

Petite enfance Information Parentalité
Audition Dépistage Dentaire Vision
Activité physique Environnement
Bien-être Mutuelles Proximité
Gestes 1^{ers} secours Alimentation Sexualité
Ados Famille Seniors Santé
Addictions Prévention santé
Jeunes

La Mutualité Française Provence-Alpes-Côte d'Azur

AGENDA des **50** ACTIONS
de solidarité et de prévention santé*
près de chez vous !

1^{er} semestre 2015



PROVENCE-ALPES-CÔTE D'AZUR

www.paca.mutualite.fr

*Actions menées par tous les services de l'Union régionale



Proposer des services pour fidéliser nos adhérents

L'Union régionale PACA vous propose cette deuxième édition de l'agenda des actions prévues dans chaque département de la région pour le 1^{er} semestre 2015.

En 2014, sur un échantillon de 54 interventions, 66 % de mutualistes ont pu bénéficier des actions de prévention menées par l'Union régionale PACA. Notre ambition est d'accroître ce nombre afin que l'activité Prévention et Promotion de la Santé représente une véritable plus value pour les mutuelles de l'Union régionale.

Cet agenda constitue un outil à votre service afin d'accroître la visibilité de nos actions et que vous puissiez ainsi en être prescripteur auprès de vos adhérents.

Avec les sept programmes :

- Pass "naître et bien grandir"
- Santé des jeunes
- Santé au travail
- Bien vieillir dans ma ville
- Prévenir les cancers
- Sport, santé
- Mangez, bougez, c'est facile !

nous nous situons toujours dans une logique d'accompagnement : accompagner la personne à certains moments clés de la vie et l'aider à optimiser son potentiel santé. Les moments et événements clés de la vie sont également ceux où les besoins sont les plus importants. Qu'il s'agisse de la naissance, de la petite enfance, de l'adolescence, de la vie professionnelle, de la maternité, du vieillissement ...

Les actions développées en lien avec ces programmes permettent de proposer des réponses en termes de prévention à l'occasion d'événements de la vie qui sont autant d'opportunités de préservation du capital santé.

De plus, proposer ces services c'est également contribuer à la fidélisation de nos adhérents en créant ou en retissant des liens de proximité grâce à un ancrage dans leur quotidien.

Jocelyne COUSTAU

Vice présidente de la Mutualité Française Paca

et présidente de la Commission Prévention et Promotion de la Santé

Ces actions sont réalisées avec le soutien de nos partenaires institutionnels



Région
Provence
Alpes
Côte d'Azur



La Mutualité Française PACA :

un acteur majeur de la santé et de la protection sociale

- 1^{er} Acteur de complémentaire santé
- 1^{er} Réseau de soins et d'accompagnement privé à but non lucratif
- Acteur majeur de la protection sociale et de la prévention santé

198 mutuelles
santé

2 547 824 personnes
protégées

3000 élus et
bénévoles
mutualistes

7954 salariés dans le
mouvement
mutualiste

1039 actions de Prévention
et de Promotion
de la Santé

> pour **55370** bénéficiaires

7 programmes de Prévention
et de Promotion de la Santé

- Pass "naître et bien grandir"
- Santé des jeunes
- Santé au travail
- Bien vieillir dans ma ville
- Prévenir les cancers
- Sport, santé
- Mangez, bougez, c'est facile !

198 services de soins et
d'accompagnement mutualistes

- H** **3** Établissements et services hospitaliers
- 31** Centres de soins médicaux et infirmiers
- 58** Centres dentaires
- 52** Centres d'optique
et services pour la basse vision
- 18** Centres d'audition
- 2** Pharmacies

- 9** Établissements et services
pour les personnes âgées
- 12** Établissements et
services petite enfance
- 9** Services à la personne
- 4** Services pour personnes
en situation de handicap

Retrouvez Priorité Santé Mutualiste sur
www.prioritesantemutualiste.fr
ou au 39 35 (prix d'un appel local depuis un poste fixe)



Un site internet dédié



Atelier équilibre

12 séances d'1 heure hebdomadaire - Inscription obligatoire

Lieu : DIGNE LES BAINS, ADMR salle intergénérationnelle,

4 avenue Demontzey

Contact : KERADALLAN Marie Laure - Tél. 04 92 30 58 80

marie-laure.kergadallan@dignelesbains.fr

05 Mars au 04 juin

de 9 h 30 à 10 h 30



Conférence audition et dépistage auditif

Dans le cadre de la journée nationale de l'audition

Conférence suivie d'une séance de dépistage de 3h00

Lieu : DIGNE LES BAINS, MGEN, 13 rue des cabanons

Contact : VINATIER Martine - Tél. 04 92 31 67 00

martine.vinatier@pacamutualite.fr

12 Mars

de 10 h 00 à 17 h 00



Adopter la Blue Attitude

Création d'un ruban bleu humain géant pour annoncer la manifestation à venir "LE COLON TOUR".

