

## Programme Prévention Occitanie

### 2<sup>ème</sup> semestre 2018

* Personne à contacter pour vos demandes d'informations et d'inscriptions		
<p><b>Forum de la Santé « Cancer »</b> <b>ARLES SUR TECH (66)</b> <b>09/10/2018 de 13h30 à 18h00</b> Inscription obligatoire * Secrétariat au 04 99 58 88 90 ou par mail <a href="mailto:accueil@mutoccitanie.fr">accueil@mutoccitanie.fr</a></p>	<p>Organisé en partenariat avec le CCAS d'Arles sur Tech, ce forum a pour objectif de rassembler <b>des partenaires locaux proposant des activités pour les seniors, des stands d'informations et de dépistages</b> sur différents thèmes de santé et un espace info administratives santé/social.</p> 	
<p><b>Ciné-débat : « Le vieux qui ne voulait pas fêter son anniversaire »</b> <b>PERPIGNAN (66)</b> <b>11/10/2018 à 14h30</b> Renseignement * Mme BRIOT au 04 68 51 91 23 ou par mail <a href="mailto:karine.briot@mutoccitanie.fr">karine.briot@mutoccitanie.fr</a></p>	<p>Ciné-débat dans le cadre de la semaine bleue animé avec les partenaires du groupe de travail santé seniors du CLS.</p> 	
<p><b>Restez à l'écoute de vos oreilles</b> <b>VIC EN BIGORRE(65)</b> <b>11/10/2018 de 14h à 16h</b> Renseignement * Secrétariat au 04 99 58 88 90 ou par mail <a href="mailto:accueil@mutoccitanie.fr">accueil@mutoccitanie.fr</a></p>	<p>Rencontre sur la thématique de l'audition où se mêleront concert et intervention d'un expert audioprothésiste, spécialiste des questions de corrections de l'audition.</p> 	
<p><b>Association Les Extrapédestres</b> <b>CAHORS (46)</b> <b>14/10/2018 de 8h à 14h</b> Inscription obligatoire * Mr SANMARTIN au 05 34 44 33 20 ou par mail <a href="mailto:boris.sanmartin@mutoccitanie.fr">boris.sanmartin@mutoccitanie.fr</a></p>	<p>Remise des prix par des élus mutualistes et diffusion de documentation sur l'équilibre alimentaire et/ou l'activité physique, la <b>prévention des cancers et ses dépistages</b> aux participantes de la Cadurecienne de printemps.</p> 	
<p><b>Bien vieillir tout sur l'activité physique</b> <b>CABESTANY (66)</b> <b>16/10/2018 à 14h</b> Inscription obligatoire * Mme BRIOT au 04 68 51 91 23 ou par mail <a href="mailto:karine.briot@mutoccitanie.fr">karine.briot@mutoccitanie.fr</a></p>	<p>Ciné santé* sur le maintien de l'autonomie avec la projection d'un film « les optimistes », suivie d'un débat animé par un éducateur sportif, pour les plus de 60 ans.</p> 	
<p><b>Une plante, Un conte, des rencontres</b> <b>SAINT JULIEN D'ARPAON (48)</b> <b>16/10/2018 de 14h à 16h</b> Renseignement * Mme ROBERT-DUBOIS au 04 66 49 59 20 ou par mail <a href="mailto:laurence.robertdubois@mflr.fr">laurence.robertdubois@mflr.fr</a></p>	<p>La Mutuelle Française Occitanie propose des ateliers pour les aidants familiaux qui vivent aux côtés de personnes dépendantes, du fait de l'âge ou du handicap notamment des ateliers à partager avec leurs aidés.</p> 	

