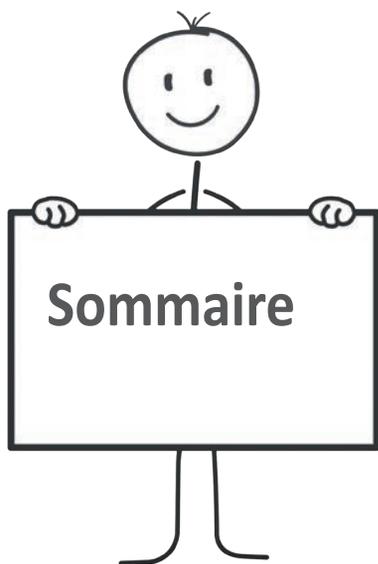


Guide de prévention et de promotion de la santé

- Maladies chroniques
- Santé auditive
- Santé environnementale
-
- Santé des actifs
- Bien vieillir
- Populations vulnérables
-
- Information, conseil et appui méthodologique
- Outilthèque





Sommaire

Bien vieillir p.15

Seniors, soyez acteurs de votre santé ! p.15
Réunion de sensibilisation p.16
Atelier du bien vieillir p.16
Atelier Form'équilibre p.17
Atelier Mémoire p.17
Atelier Nutrition p.18
Atelier Form'bien-être p.18
La vie à pleines dents, longtemps p.19

Populations vulnérables p.20

Connaissance du système de santé et de protection sociale p.20
L'atelier Vitalité p.21

Information, conseil et appui méthodologique p.22

Accompagnement méthodologique p.22
Accès aux droits et à la santé p.23
Enjeux de la prévention en entreprise p.23

Outilthèque p.25

Exposition "L'univers mutualiste" p.25
Se faire dépister, on a tout à y gagner ! p.25
Mallette audition p.26
Exposition audition p.26

Tableau récapitulatif des programmes par thème et public p.28

Priorité Santé Mutualiste p.31

Prévention des maladies chroniques p.5

Mangez, bougez, c'est facile ! p.5
Bouge, une priorité pour ta santé ! (Collège) p.6
Bouge, une priorité pour ta santé ! (Lycée) p.6
Je repère les risques pour ma santé p.7

Santé auditive p.8

Au travail, je préserve mon audition p.8
Décibels : attention, danger ! p.9
Restez à l'écoute de vos oreilles p.9
Prévenir les risques auditifs en milieu scolaire p.10

Santé environnementale de la mère et du jeune enfant p.11

Naître et grandir dans un environnement sain p.11

Santé des actifs p.12

Ma santé, j'y travaille ! p.12
Mangez, bougez, c'est facile ! p.13
Décibels : attention, danger ! p.9
Au travail, je préserve mon audition p.8

Principaux partenaires :

Associations pour la Santé, l'Éducation et la Prévention sur les Territoires, Association Régionale des Missions Locales d'Aquitaine, Caisses Primaires d'Assurance Maladie d'Aquitaine, Caisse d'Assurance Retraite et de la Santé au Travail d'Aquitaine, Établissements scolaires, Fédération Nationale de la Mutualité Française, Institut Régional d'Éducation et de Promotion de la Santé, Missions Locales d'Aquitaine, Mutualité Sociale Agricole, Mutuelles et Services de Soins et d'Accompagnement Mutualistes, Réseau de Prévention et de Prise en Charge de l'Obésité Pédiatrique, Rectorat de Bordeaux, Régime Social des Indépendants, Mutualité Française Midi-Pyrénées, Union Nationale du Sport Scolaire d'Aquitaine.

Principaux partenaires financiers :



Édito

C'est avec un grand plaisir que je préface ce guide 2016 de prévention et de promotion de la santé de la Mutualité Française Aquitaine

Les programmes et les actions présentés ont été construits pour répondre aux besoins et aux problématiques des Aquitains et s'inscrivent dans le cadre d'orientations mutualistes nationales. Il s'agit d'informer et de sensibiliser les populations concernées, de les aider à adopter durablement des habitudes et comportements bénéfiques à leur santé mais aussi de leur permettre d'accéder au système de santé et de protection sociale en citoyens avertis. Autant d'enjeux à relever pour l'équipe prévention et promotion de la santé répartie sur l'ensemble du territoire aquitain, au plus près des bénéficiaires des actions.