Lieu : DIGNE LES BAINS, place de la Mairie

Contact : BOURRIEL Nathalie - Tél. 04 92 32 50 36 - cd04@ligue-cancer.net

14 Mars

à 10 h 00



Prévention conduites addictives

Parents

Informers les parents sur le thème de santé : prévention conduites addictives chez les jeunes - Inscription obligatoire

13 Mars

de 18 h 00 à 20 h 00

Jeunes

Acquérir des connaissances et permettre d'adopter des comportements positifs - Inscription obligatoire

Lieu : FORCALQUIER, salle Oxyjeunes, cours des artisans

Contact : VINATIER Martine - Tél. 04 92 31 67 00

martine.vinatier@pacamutualite.fr

20 Mars

de 18 h 00 à 20 h 00



Show Chaud Club - Cabaret

Destiné au public lycéen et étudiant - Inscription obligatoire

Lieu : DIGNE LES BAINS, centre culturel René Char, 45 av. 8 MAI 1945

Contact : VINATIER Martine - Tél. 04 92 31 67 00

martine.vinatier@pacamutualite.fr

26 Mars

dès 19 h 00



Atelier équilibre

12 séances d'1 heure hebdomadaire - Inscription obligatoire

Lieu : FORCALQUIER, salle de danse, cours des artisans

Contact : VINATIER Martine - Tél. 04 92 31 67 00

martine.vinatier@pacamutualite.fr

26 Mars au 16 juin

de 14 h 00 à 15 h 00



Colon Tour Volonne

Voyager à l'intérieur d'un côlon géant et comprendre comment évoluent les différentes lésions.

Lieu : VOLONNE, espace Notre Dame

Contact : DELAUNAY-ROUSSELLE MYRIAM - Tél. 04 92 53 91 41

mrouselle@adoc05.org

28 Mars

de 9 h 00 à 17 h 00



Prévention conduites addictives parents/jeunes

Mettre en commun les réflexions des deux groupes d'échanges précédents en présence des parents/jeunes. - Inscrp. obligatoire

Lieu : FORCALQUIER, salle Oxyjeunes, cours des artisans

Contact : VINATIER Martine - Tél. 04 92 31 67 00

martine.vinatier@pacamutualite.fr

03 Avril

de 18 h 00 à 20 h 00



"Mangez, bougez, c'est facile !"

Sensibilisation à l'importance d'une alimentation équilibrée et à la pratique d'une activité physique.

Lieu : DIGNE LES BAINS, centre de santé dentaire mutualiste

5 avenue de Verdun

Contact : VINATIER Martine - Tél. 04 92 31 67 00

martine.vinatier@pacamutualite.fr

20 Avril

de 9 h 00 à 12 h 00

05 Hautes-Alpes



Atelier équilibre

12 séances d'1 heure hebdomadaire - Inscription obligatoire

Réunion de présentation des "Ateliers équilibre"

le 11 Mars de 10 h 00 à 11 h 00

Lieu : VEYNES, Résidence Ambroise Croizat, boulevard Picasso

Contact : Chloé DENIAU - Tél. 04 92 52 58 93

preventionsante05@pacamutualite.fr

11 Mars au 03 juin

de 10 h 00 à 11 h 00



Stand prévention solaire et nutrition

Sensibilisation autour de la nutrition et des risques solaires.

Lieu : ORCIERE MERLETTE, front de neige Station

Contact : Chloé DENIAU - Tél. 04 92 52 58 93

preventionsante05@pacamutualite.fr

11 Mars

de 15 h 00 à 18 h 00



Atelier équilibre

12 séances d'1 heure hebdomadaire - Inscription obligatoire

Réunion de présentation des "Ateliers équilibre"

le 12 Mars de 14 h 00 à 15 h 00

Lieu : SERRES, Communauté de communes Serrois, rue des jardins

Contact : Nathalie JOUVE - Tél. 04 92 67 08 25

pif.msp.serres@hotmail.fr

18 Mars au 03 juin

de 15 h 30 à 16 h 30



Atelier équilibre

12 séances d'1 heure hebdomadaire - Inscription obligatoire

Réunion de présentation des "Ateliers équilibre"

le 19 Mars de 15 h 30 à 16 h 30

Lieu : GUILLESTRE, gymnase de Guillestre, av. Champ Chevalier

Contact : Marie BRUN - Tél. 04 92 45 36 66

seniors@guillestrois.com

26 Mars au 18 juin

de 15 h 30 à 16 h 30



Ciao Gamin

Forum annuel jeunes 1^{er} Départ UDAF

Informations de prévention multi-thématiques.

