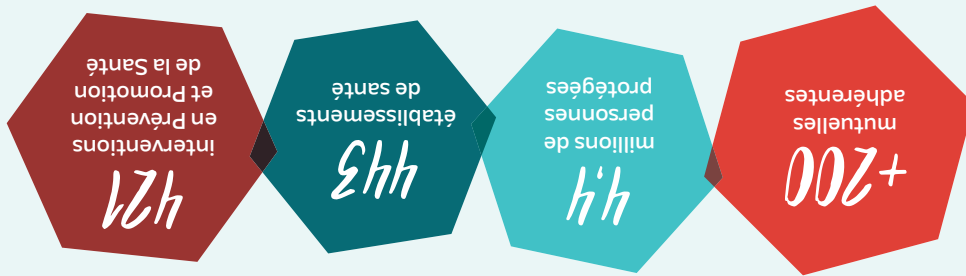




Retrouvez l'ensemble de nos services et actualités sur aramutualite.fr

MUTUALITÉ FRANÇAISE AUVERGNE-RHÔNE-ALPES
Cité Internationale - 67 quai Charles de Gaulle - 69006 Lyon
Tél. 06 24 69 48 25 • contact_prevention@mfa.fr



Nos rencontres *santé* 2023 en ligne



La **Mutualité française Auvergne-Rhône-Alpes** a le plaisir de proposer tout au long de l'année 2023 des rencontres santé en ligne, gratuites et ouvertes aux adhérents mutualistes et au grand public sur inscription préalable. Ces rencontres s'articulent autour de deux axes : la **santé environnement** et la **nutrition** (alimentation et activité physique).

Deux modalités d'intervention sont proposées :

- Des **web-conférences** à partir de la plateforme dédiée et sécurisée Livestorm
- Des **web-ateliers** à partir de la plateforme Microsoft Teams

Chez moi, je dis stop aux polluants

Ce cycle prévention en ligne est consacré aux sources de pollution que l'on peut trouver dans nos logements. Il permet aux participants de mieux identifier les différentes sources de pollution, d'être mieux informés et de pouvoir appliquer des conseils et solutions simples dans son quotidien.



29 JUIN • 16 OCTOBRE
6, 13 & 20 NOVEMBRE

La famille des 7 perturbateurs endocriniens

Cette action en ligne mêle sensibilisation à la présence des perturbateurs endocriniens dans notre quotidien, à leur impact sur la santé et jeu de 7 familles. Accompagnés par un professionnel de la prévention, les participants échangent sur la faisabilité et la facilité de choisir des produits moins dangereux pour leur santé et plus respectueux pour l'environnement.



28 SEPTEMBRE
5 DÉCEMBRE

Savoir déchiffrer les étiquettes alimentaires

Cette action en ligne mêle informations sur les bases de l'équilibre alimentaire et analyses d'emballages et étiquettes de produits du quotidien.



6 JUILLET ⁽¹⁾
22 SEPT. • 12 DÉC. ⁽²⁾



**RENSEIGNEMENTS
ET INSCRIPTIONS :**
SCANNEZ
LE QR CODE

Pour votre cœur, bougez plus !

Pour encourager chacun à bouger plus au quotidien, un éducateur sportif lève le voile sur les recommandations en termes d'activité physique et conseille les participants souhaitant débiter une activité en toute sécurité.



3 & 10 OCTOBRE ⁽³⁾

Prévention des piqûres de tiques et de la maladie de Lyme

Cette action de sensibilisation vise à favoriser la prévention de la borréliose de Lyme en permettant d'acquérir des connaissances sur les tiques, leur mode de vie et sur les moyens de prévenir une piqûre. Elle permet également de présenter la maladie de Lyme : savoir reconnaître les symptômes, connaître les étapes de la maladie, les traitements proposés et l'état actuel des consensus en France.



4 JUILLET

Pour mon bien-être, j'agis pour la planète

Plus que jamais notre environnement est un déterminant majeur de notre santé mentale. En effet, notre environnement physique a un rôle primordial sur notre équilibre psychique. Aujourd'hui, l'avenir de la planète est en jeu, nous percevons les premières conséquences du changement climatique, ce qui génère de nouveaux questionnements.



17 OCTOBRE