Depuis de nombreuses années, l'ambition de la Mutualité Française Aquitaine est de permettre aux Aquitains, adhérents mutualistes ou non, d'acquérir compétences et savoirs pour devenir acteurs de leur santé d'aujourd'hui et de demain. Soucieux d'inscrire les actions de prévention et de promotion de la santé dans le parcours de vie (jeunes, actifs, parents, seniors...), les programmes s'articulent autour de six thématiques en phase avec les enjeux de santé de notre région : la prévention des maladies chroniques, la santé des actifs, la santé auditive, le bien vieillir, la santé environnementale et l'accompagnement des populations vulnérables. Ces différentes thématiques sont reprises dans les rubriques de ce guide pour aider le lecteur à sélectionner les programmes susceptibles de répondre à ses besoins.

La Mutualité Française Aquitaine développe également des temps d'information et de sensibilisation sur plusieurs thématiques et accompagne ses mutuelles dans des démarches d'ingénierie de projet et de mise à disposition d'outils et de supports de prévention.

En tant que Présidente de la commission régionale Prévention et promotion de la santé je tiens à souligner l'implication de chacune et chacun des acteurs de notre mouvement mutualiste dans la dynamique de prévention et de promotion de la santé.

Toujours soucieuse d'une construction en synergie et en partenariat au bénéfice des adhérents de nos mutuelles et plus largement des habitants de notre belle région, la Mutualité Française Aquitaine remercie ses mutuelles adhérentes, ses élus, ses salariés et ses partenaires, mobilisés et investis, qui lui permettent de construire des programmes, de mener ses actions au bénéfice de tous et, souvent, au profit des plus vulnérables.

Réaliser un guide de quelques pages pour présenter, de manière synthétique et explicite, les contenus et les objectifs des nombreuses actions proposées en prévention et promotion de la santé par la Mutualité Française Aquitaine relève d'un exercice un peu "frustrant". Il y aurait tant d'éléments à développer ! Je souhaite toutefois que cette première version réponde au mieux aux attentes du lecteur et qu'il y trouve des propositions susceptibles d'y répondre.

Valérie Elicalde

Présidente de la Commission Prévention
et Promotion de la Santé



PRÉVENTION DES MALADIES CHRONIQUES



En Aquitaine, le nombre de personnes atteintes de maladies chroniques augmente régulièrement. Dans de nombreux cas pourtant, ces maladies peuvent être évitées ou avoir de moins graves conséquences. Aussi, la Mutualité Française Aquitaine a fait de la prévention des maladies chroniques l'une des ses priorités et propose des actions pour les dépister et limiter leur survenue.

► Mangez, bougez, c'est facile !

OBJECTIFS

- Promouvoir l'activité physique ainsi qu'une bonne hygiène alimentaire auprès
- des patients des centres de soins de premiers recours mutualistes (pharmacies,
- centres de santé, centres dentaires...) et les orienter vers des solutions locales
- adaptées.



CIBLE

Tout public



THÉMATIQUES

Alimentation, activité physique



FORMAT

Stand d'information et de sensibilisation



DURÉE

Une journée



INTERVENANTS

Équipe Prévention de l'Union régionale et professionnels de santé





► Bouge, une priorité pour ta santé ! (Collège)

OBJECTIFS

- Promouvoir l'activité physique et une bonne hygiène de vie chez les collégiens.



CIBLE

Élèves de 6^e et de 5^e



THÉMATIQUES

Alimentation, activité physique



FORMAT

Interventions en classe, tests de condition physique, prêt d'une exposition, organisation d'activités physiques ou de manifestations en lien avec l'alimentation...



DURÉE

Durant toute l'année scolaire



INTERVENANTS

Équipe Prévention de l'Union régionale, membres de l'équipe pédagogique de l'établissement scolaire, éducateurs sportifs de l'Union Nationale du Sport Scolaire d'Aquitaine, membres d'associations sportives locales...

► Bouge, une priorité pour ta santé ! (Lycée)

OBJECTIFS

- Promouvoir l'activité physique ainsi qu'une bonne hygiène de vie et favoriser l'estime de soi des lycéens.



CIBLE

Lycéens



THÉMATIQUES

Alimentation, activité physique, estime de soi



FORMAT

Interventions en classe, tests de condition physique, organisation d'activités physiques ou de manifestations en lien avec l'alimentation...