Lieu : GAP, hall du Quattro, 56 avenue Emile Didier

Contact : Rachel BERTRAND - Tél. 04 92 51 81 84 - rbertrand@udaf05.unaf.fr

28 Mars

de 13 h 00 à 18 h 00



"Mangez, bougez, c'est facile !"

Sensibilisation à l'importance d'une alimentation équilibrée et à la pratique d'une activité physique.

Lieu : GAP, centre de santé dentaire mutualiste

148 boulevard Georges Pompidou

Contact : Chloé DENIAU - Tél. 04 92 52 58 93

preventionsante05@pacamutualite.fr

24 Avril

de 9 h 00 à 12 h 30



Jeux universitaires

Stand de prévention afin de sensibiliser les étudiants sur les conduites à risques.

Lieu : NICE, stade Charles Ehamann

155 boulevard du Mercantour

Contact : Mathilde MONTI - Tél. 06 22 70 38 08
preventionfestif@pacamutualite.fr

...

26 Février

de 9 h 00 à 17 h 00



Cross Over Nice

Stand de prévention afin de sensibiliser les étudiants sur les conduites à risques.

Lieu : NICE, friche culturelle Les Abattoirs

50 Boulevard Jean-Baptiste V é r a n y

Contact : Mathilde MONTI - Tél. 06 22 70 38 08
preventionfestif@pacamutualite.fr

...

07 Mars

de 22 h 00 à 5 h 00



La ronde des Facs

Stand de prévention afin de sensibiliser les étudiants sur les conduites à risques.

Lieu : NICE, promenade des Anglais

Contact : Mathilde MONTI - Tél. 06 22 70 38 08
preventionfestif@pacamutualite.fr

...

14 Mars

de 14 h 30 à 24 h 00



Atelier équilibre

12 séances d'1 heure hebdomadaire

Inscription obligatoire

Lieu : NICE, maison des associations Saint Roch

50 boulevard Saint Roch

Contact : DESCHAUX BEAUME Henri - Tél. 04 93 82 88 50
henri.deschauxbeaume@pacamutualite.fr

...

20 Mars au 26 juin

de 10 h 00 à 11 h 00

Et si on changeait d'air ?



C'est un atelier de conseils pratiques et simples à mettre en œuvre au quotidien. Interactif,

il débute par un état des lieux de l'habitat des participants (repérer les pièces plus ou moins saines), se poursuit par un quizz sur les polluants domestiques (leurs origines, et leurs effets sur notre santé et notre environnement). On y présente aussi les produits alternatifs. Les participants repartent avec des brochures leur permettant de mettre en pratique les conseils de cette animation.

Aller plus loin ? Contactez le responsable prévention de votre département (Cf. annuaire au dos)



Le Show Chaud Club est un spectacle de cabaret destiné au public lycéen et étudiant. Par l'intermédiaire de la comédie, il propose d'aborder les questions de sexualité et de contraception, mais aussi des discriminations. L'esprit de la pièce est d'interpeller les publics jeunes (15-26 ans) sur leurs représentations de la sexualité et d'engager une réflexion de leur part sur la contraception, les modes de transmission des Infections Sexuellement Transmissibles (IST) mais aussi sur les discriminations liées à l'orientation sexuelle.



Conduites addictives, territoires de proximité et jeunesse

Journée d'échanges sur la prévention des conduites addictives chez les jeunes - réservée aux professionnels

Lieu : VALBONNE SOPHIA ANTIPOLIS, auditorium du pré des arts

Contact : Karin DELRIEU - Tél. 04 13 10 80 66
karin.delrieu@pacamutualite.fr

27 Mars

de 8 h 30 à 16 h 30



Festival electro

Stand de prévention afin de sensibiliser les étudiants sur les conduites à risques.

Lieu : VALBONNE, espace de la Vignasse, HAM Pré des arts

Contact : Mathilde MONTI - Tél. 06 22 70 38 08
preventionfestif@pacamutualite.fr

06 Avril

de 21 h 00 à 4 h 00



"Mangez, bougez, c'est facile !"

Sensibilisation à l'importance d'une alimentation équilibrée et à la pratique d'une activité physique.

Lieu : NICE, centre médical MGEN, 17 rue Robert Latouche

Contact : DESCHAUX BEAUME Henri - Tél. 04 93 82 88 50
henri.deschauxbeaume@pacamutualite.fr

23 Avril

de 9 h 00 à 13 h 00



Dépistage et découverte des 5 sens

Journée de prévention et d'information sur la santé, le dépistage.