## Programme Prévention Occitanie

### 2<sup>ème</sup> semestre 2018

* Personne à contacter pour vos demandes d'informations et d'inscriptions		
<p><b>Conférence Cancer &amp; Effet Placebo</b> <b>CAHORS (46)</b> <b>16/10/2018 à 20h</b> Renseignement * Mr SANMARTIN au 05 34 44 33 20 ou par mail <a href="mailto:boris.sanmartin@mutoccitanie.fr">boris.sanmartin@mutoccitanie.fr</a></p>	<p><b>Conférence Cancer &amp; Effet Placebo organisée par la Ligue Contre le Cancer.</b> Cette conférence audition est organisée par <b>La Mutualité Française Occitanie.</b></p> 	
<p><b>Cancer «Ciné-débat Octobre Rose »</b> <b>LIMOUX (11)</b> <b>18/10/2018 à 21h</b> Renseignement * Mlle BENALLA au 04 68 10 35 26 ou par mail <a href="mailto:rabha.benalla@mflr.fr">rabha.benalla@mflr.fr</a></p>	<p><b>La Mutualité Française Occitanie</b> organise depuis de nombreuses années <b>des cinés débats lors des campagnes nationales "Octobre Rose" afin de promouvoir l'intérêt du dépistage organisé des cancers.</b></p> 	
<p><b>Défi Rose « Cancer du Sein »</b> <b>MENDE (48)</b> <b>20/10/2018 de 9h30 à minuit</b> Renseignement * Mme ROBERT-DUBOIS au 04 66 49 59 20 ou par mail <a href="mailto:laurence.robertdubois@mflr.fr">laurence.robertdubois@mflr.fr</a></p>	<p><b>Journée phare à Mende, d'information sur le Dépistage Organisé du Cancer du sein.</b> De nombreuses activités de proposées : marche, course à pied, soirée dansante.</p> 	
<p><b>Cancer «Ciné-débat Octobre Rose»</b> <b>LEZIGNAN CORBIERES(11)</b> <b>23/10/2018 à 21h</b> Renseignement * Mlle BENALLA au 04 68 10 35 26 ou par mail <a href="mailto:rabha.benalla@mflr.fr">rabha.benalla@mflr.fr</a></p>	<p><b>La Mutualité Française Occitanie</b> organise depuis de nombreuses années <b>des cinés débats lors des campagnes nationales "Octobre Rose" afin de promouvoir l'intérêt du dépistage organisé des cancers.</b></p>	
<p><b>Moi(s) sans TABAC</b> <b>27/10/2018 à 9h30 à 12h</b> Renseignement : Auprès de votre conseiller mutualiste ou <a href="mailto:preventionsud@mutuelle-familiale.fr">preventionsud@mutuelle-familiale.fr</a></p>	<p><b>La Mutuelle Familiale</b> vous invite à passer dans son agence de Perpignan (32 bd Clémenceau) pour discuter avec <b>le CAUS66</b> de la <b>campagne pour le sevrage tabagique de Santé Publique France.</b></p> 	
<p><b>Seniors : La santé de vos oreilles</b> <b>NIMES (30)</b> <b>05/11/2018 de 9h30 à 17h30</b> Renseignement * Mme BRON au 04 99 58 88 97 ou par mail <a href="mailto:mayene.bron@mutoccitanie.fr">mayene.bron@mutoccitanie.fr</a></p>	<p>C'est sous forme de concert-pédagogiques que <b>la MFO propose aux personnes de venir renforcer leurs connaissances sur le fonctionnement de l'appareil auditif, de l'évolution de l'audition avec l'âge, des facteurs favorisant la perte d'audition et d'identifier les moyens de la préserver.</b></p> 	




## Programme Prévention Occitanie

### 2<sup>ème</sup> semestre 2018

* Personne à contacter pour vos demandes d'informations et d'inscriptions		
<p><b>Seniors : La santé de vos oreilles</b> <b>ALES (30)</b> <b>06/11/2018 de 9h30 à 17h30</b> Renseignement * Mme BRON au 04 99 58 88 97 ou par mail <a href="mailto:mayene.bron@mutoccitanie.fr">mayene.bron@mutoccitanie.fr</a></p>	<p>C'est sous forme de concert-pédagogiques que la <b>MFO propose aux personnes de venir renforcer leurs connaissances sur le fonctionnement de l'appareil auditif</b>, de l'évolution de l'audition avec l'âge, des facteurs favorisant la perte d'audition et d'identifier les moyens de la préserver.</p> 	
<p><b>Une plante, Un conte, des rencontres</b> <b>LES BONDONS(48)</b> <b>07/11/2018 de 14h à 16h</b> Renseignement * Mme ROBERT-DUBOIS au 04 66 49 59 20 ou par mail <a href="mailto:laurence.robertdubois@mflr.fr">laurence.robertdubois@mflr.fr</a></p>	<p>La Mutualité Française Occitanie propose des ateliers pour les aidants familiaux qui vivent aux côtés de personnes dépendantes, du fait de l'âge ou du handicap notamment des ateliers à partager avec leurs aidés.</p> 	
<p><b>Restez à l'écoute de vos oreilles</b> <b>ODOS (65)</b> <b>08/11/2018 de 14h à 16h</b> Renseignement * Secrétariat au 04 99 58 88 90 ou par mail <a href="mailto:accueil@mutoccitanie.fr">accueil@mutoccitanie.fr</a></p>	<p>Rencontre sur la thématique de l'audition où se mêleront concert et intervention d'un expert audioprothésiste, spécialiste des questions de corrections de l'audition.</p> 	
<p><b>Ciné débat : Au pays du sucre</b> <b>PERPIGNAN (66)</b> <b>14/11/2018 à 18h</b> Renseignement * Mme BRIOT au 04 68 51 91 23 ou par mail <a href="mailto:karine.briot@mutoccitanie.fr">karine.briot@mutoccitanie.fr</a></p>	<p>Action menée en partenariat avec l'association française des diabétiques pour la journée mondiale de lutte contre le diabète.</p> 	
<p><b>Dépistage du diabète</b> <b>LIMOUX (11)</b> <b>16/11/2018 de 8h30 à 12h30</b> Renseignement * Mlle BENALLA au 04 68 10 35 26 ou par mail <a href="mailto:rabha.benalla@mflr.fr">rabha.benalla@mflr.fr</a></p>	<p>Dans le cadre de la Journée Mondiale du Diabète, la Mutualité Française Occitanie et le collectif diabète, qu'elle coordonne, organisent des actions de prévention, de dépistages et de sensibilisations sur le diabète et ses complications.</p> 	
<p><b>Dépistage du diabète</b> <b>CARCASSONNE (11)</b> <b>17/11/2018 de 8h30 à 12h30</b> Renseignement * Mlle BENALLA au 04 68 10 35 26 ou par mail <a href="mailto:rabha.benalla@mflr.fr">rabha.benalla@mflr.fr</a></p>	<p>Dans le cadre de la Journée Mondiale du Diabète, la Mutualité Française Occitanie et le collectif diabète, qu'elle coordonne, organisent des actions de prévention, de dépistages et de sensibilisations sur le diabète et ses complications.</p> 	