DURÉE

Durant toute l'année scolaire



INTERVENANTS

Équipe Prévention de l'Union régionale, professionnels de l'Institut Régional d'Éducation et de Promotion de la Santé ainsi que du Réseau de Prévention et de Prise en Charge de l'Obésité Pédiatrique, membres de l'équipe pédagogique de l'établissement scolaire, membres d'associations sportives locales...



► Je repère les risques pour ma santé

OBJECTIFS

- Repérer les facteurs de risque à l'origine de l'apparition des maladies cardiovasculaires,
- proposer aux participants des tests à visée non médicale et leur recommander la
- consultation de professionnels de santé adaptés à leurs problématiques.



CIBLE

Tout public



THÉMATIQUES

Diabète, glycémie, tension artérielle



FORMAT

Stands d'informations et d'échanges, tests à visée non médicale, entretiens individuels



DURÉE

Une demi-journée



INTERVENANTS

Équipe Prévention de l'Union régionale, professionnels de santé





Le vieillissement ainsi que l'exposition à des niveaux sonores intenses affectent l'audition.

Parce qu'il est important de bien entendre pour pouvoir profiter pleinement de chaque instant de la vie, la Mutualité Française Aquitaine propose aux Aquitains de faire le point sur leur santé auditive et de les aider à préserver la santé de leurs oreilles.

► Au travail, je préserve mon audition !

OBJECTIFS

- Sensibiliser aux risques auditifs les personnes travaillant dans des filières
- bruyantes et promouvoir le port des équipements de protection individuelle.



CIBLE

Actifs



THÉMATIQUES

Audition



FORMAT

Stand et exposition



DURÉE

2h00



INTERVENANTS

Équipe Prévention de l'Union régionale et professionnels de l'audition et de la santé auditive.





► Décibels : attention, danger !

- **OBJECTIFS**
- Pour les filières d'enseignement professionnel à contexte bruyant, sensibiliser les membres de la communauté éducative aux risques auditifs et leur proposer, à chacun, un test d'audition à visée non médicale.



CIBLE

Actifs



THÉMATIQUES

Audition



FORMAT

Réunion de sensibilisation et tests de l'audition



DURÉE

Une demi-journée



INTERVENANTS

Équipe Prévention de l'Union régionale, infirmière de l'Éducation Nationale, membres de l'équipe pédagogique de l'établissement scolaire.

► Restez à l'écoute de vos oreilles

- **OBJECTIFS**
- Permettre aux participants de s'interroger sur leur audition et de réaliser un test d'audition à visée non médicale.



CIBLE

Tout public



THÉMATIQUES

Audition



FORMAT

Conférence, entretiens individuels, tests d'audition



DURÉE

Une demi-journée

INTERVENANTS

Équipe Prévention de l'Union régionale et audioprothésiste mutualiste





► Prévenir les risques auditifs en milieu scolaire

OBJECTIFS

- En lien avec la mise à disposition des outils pédagogiques et le déploiement du programme "Décibels : attention, danger !", renforcer les connaissances, les compétences et les pratiques des infirmiers en milieu scolaire pour aider les jeunes à préserver leur capital auditif et construire un projet de prévention.



CIBLE

Infirmiers scolaires (collèges, lycées généraux ou professionnels)



THÉMATIQUES

Audition



FORMAT

Groupe de 15 personnes maximum



DURÉE

Une journée



INTERVENANTS

Équipe Prévention de l'Union régionale et professionnel de l'audition



La femme enceinte et le jeune enfant sont confrontés à des sources de pollution souvent peu connues. En effet, beaucoup d'objets de la vie quotidienne (meubles, produits d'entretien, cosmétiques...) contiennent des substances toxiques. Il est donc important de savoir choisir des matériaux et des produits sains pour préserver leur santé.

► Naître et grandir dans un environnement sain

OBJECTIFS

- Sensibiliser et informer les futurs parents et parents de jeunes enfants
- aux multiples sources de pollution connues ou cachées, renforcer leurs
- connaissances et leur donner les moyens de faire des choix éclairés.



CIBLE

Futurs parents et parents d'enfants de moins de 3 ans



THÉMATIQUES

Alimentation, qualité de l'air intérieur, cosmétiques et produits d'hygiène



FORMAT

Cycle de 3 ateliers



DURÉE

3 fois 2h00



INTERVENANTS

Professionnels de la santé environnementale et de la petite enfance





Aujourd'hui, les entreprises se préoccupent de plus en plus de l'état de santé et du bien-être de leurs salariés. Aussi, à la demande de leur mutuelle, la Mutualité Française Aquitaine les accompagne dans la construction de projets de prévention et de promotion de la santé répondant aux besoins identifiés.