Lieu : SAINT VALLIER DE THIEY,

médiathèque et centre culturel de Saint Vallier, 10 Place du Tour

Contact : DESCHAUX BEAUME Henri - Tél. 04 93 82 88 50
henri.deschauxbeaume@pacamutualite.fr

07 Juin

de 9 h 00 à 17 h 00



Atelier 1^{er} secours pédiatriques

A l'attention des jeunes parents - Inscription obligatoire

Lieu : MARSEILLE 2^{ème}, maison pour tous Saint Mauront

77 rue Felix Pyat

Contact : BOUZON Fabrice - Tél. 04 13 10 22 90
fabrice.bouzon@pacamutualite.fr

17 Mars

de 9 h 00 à 12 h 00



Atelier équilibre

12 séances d'1 heure hebdomadaire - Inscription obligatoire

Réunion de présentation des "Ateliers équilibre"

le 11 Mars de 10 h 30 à 11 h 30

Lieu : MARSEILLE 10^{ème}, Maison de Quartier Le Florida

boulevard Auguste Comte

Contact : BOUZON Fabrice - Tél. 04 13 10 22 90
fabrice.bouzon@pacamutualite.fr

18 Mars au 17 juin

de 10 h 30 à 11 h 30



Tiers payant généralisé

Petit déjeuner débat avec la participation de J. P. BENOIT

Informations complémentaires prochainement

Lieu : MARSEILLE

Contact : MADEC ASENSI Hélène - Tél. 04 13 10 80 63
helene.asensi@pacamutualite.fr

20 Mars

horaires à définir

DES ACTIONS SPÉCIFIQUES POUR VOS ADHÉRENTS OU POUR VOS SALARIÉS ...



“Tout, tout de suite” : un nouvel outil à votre disposition

Pour réduire les sources de stress en entreprise, la démarche de prévention collective apparaît comme la plus efficace dans le temps. Partant de ce constat le théâtre forum “Tout, tout de Suite” intervient en entreprise afin de poser le diagnostic et de libérer la parole. La programmation de “Tout, tout de suite” n’apparaît pas dans ce catalogue car elle se déroule en public fermé. Néanmoins, si vous avez un projet d’amélioration de la qualité de vie au travail, nos équipes se tiennent à votre disposition pour vous renseigner.

Contact : Martine Vinatier 04 92 31 67 00

Atelier Nutrition Seniors

L’Atelier nutrition seniors est composé de 6 séances de 2 h 30. C’est un programme d’éducation nutritionnelle et de promotion de l’activité physique pour prévenir les risques de malnutrition et de dénutrition (importants après 75 ans).

A chaque séance la moitié du temps est réservée à l’apport de savoirs et l’autre moitié à l’échange. Le contenu de chaque séance est adapté en fonction des attentes des participants.



L’animation est confiée à une diététicienne et à un éducateur sportif expérimentés qui s’appuient sur des supports pédagogiques référencés dans le cadre du programme National Nutrition Santé et adaptés aux seniors.

Théâtre forum “Médicament Souvenir”

Le théâtre forum ou théâtre interactif est un outil de prévention qui facilite les débats entre individus. “Médicament Souvenir” vise à faire prendre conscience de l’importance “du bon usage du médicament” pour lutter contre une utilisation abusive et/ou détournée. Au travers de 8 scènes, c’est l’histoire de monsieur Mercier, qui nous est racontée. Comment ce sympathique septuagénaire se retrouve veuf. Comment il vit sa solitude ponctuée par de brèves visites de sa fille. Comment fait-il face à ses traitements ? Quelles relations entretient-il avec l’infirmier à domicile, le pharmacien, le médecin ?



En s’appuyant sur cet outil, les seniors peuvent aborder :

- leur rapport aux médicaments.
- leur relation aux professionnels de santé et à leurs aidants (parfois seul lien social).
- leur l’isolement (social, familial et/ou géographique).

Plus d’infos ? Contactez le responsable prévention de votre département.

... ET UNE ÉQUIPE D'EXPERTS SANTÉ À VOTRE DISPOSITION POUR LES METTRE EN PLACE



Chef de service
Karin DELRIEU



Vos **RAPS**

**Responsables de l'Activité
de prévention santé dans les départements**

.....

- | | | |
|-----------|---|------------------------------|
| 04 | Délégation des
Alpes de Haute-Provence | Martine VINATIER |
| | | |
| 05 | Délégation
des Hautes-Alpes | Chloé DENIAU |
| | | |
| 06 | Délégation des
Alpes-Maritimes | Henri DESCHAUX-BEAUME |
| | | |
| 13 | Délégation des
Bouches-du-Rhône | Fabrice BOUZON |
| | | |
| 83 | Délégation
du Var | Cyril AMIC |
| | | |
| 84 | Délégation
de Vaucluse | Catherine BELLOCCHI |



pour connaître les coordonnées
des **Responsables prévention,**
rendez-vous en dernière page de l'agenda



Et si on changeait d'air ?