## Programme Prévention Occitanie

### 2<sup>ème</sup> semestre 2018

* Personne à contacter pour vos demandes d'informations et d'inscriptions		
<p><b>Dépistage du diabète QUILLAN (11)</b> 21/11/2018 de 8h30 à 12h30</p> <p>Renseignement * Mlle BENALLA au 04 68 10 35 26 ou par mail <a href="mailto:rabha.benalla@mflr.fr">rabha.benalla@mflr.fr</a></p>	<p>Dans le cadre de la Journée Mondiale du Diabète, la Mutualité Française Occitanie et le collectif diabète, qu'elle coordonne, <b>organisent des actions de prévention, de dépistages et de sensibilisations sur le diabète et ses complications.</b></p> 	
<p><b>Dépistage du diabète PERPIGNAN (66)</b> 22/11/2018 de 9h à 12h et de 14h à 17h</p> <p>Renseignement * dans votre agence Mutuelle Familiale ou 04 68 34 51 25 ou par mail <a href="mailto:preventionsud@mutuelle-familiale.fr">preventionsud@mutuelle-familiale.fr</a></p>	<p>Dans le cadre de la Journée Mondiale du Diabète, la Mutuelle Familiale et l'AFD66 (Association Française du Diabète) <b>organisent une opération de dépistage du diabète.</b> Venez poser toutes vos questions à l'AFD66 qui sera présente dans l'agence de la Mutuelle Familiale, <b>32 bd Clémenceau.</b></p> 	
<p><b>Dépistage du diabète NARBONNE (11)</b> 22/11/2018 de 14h30 à 17h30 24/11/2018 de 8h30 à 12h30</p> <p>Renseignement * Mlle BENALLA au 04 68 10 35 26 ou par mail <a href="mailto:rabha.benalla@mflr.fr">rabha.benalla@mflr.fr</a></p>	<p>Dans le cadre de la Journée Mondiale du Diabète, la Mutualité Française Occitanie et le collectif diabète, qu'elle coordonne, <b>organisent des actions de prévention, de dépistages et de sensibilisations sur le diabète et ses complications.</b></p> 	

**Vous vous interrogez sur les activités physiques qui seraient adaptées à votre état de santé, sur les compléments alimentaires, sur le dispositif « Sport sur ordonnance » ... ?**  
Rendez-vous sur votre espace adhérent - [www.mutuelle-familiale.fr](http://www.mutuelle-familiale.fr) pour poser votre question par mail à un médecin nutritionniste ou médecin du sport.



**Vous aidez un proche souffrant de la maladie d'Alzheimer ou d'une maladie apparentée ?**  
Ne restez pas seul(e), renseignez-vous sur les formations des aidants organisées par l'association France Alzheimer : un accueil personnalisé pour nos adhérents au 01 42 97 52 41 en précisant que vous êtes adhérents de La Mutuelle Familiale.