► Ma santé, j'y travaille !

OBJECTIFS

- En lien avec la mutuelle et la Direction de l'entreprise et à partir d'un diagnostic des besoins,
- construire et animer un programme d'interventions pour encourager les salariés à adopter des
- comportements favorables à leur santé.



CIBLE

Actifs



THÉMATIQUES

Selon les besoins : alimentation, activité physique, sommeil, bien-être, addictions...



FORMAT

Ateliers, conférences, stands, tests à visée non médicale... (à définir)



DURÉE

Une demi-journée jusqu'à plusieurs jours sur site



INTERVENANTS

Équipe Prévention de l'Union régionale, professionnels de santé et professionnels ad hoc.





► Mangez, bougez, c'est facile !

OBJECTIFS

- Aller à la rencontre des actifs sur leur lieu de travail pour promouvoir l'activité physique et une bonne hygiène de vie.



CIBLE

Actifs



THÉMATIQUES

Alimentation, activité physique



FORMAT

Stands, tests de condition physique et entretiens individuels



DURÉE

Une journée



INTERVENANTS

Équipe Prévention de l'Union régionale, diététicienne, éducateur sportif



► Décibels : attention, danger !

OBJECTIFS

- Pour les filières d'enseignement professionnel à contexte bruyant, sensibiliser les membres de la communauté éducative aux risques auditifs et leur proposer un test d'audition à visée non médicale. Voir page 9

► Au travail, je préserve mon audition !

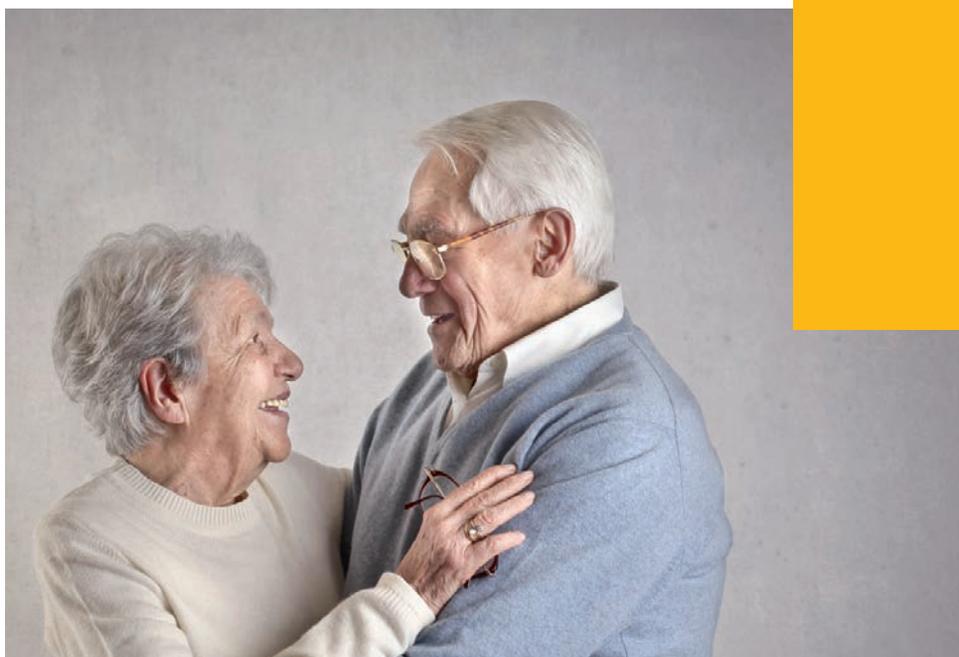
OBJECTIFS

- Sensibiliser aux risques auditifs les personnes travaillant dans des filières bruyantes et promouvoir le port des équipements de protection individuelle.
- Voir page 8





Aux côtés de la Caisse d'Assurance Retraite et de la Santé au Travail, de la Mutualité Sociale Agricole, du Régime Social des Indépendants, et d'autres partenaires, la Mutualité Française Aquitaine participe au développement et au fonctionnement des Associations pour la Santé, l'Education et la Prévention sur les Territoires (ASEPT) depuis 2012.



Chacun aspire à vieillir en bonne santé et rester autonome le plus longtemps possible. C'est pourquoi, la Mutualité Française Aquitaine participe à la promotion du bien vieillir auprès des seniors en favorisant le maintien de leurs capacités physiques et cognitives ainsi que leur aptitude à nouer et entretenir des liens sociaux pour éviter l'isolement.