Atelier interactif pour faire le bilan sur la pollution intérieure - Inscription obligatoire

Lieu : **MARSEILLE 2^{ème}, Maison pour tous Panier Joliette**

66 rue de l'évêché

Contact : **BOUZON Fabrice** - Tél. 04 13 10 22 90

fabrice.bouzon@pacamutualite.fr

02 Avril

de 14 h 00 à 16 h 00



Et si on changeait d'air ?

Atelier interactif pour faire le bilan sur la pollution intérieure - Inscription obligatoire

Lieu : **AIX EN PROVENCE, immeuble le Ligoures, salle 309**

16 place de Villeneuve

Contact : **BOUZON Fabrice** - Tél. 04 13 10 22 90

fabrice.bouzon@pacamutualite.fr

08 Avril

de 14 h 00 à 17 h 00



Equilibre alimentaire

Atelier sur l'équilibre alimentaire.

Lieu : **MARSEILLE 12^{ème}, gymnase de bois Luzu,**

39 rue de l'aiguillette

Contact : **BOUZON Fabrice** - Tél. 04 13 10 22 90

fabrice.bouzon@pacamutualite.fr

14 Avril

de 16 h 00 à 18 h 00



"Mangez, bougez, c'est facile !"

Sensibilisation à l'importance d'une alimentation équilibrée et à la pratique d'une activité physique.

Lieu : **MARSEILLE 15^{ème}, centre de santé mutualiste Paul Paret,**

3 route de la Gavotte

Contact : **BOUZON Fabrice** - Tél. 04 13 10 22 90

fabrice.bouzon@pacamutualite.fr

20 Avril

de 14 h 30 à 17 h 30



Le climat est-il devenu fou

Cycle de Conférences - Inscription obligatoire

Lieu : **MARSEILLE 12^{ème}, centre gérontologique de Montolivet**

176, avenue de Montolivet

Contact : **BEDRINES Jackie** - Tél. 04 13 10 22 91

jackie.bedrines@pacamutualite.fr

29 Avril

à 18 h 00



Sport Dating

Cette journée s'adresse à ceux qui souhaitent se lancer ou reprendre une activité physique ou sportive.

Lieu : **AIX EN PROVENCE, Creps PACA, 62 chemin du viaduc**

Contact : **BOUZON Fabrice** - Tél. 04 13 10 22 90

fabrice.bouzon@pacamutualite.fr

29 Mai

de 14 h 00 à 19 h 00



Colloque sur les violences faites aux femmes

Informations complémentaires prochainement

Lieu : **MARSEILLE**

Contact : **MADEC ASENSI Hélène** - Tél. 04 13 10 80 63

helene.asensi@pacamutualite.fr

01 Juin

horaires à définir



Check-up santé

Rencontrez des professionnels de la santé afin d'effectuer un bilan de santé personnalisé - Inscription obligatoire

Lieu : TOULON - Mutualité Française DD 83, 26 rue J.P. Rameau

Contact : Cyril AMIC - Tél. 04 94 91 95 97

cyril.amic@pacamutualite.fr

24 Février

de 8 h 30 à 12 h 30
et de 13 h 30 à 17 h 00



Atelier 1^{er} secours pédiatriques

A l'attention des jeunes parents - Inscription obligatoire

Lieu : TOULON - Mutualité Française DD 83, 26 rue J.P. Rameau

Contact : Cyril AMIC - Tél. 04 94 91 95 97

cyril.amic@pacamutualite.fr

01 Avril

de 9 h 00 à 12 h 00



"Mangez, bougez, c'est facile !"

Sensibilisation à l'importance d'une alimentation équilibrée et à la pratique d'une activité physique.

Lieu : OLLIOULES - Centre de santé mutualiste

203 chemin Faveyrolles

Contact : Cyril AMIC - Tél. 04 94 91 95 97

cyril.amic@pacamutualite.fr

23 Avril

de 9 h 00 à 12 h 00
et de 13 h 00 à 16 h 00



Forum IPSI

Forum santé à destination des personnes en situation d'insertion - Inscription obligatoire

Lieu : LA GARDE, salle Gérard Philipe,

avenue Charles Sandro

Contact : Cyril AMIC - Tél. 04 94 91 95 97

cyril.amic@pacamutualite.fr

16 Juin

de 8 h 30 à 16 h 30



Conférence sur le bien vieillir

Présentation des ateliers de la Mutualité Française PACA

Lieu : TOULON - Mutualité Française DD 83, 26 rue J.P. Rameau

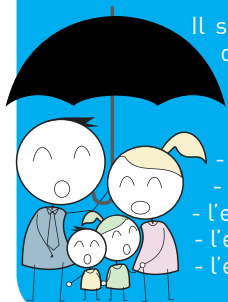
Contact : Cyril AMIC - Tél. 04 94 91 95 97

cyril.amic@pacamutualite.fr

10 Sept.

de 14 h 00 à 15 h 00

Atelier 1^{er} secours pédiatriques



Il s'agit d'une séance de 3 heures autour de la prévention des accidents domestiques pour lesquels nos tout-petits sont plus particulièrement exposés et d'un volet d'initiation aux gestes d'urgences pédiatriques.

