

Spécialiste des trompe-l'œil, ses connaissances en nutrition et en sport ainsi que son parcours dans le monde de la pâtisserie font de Thibaut un parfait ambassadeur des thèmes du salon !



Thibaut LEFILS

Plus d'infos :

<https://www.ednh.fr/salon-nutrition/montpellier/>  
[salondelanutritionmtp@gmail.com](mailto:salondelanutritionmtp@gmail.com)

Contacts presse :

- Manon BOIRON : [manon.boiron@ednh.fr](mailto:manon.boiron@ednh.fr) - 06.69.22.49.09
- Létitia SARING : [letitia.saring@ednh.fr](mailto:letitia.saring@ednh.fr) - 06.34.38.39.92
- Pauline AKEREY : [pauline.akerey@ednh.fr](mailto:pauline.akerey@ednh.fr) - 07.54.52.30.05