► Seniors, soyez acteurs de votre santé !

● OBJECTIFS

- Échanger sur le vieillissement et sur les clés pour bien vieillir. Inciter les seniors à adopter au quotidien des comportements favorables à leur santé et à leur autonomie.



CIBLE

55 ans ou plus



THÉMATIQUES

Alimentation, activité physique, sommeil, médicaments...



FORMAT

Conférence-débat



DURÉE

2h00



INTERVENANTS

Professionnels de santé des Associations pour la Santé, l'Éducation et la Prévention sur les Territoires (ASEPT)





► Réunion de sensibilisation

OBJECTIFS

- Aider les seniors à préserver leur qualité de vie en abordant un sujet spécifique
- défini localement.



CIBLE

55 ans ou plus



THÉMATIQUES

Au choix : alimentation, activité physique, sommeil, stress, médicaments, prévention des fortes chaleurs...



FORMAT

Réunion de sensibilisation



DURÉE

1h30



INTERVENANTS

Professionnels de santé des Associations pour la Santé, l'Éducation et la Prévention sur les Territoires (ASEPT)



► Atelier du bien vieillir

OBJECTIFS

- Permettre aux seniors de faire le point sur leurs pratiques en matière d'hygiène
- de vie et d'adopter des comportements favorables à leur santé.



CIBLE

55 ans ou plus



THÉMATIQUES

Alimentation, activité physique...



FORMAT

Atelier en groupe de 10 à 15 personnes



DURÉE

7 séances de 3h00



INTERVENANTS

Professionnels de santé des Associations pour la Santé, l'Éducation et la Prévention sur les Territoires (ASEPT)





► Atelier Form'équilibre

OBJECTIFS

- Permettre aux seniors de tester et consolider leur équilibre et d'apprendre à se relever en cas de chute.



CIBLE

55 ans ou plus



THÉMATIQUES

Activité physique et prévention des chutes



FORMAT

Atelier en groupe de 10 à 15 personnes



DURÉE

12 à 15 séances de 1h30



INTERVENANTS

Professionnels de santé des Associations pour la Santé, l'Éducation et la Prévention sur les Territoires (ASEPT)



► Atelier Mémoire

OBJECTIFS

- Aider les seniors à exercer leurs facultés cérébrales et acquérir des stratégies de mémorisation.



CIBLE

55 ans ou plus



THÉMATIQUES

Mémoire



FORMAT

Atelier en groupe de 10 à 15 personnes



DURÉE

10 séances de 2h00



INTERVENANTS

Professionnels de santé des Associations pour la Santé, l'Éducation et la Prévention sur les Territoires (ASEPT)





► Atelier nutrition

OBJECTIFS

- Aider les seniors à conserver leur appétit, à adopter une alimentation adaptée
- et à concilier les recommandations nutritionnelles à leur budget.



CIBLE

55 ans ou plus



THÉMATIQUES

Alimentation



FORMAT

Atelier en groupe de 10 à 15 personnes



DURÉE

10 séances de 2h00



INTERVENANTS

Professionnels de santé des Associations pour la Santé, l'Éducation et la Prévention sur les Territoires (ASEPT)



► Atelier Form'bien-être

OBJECTIFS

- Aider les seniors à développer leur souplesse, à améliorer leur sommeil ainsi qu'à mieux maîtriser leur respiration et leur stress.



CIBLE

55 ans ou plus



THÉMATIQUES

Activité physique, sommeil, stress



FORMAT

Atelier en groupe de 10 à 15 personnes



DURÉE

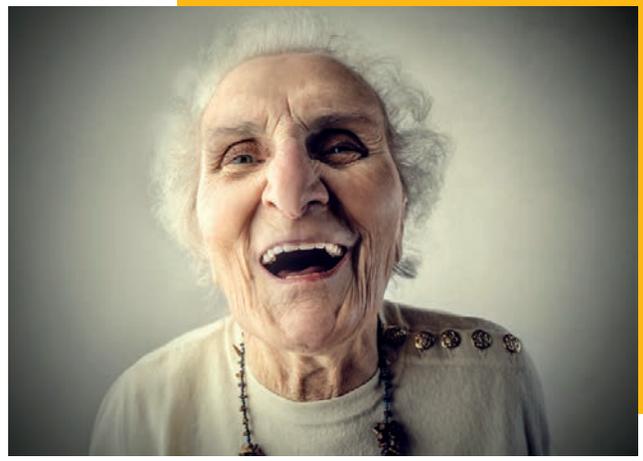
7 séances de 1h30



INTERVENANTS

Professionnels de santé des Associations pour la Santé, l'Éducation et la Prévention sur les Territoires (ASEPT)





► La vie à pleines dents, longtemps

OBJECTIFS

- Promouvoir l'hygiène bucco-dentaire auprès des résidents d'Établissements
- d'Hébergement pour Personnes Agées Dépendantes ou de patients de Services de
- Soins Infirmiers à Domicile.



