

# Quels aliments privilégier pour prendre soin de soi et performer ?

4e session des rencontres Alumni de l'UNISTRA

Les **Rencontres Alumni** s'adressent à un public mixte averti (étudiants, alumni et invités) ; une occasion de confronter l'approche menée dans les laboratoires universitaires avec les attentes du monde professionnel socio-économique, tous deux appelés à s'enrichir mutuellement. Cet événement a été initié par Jean-Claude Gall, professeur émérite en Paléontologie et ancien ambassadeur du Réseau Alumni. Quésaco ?

Conférence:

Introduction par **Lina TREMISI**, ambassadrice du Réseau Alumni pour l'année 2019-2020.

## Les intervenants

- **Joffrey ZOLL**, Maître de conférences-Praticien Hospitalier au Service de Physiologie et d'Explorations Fonctionnelles, Hôpitaux Universitaires de Strasbourg Institut de Physiologie, EA3072: « Mitochondrie, stress oxydant et protection musculaire » pour la stratégie nutritionnelle dans la performance sportive et la santé
- **Soraya UBERTI**, dirigeante de la société Mondial Uberti's, créateur et distributeur de produits naturels et bio
- Modération du débat: **Marion RIEGERT**, journaliste rédactrice scientifique, Service de la communication Unistra.

## Le programme

Du fait de la multiplication des produits hyper-transformés

proposés, il devient compliqué de bien s'alimenter afin de se maintenir en bonne santé. C'est également vrai lorsque l'on pratique du sport régulièrement et que l'on souhaite améliorer ses performances sportives. Il devient primordial que les secteurs privés et académiques puissent travailler ensemble afin de proposer des solutions de qualité aux consommateurs. Un exemple sera proposé avec la collaboration du Dr Joffrey Zoll avec la société UBERTI afin de participer à l'amélioration de certains des produits.

La discussion permettra d'aborder le sujet sous plusieurs angles :

- Qu'est-ce que « prendre soin de soi » en terme d'activités physiques et de nutrition ?
- Quels sont ces « super aliments » et quels sont leurs effets sur la santé ?
- Comment se déroule et quels sont les résultats d'une collaboration entre un laboratoire de recherche et une entreprise régionale de produits biologiques dédiés au bien-être ?
- Quelle est la stratégie d'Uberti en matière de développement de nouvelles gammes de produits et l'apport de la recherche ?

**Liens utiles :**

**<http://mondial-uberti.e-monsite.com/pages/qui-sommes-nous/>**

La présentation sera suivie d'un débat et d'un cocktail de réseautage.

**Au plaisir de vous accueillir et n'hésitez pas à relayer cette rencontre !**

**JE M'INSCRIS**