

## **Aux bons conseils de l'OMS**

Titre(s): Aux bons conseils de l'OMS [[périodique] ] / Guy Thibault

Ensemble : Sport et vie 206

Autre(s) auteur(s) : Thibault, Guy

Editeur, producteur : 01/09/24

Description matérielle : pp.40-45

ISSN : 1152-9563

Note sur la description matérielle : 6

Résumé ou extrait : Très régulièrement des recommandations sont publiées à l'attention du grand public pour déterminer la dose nécessaire d'activité physique par jour ou par semaine pour assurer le maintien d'une bonne santé. Pour l'Organisation mondiale de la santé (OMS), il faut ainsi faire 150 minutes de sport par semaine. Pourquoi ne faut-il pas trop s'y fier ?

Sujet - Nom commun : Condition physique

Organisation mondiale de la santé

Éducation sanitaire

Habitudes sanitaires