CIBLE

Résidents et patients de structures mutualistes



THÉMATIQUES

Hygiène bucco-dentaire



FORMAT

Formation des personnels.
Animation d'ateliers pour les résidents ainsi que pour les patients et leur famille



DURÉE

Formation des professionnels : 2 jours
Atelier : 1h30



INTERVENANTS

Équipe Prévention de l'Union régionale et professionnels de santé





La santé est rarement une priorité pour les jeunes en insertion, davantage préoccupés par la recherche d'un travail ou d'un logement mais également plus concernés par la précarité et le mal-être psychique. Parce que les inégalités sociales s'accroissent et heurtent les valeurs de solidarité du mouvement mutualiste, la Mutualité Française Aquitaine s'emploie à faciliter l'accès aux droits et aux soins de ces jeunes.

► Connaissance du système de santé et de protection sociale

OBJECTIFS

- Permettre aux professionnels des missions locales de mieux connaître les dispositifs et aides à la protection sociale obligatoire et complémentaire pour faciliter l'accès aux droits et aux soins des jeunes qu'ils accompagnent.



CIBLE

Professionnels des missions locales



THÉMATIQUES

Protection sociale obligatoire et complémentaire



FORMAT

Réunion de sensibilisation



DURÉE

Une demi-journée



INTERVENANTS

Équipe Prévention de l'Union régionale, professionnels de la protection sociale obligatoire et complémentaire.



► L'atelier vitalité

OBJECTIFS

- Aider les jeunes à prendre confiance en eux, à améliorer leur hygiène de vie,
- prendre soin d'eux et se valoriser pour faciliter leur insertion socio-économique.



CIBLE

Jeunes en mission locale (18-25 ans)



THÉMATIQUES

Protection sociale obligatoire et complémentaire, hygiène de vie, estime soi...



FORMAT

Ateliers en petits groupes de 10 personnes avec animations, jeux de rôle, discussions... et bilan de santé individuel



DURÉE

Une semaine



INTERVENANTS

Équipe Prévention de l'Union régionale, conseillers en mission locale, professionnels de la protection sociale obligatoire et réglementaire, professionnels socio-éducatifs, et professionnels de santé.



Centre de ressources au service du mouvement mutualiste, la Mutualité Française Aquitaine peut aider les mutuelles adhérentes à construire un projet de prévention ou de promotion de la santé pour leurs salariés ou leurs adhérents.

► Accompagnement méthodologique

- **OBJECTIFS**
- Aider les mutuelles à élaborer un diagnostic de santé partagé, appréhender les enjeux et proposer des schémas d'actions possibles.



CIBLE

Les mutuelles



THÉMATIQUES

Prévention et promotion de la santé



FORMAT

Accompagnement



DURÉE

Fonction de la demande



INTERVENANTS

Équipe Prévention de l'Union régionale





► Accès aux droits et à la santé

OBJECTIFS

- Permettre aux professionnels ou aux bénévoles de mieux se repérer dans les dispositifs et aides à la protection sociale obligatoire et complémentaire pour faciliter l'accès aux droits et aux soins des publics qu'ils accompagnent.



CIBLE

Professionnels ou bénévoles auprès de populations vulnérables



THÉMATIQUES

Protection sociale et complémentaire



FORMAT

Réunion de sensibilisation



DURÉE

Une demi-journée à une journée



INTERVENANTS

Équipe Prévention de l'Union régionale et professionnels de la protection sociale obligatoire et réglementaire

► Enjeux de la prévention en entreprise

OBJECTIFS

- Former les salariés des mutuelles aux notions essentielles de prévention et de promotion de la santé en milieu de travail.