La formation propose 5 modules pour prévenir et faire face aux accidents de la vie courante dont les enfants peuvent être victimes :

- Alerte et protection,
- l'enfant est inconscient mais respire
- l'enfant est inconscient et ne respire pas
- l'enfant s'étouffe
- l'enfant saigne.



Sport santé diabète

Ateliers et conférence de sensibilisation

Lieu : PERTUIS, avenue de Verdun

Contact : Catherine BELLOCCHI - Tél. 04 90 14 47 22

catherine.bellocchi@pacamutualite.fr

...

05 Mars

de 14 h 00 à 17 h 00



Show Chaud Club - Cabaret

Destiné au public lycéen et étudiant - Inscription obligatoire

Lieu : AVIGNON, théâtre le Paris, 5 rue Henri Fabre

Contact : Catherine BELLOCCHI - Tél. 04 90 14 47 22

catherine.bellocchi@pacamutualite.fr

...

17 Mars

de 19 h 00 à 21 h 00



Atelier mémoire

9 séances de 2 heures hebdomadaires - Inscription obligatoire

Lieu : AVIGNON - Mutualité Française Paca, 42 cours Jean Jaurès

Contact : Catherine BELLOCCHI - Tél. 04 90 14 47 22

catherine.bellocchi@pacamutualite.fr

...

18 Mars au 13 Mai

de 9 h 30 à 11 h 30



Atelier équilibre

12 séances d'1 heure hebdomadaire - Inscription obligatoire

Réunion de présentation des "Ateliers équilibre"

le 12 Mars de 9 h 15 à 11 h 00

Lieu : AVIGNON, centre social de Champfleury

2 rue Marie Madeleine

Contact : Catherine BELLOCCHI - Tél. 04 90 14 47 22

catherine.bellocchi@pacamutualite.fr

...

19 Mars au 11 Juin

de 9 h 15 à 10 h 15



Course l'Avignonnaise

Réservée aux femmes ou aux hommes déguisés en femme

afin de mobiliser en faveur du dépistage du cancer du sein

Inscription obligatoire

Lieu : AVIGNON, parcours en courtine, quartier de la Courtine

Contact : LIATTI Brigitte - Tél. 04 90 14 47 32

brigitte.liatti@pacamutualite.fr

...

19 Avril

le matin

Atelier Mémoire

Les ateliers mémoire sont mis en place en faveur des personnes de plus de 60 ans afin de les aider à comprendre le fonctionnement de la mémoire, acquérir des techniques de mémorisation, dédramatiser les oublis qui n'ont aucun caractère pathologique de type maladie d'Alzheimer et retrouver confiance en soi.



Atelier Equilibre

Atelier de renforcement musculaire et de prévention des chutes en 12 séances d'exercices physiques animées par un éducateur sportif. Les ateliers "équilibre" sont gratuits et ouverts aux personnes âgées de plus de 55 ans et qui ne font aucune activité physique.





“Mangez, bougez, c'est facile !”

Sensibilisation à l'importance d'une alimentation équilibrée et à la pratique d'une activité physique.

Lieu : AVIGNON, centre de santé dentaire mutualiste,

16 bis rue Saint Charles

Contact : Catherine BELLOCCHI - Tél. 04 90 14 47 22

catherine.bellocchi@pacamutualite.fr

24 Avril

de 9 h 00 à 13 h 00



Forum Santé

Stands de dépistage et prévention santé.

Dépistage audio, dépistage optique et présentation de la Mutualité Française.

Lieu : AVIGNON, Centre hospitalier d'Avignon

Contact : LIATTI Brigitte - Tél. 04 90 14 47 32

brigitte.liatti@pacamutualite.fr

21 Mai

de 9 h 00 à 17 h 00

“A VOTRE ECOUTE” Risques auditifs



L'exposition à un bruit de manière prolongée et répétée, peut provoquer des lésions graves du système auditif qui peuvent être irréversibles.

Les jeunes s'exposent volontairement au bruit, à des niveaux sonores

importants (domicile, baladeur, concert...).