CIBLE

Les salariés des mutuelles (notamment les commerciaux)



THÉMATIQUES

Prévention et promotion de la santé en milieu de travail



FORMAT

Réunion de sensibilisation



DURÉE

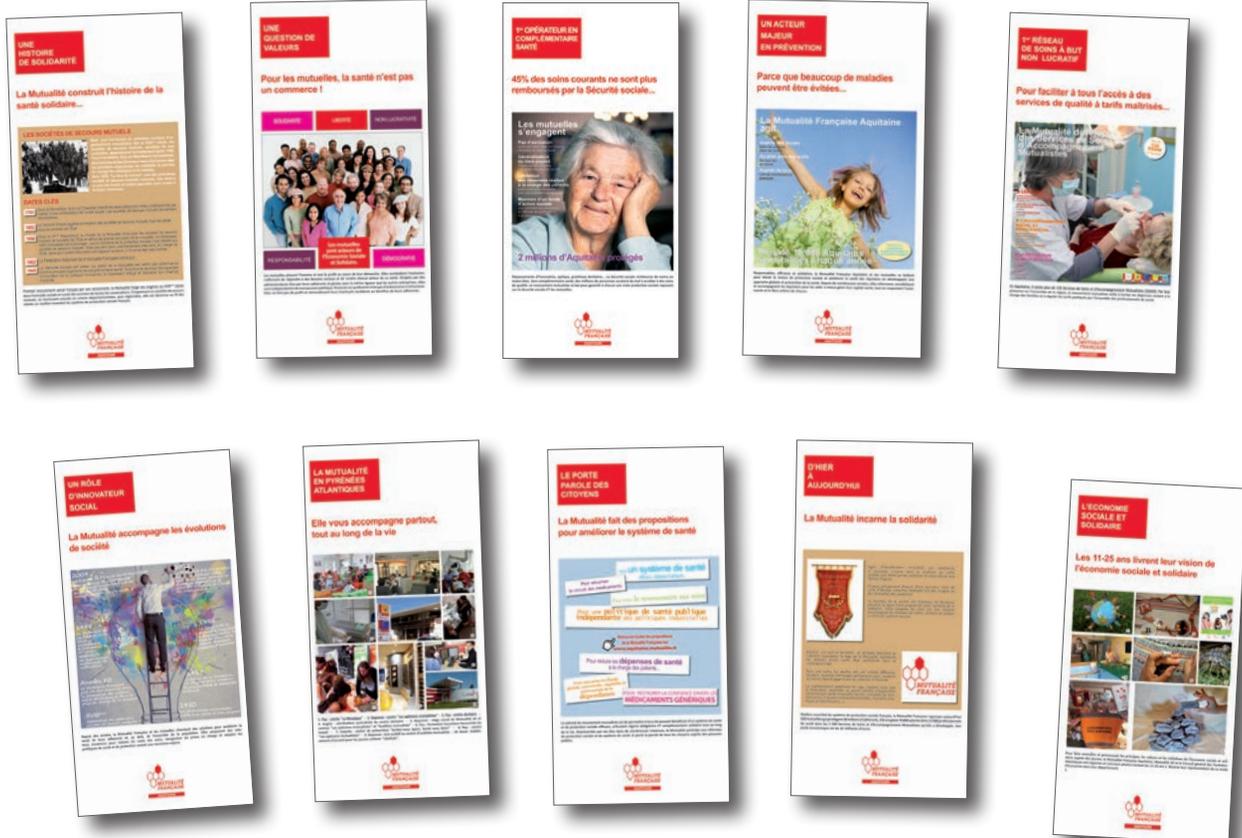
Une journée



INTERVENANTS

Équipe Prévention de l'Union régionale et professionnels de la santé au travail





► Exposition "L'univers mutualiste"



► Se faire dépister, on a tout à y gagner !

La Mutualité Française Aquitaine a conçu des outils qu'elle met à disposition des structures qui souhaitent sensibiliser leurs publics à différentes thématiques de santé ou aux valeurs du mutualisme et de l'Économie sociale et solidaire.

► Exposition "L'univers mutualiste"

● OBJECTIFS

- Faire connaître et comprendre le mouvement mutualiste, ses origines et sa modernité,
- promouvoir ses valeurs, ses positions, ses services de soins et d'accompagnement...



CIBLE

Tout public



THÉMATIQUES

Le mouvement mutualiste, l'économie sociale et solidaire...



FORMAT

Une exposition de 9 panneaux dissociables



DURÉE

Fonction du projet



INTERVENANTS

Autonomie

► Se faire dépister, on a tout à y gagner !

● OBJECTIFS

- Informer de manière simple sur les enjeux et les modalités du dépistage organisé du cancer du sein et du cancer colorectal.



CIBLE

Tout public



THÉMATIQUES

Cancer du sein et cancer colorectal



FORMAT

Plateau de jeu avec une face sur le cancer du sein et une face sur le cancer colorectal, des cartes et un guide pour l'animateur



DURÉE

2 à 3h00



INTERVENANTS

Équipe Prévention de l'Union régionale ou professionnel de l'animation

► Mallette audition

● OBJECTIFS

- Sensibiliser les jeunes de manière ludique à la nécessité de préserver leur audition.



CIBLE

Jeunes



THÉMATIQUES

Audition



FORMAT

1 kit avec un livret pédagogique pour les intervenants, une affiche avec la représentation d'une échelle du bruit, des outils d'animation (quiz, jeu de cartes, jeu de rôle...) et un sonomètre.



DURÉE

Fonction du projet de prévention



INTERVENANTS

Équipe Prévention de l'Union régionale ou professionnel de l'animation

► Exposition audition

● OBJECTIFS

- Sensibiliser les jeunes de manière ludique à la nécessité de préserver leur audition.



CIBLE

Jeunes



THÉMATIQUES

Audition



FORMAT

6 panneaux d'exposition et un document d'information comportant la réponse à la question figurant sur chacun des panneaux



DURÉE

Fonction du projet



INTERVENANTS

Autonomie



► La mallette audition



► L'exposition audition



► Récapitulatif des programmes par thème et public

	Cible	Pro
Mangez, bougez, c'est facile ! p.5	Tout public	●
Bouge, une priorité pour ta santé ! (Collège) p.6	Collégiens	
Bouge, une priorité pour ta santé ! (Lycée) p.6	Lycéens	
Je repère les risques pour ma santé p.7	Tout public	●
Au travail, je préserve mon audition ! p.8	Actifs mutualistes	●
Décibels : attention, danger ! p.9	Actifs dans l'enseignement	
Restez à l'écoute de vos oreilles p.9	Seniors mutualistes	●
Prévenir les risques auditifs en milieu scolaire p.10	Infirmiers scolaires	
Naitre et grandir dans un environnement sain p.11	Futurs parents et parents enfant - 3 ans	●
Ma santé, j'y travaille ! p.12	Actifs mutualistes	●
Mangez, bougez, c'est facile ! p.13	Actifs mutualistes	●
Seniors, soyez acteurs de votre santé ! p.15	55 ans ou plus	●
Réunion de sensibilisation p.16	55 ans ou plus	●
Atelier du bien vieillir p.16	55 ans ou plus	●
Atelier Form' Equilibre p.17	55 ans ou plus	●
Atelier Mémoire p.17	55 ans ou plus	●
Atelier Nutrition p.18	55 ans ou plus	●
Atelier Form' bien-être p.18	55 ans ou plus	●
La vie à pleines dents, longtemps p.19	Personnels, résidents et patients de structures mutualistes	●
Connaissance du système de santé et de protection sociale p. 20	Conseillers des missions locales	
L'Atelier Vitalité p.21	18-25 ans en mission locale	



Priorité Santé Mutualiste

Des réponses de spécialistes
à vos questions de santé



Connectez-vous sur le site www.prioritesantemutualiste.fr

Ce site dédié à la santé offre à tous une gamme de services de qualité : informations, blogs, forums... sur lesquels interviennent des experts du secteur médical et médico-social.



Appelez le 3935

Du lundi au vendredi de 9h à 19h. Prix d'un appel local

Des conseillers santé, assistantes sociales, médecins, tabacologues, diététiciennes... sont à disposition des adhérents mutualistes pour les accompagner et les aider à mieux s'orienter dans le système de santé.

La Mutualité Française en Aquitaine

Elle est la représentation régionale de la Fédération Nationale de la Mutualité Française, qui protège 36 millions de personnes.

Elle représente les mutuelles, anime le mouvement mutualiste régional, promeut ses valeurs, ses initiatives, ses services et ses positions pour un système de santé plus efficace et solidaire.

Elle mène des actions de prévention et de promotion de la santé sur l'ensemble des départements pour aider les Aquitains à mieux prendre soin de leur santé.

2 100 000
personnes protégées

205
mutuelles

650
actions de prévention et promotion en santé par an

131
Services de soins et d'accompagnement mutualistes