Face à ce constat, la Mutualité Française PACA a créé un CD-ROM “A votre écoute”. Il provoque la discussion sur les temps d'écoute, les volumes sonores et les bons réflexes pour conserver durablement son audition. Des bouchons d'oreille et de la documentation sont également proposés.

Théâtre Forum “Médicament Amer”



“Médicament amer” illustre des situations vécues et anecdotiques qui permettent au public de formuler des messages précis sur des préoccupations de santé. Au travers de 5 scènes, 3 adolescents de 15 ans nous font découvrir des problématiques liées à la consommation du

médicament et des produits psychotropes au quotidien. Ce spectacle vise à faire prendre conscience de l'importance du médicament pour lutter contre les usages abusifs et/ou détournés (anti-dépresseur, dopant, festif..).

DE NOUVELLES ACTIONS POUR VOUS ET VOS ADHÉRENTS

“Check’up Santé” : faites votre bilan de santé personnalisé !



Cette journée est l'occasion pour chacun de faire le point sur sa santé, de s'inscrire dans des actions collectives de prévention (atelier équilibre, nutrition...), ou d'enclencher une démarche de soins si besoin. Ouverte à tous, elle vise plus particulièrement les publics n'ayant pas ou peu accès à la santé. Cette journée mobilise des professionnels de santé de proximité (services de soins et d'accompagnement mutualistes, maisons et pôles de santé), des institutions et associations de prévention. La journée Check'up santé permet aussi de promouvoir des campagnes de santé publique (vaccination et dépistage organisé des cancers...) sur des territoires isolés, et/ou fragilisés socialement ou sur des lieux de vie (travail).

Plus d'infos ? Contactez le responsable prévention de votre département.

Mangez, bougez, c'est facile !



La Mutualité Française Paca décline le programme fédéral “Gaspar” de promotion des soins de premier recours. Cela se traduit par des actions de prévention et de promotion de la santé dans des structures d'exercice regroupé comme les centres, les maisons et les pôles de santé. L'objectif est de sensibiliser les participants à l'importance d'une alimentation équilibrée et à la pratique d'une activité physique.

Pour cela, un professionnel de santé leur proposera de :

- faire le point sur leurs habitudes alimentaires et leur pratique d'activité physique,
- les informer et conseiller sur ces deux thématiques,
- les orienter vers des solutions locales adaptées.

L'accès à ce stand d'information est gratuit.

Contact : Karin Delrieu 04 13 10 80 66

Bilan de santé des saisonniers



Il s'agit d'une journée gratuite et ouverte à tous les travailleurs saisonniers du territoire des départements alpins. A cette occasion les participants ont la possibilité de faire le point sur leur santé ou d'enclencher une démarche de soins si besoin. Cette journée mobilise de nombreux professionnels de santé de proximité (services de soins et d'accompagnement mutualistes, maison et pôle de santé), des institutions et associations de prévention.

Cette initiative est née de la forte motivation des partenaires : le Conseil régional, la MILDECA des Hautes-Alpes et la Mutualité Française Paca. C'est leur réponse aux difficultés d'accès à la santé des travailleurs saisonniers.

Contact : Chloé Deniau 04 92 52 58 93 ou Martine Vinatier 04 92 31 67 00



Sport Dating

Il s'agit d'une journée découverte autour des activités physiques et sportives et de l'équilibre alimentaire sur le mode d'ateliers découverte. Cette journée de sport, santé et bien-être s'adresse à tous ceux qui souhaitent se lancer ou reprendre une activité physique ou sportive ainsi qu'aux personnes intéressées par des informations santé. Ils sont tous encadrés par des éducateurs sportifs ou des professionnels de la prévention santé. L'idée est de donner ou redonner le goût à la pratique d'une activité physique ou sportive quel que soit l'âge, le statut social ou la condition physique des personnes.

Contact : Chloé Deniau 04 92 52 58 93

Conduites addictives, territoires de proximité et jeunesse...



La Ville de Valbonne Sophia Antipolis et le Groupe de recherche sur la vulnérabilité sociale (GRVS) en partenariat avec la Mutualité Française Paca, organisent une journée d'échanges sur la prévention des conduites addictives chez les jeunes, réservée aux acteurs des collectivités territoriales, des professionnels du champ spécialisé en addictologie, professionnels de l'Education nationale et du champ socio-éducatif, réseaux jeunesse, réseau des Ateliers santé ville, réseau des Comités locaux de sécurité et de prévention de la délinquance, ... 27 Mars 2015 de 8 h 30 à 16 h 30 Auditorium du pré des Arts, à Valbonne Sophia Antipolis.

Une journée dédiée aux professionnels

... ET ENCORE PLUS D'ACTIONS !*



Atelier équilibre

12 séances d'1 heure hebdomadaire - Inscription obligatoire

Lieu : AUBAGNE, maison de quartier Palissy 1 rue Bernard Palissy

Contact : BOUZON Fabrice - Tél. 04 13 10 22 90

fabrice.bouzon@pacamutualite.fr
et

Lieu : TOULON - Mutualité Française DD 83, 26 rue J.P. Rameau

Contact : Cyril AMIC - Tél. 04 94 91 95 97

cyril.amic@pacamutualite.fr

18 Sept. au 12 Déc.

de 9 h 00 à 10 h 00

17 Sept. au 03 Déc.

de 14 h 30 à 15 h 30



Forum Santé des Jeunes

Journée informations santé - Inscription obligatoire

Lieu : LA GARDE - Salle Gérard Philippe, rue Charles Sandro

Contact : Cyril AMIC - Tél. 04 94 91 95 97

cyril.amic@pacamutualite.fr

06 Oct.

de 8 h 00 à 12 h 00
et de 13 h 30 à 16 h 30



Théâtre forum "Médicament Amer"

En s'appuyant sur l'outil théâtre forum les adolescents peuvent s'exprimer sur le rôle et l'usage du médicament et des produits psychotropes au quotidien - Inscription obligatoire

Lieu : LA GARDE - Salle Gérard Philippe, rue Charles Sandro

Contact : Cyril AMIC - Tél. 04 94 91 95 97

cyril.amic@pacamutualite.fr

06 Oct.

de 9 h 30 à 11 h 30

*Compte tenu de la date éloignée des programmations, les modalités (dates, lieux, horaires...) de ces actions sont susceptibles d'être modifiées.

La Mutualité Française Provence-Alpes-Côte d'Azur

PRÉVENTION & PROMOTION DE LA SANTÉ

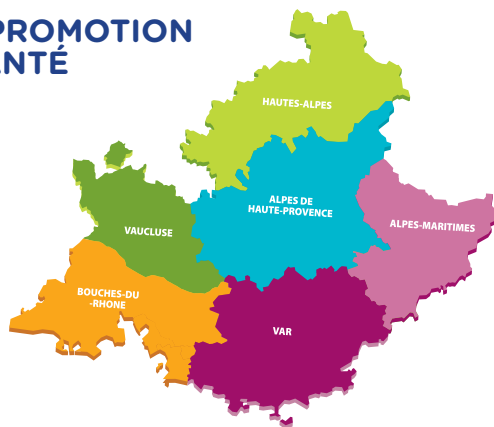
SIÈGE

Europarc Sainte Victoire - Bâtiment 5
13590 MEYREUIL

Tél. : 04 13 10 80 50 - Fax : 04 13 10 81 51
preventionsante@pacamutualite.fr

Chef de service :

Karin DELRIEU - Tél. 04 13 10 80 66
karin.delrieu@pacamutualite.fr



DÉLÉGATIONS DÉPARTEMENTALES

Alpes de Haute-Provence

Immeuble "Le Riviera" - Bât.A
5, avenue de Verdun
04000 DIGNE LES BAINS
Responsable : Martine VINATIER
Tél : 04 92 31 67 00
preventionsante04@pacamutualite.fr

Hautes-Alpes

Résidence "Côté Théâtre"
10, rue Cyprien Chaix
05000 GAP
Responsable : Chloé DENIAU
Tél : 04 92 52 58 93
preventionsante05@pacamutualite.fr

Alpes-Maritimes

7, avenue Gustave V - 2^{ème} étage
06000 NICE
Responsable : Henri DESCHAUX-BEAUME
Tél : 04 93 82 88 50
preventionsante06@pacamutualite.fr

Bouches-du-Rhône

Europarc Sainte-Victoire
Bâtiment 5 - Rez-de-chaussée
13590 MEYREUIL
Responsable : Fabrice BOUZON
Tél : 04 13 10 22 90
preventionsante13@pacamutualite.fr

Var

Immeuble "Le Jean Le Blanc"
26, rue Jean-Philippe Rameau
83000 TOULON
Responsable : Cyril AMIC
Tél : 04 94 91 95 97
preventionsante83@pacamutualite.fr

Vaucluse

42 Cours Jean Jaurès
84000 AVIGNON
Responsable : Catherine BELLOCCHI
Tél : 04 90 14 47 22
preventionsante84@pacamutualite.fr



**MUTUALITÉ
FRANÇAISE**

PROVENCE-ALPES-CÔTE D'AZUR

Régie par le code de la Mutualité - N° Siren 523 445 690

Suivez-nous sur :

www.paca.mutualite.fr

facebook.com/mutualitefrancaisepaca

twitter.com/mutpaca

www.youtube.fr > mutualité française Paca

