

Programme Prévention PACA 1er semestre 2019

SUR INSCRIPTION * Tous nos ateliers et conférences sont OFFERTS à nos adhérents			
<p>GARDANNE (13) Les jeudis du 17/01/2019 au 28/03/2019 de 9h30 à 11h30 *Inscription : Marine GIORDANENGO 04.13.10.80.70 marine.giordanengo@pacamutualite.fr</p>	<p>Atelier MEMOIRE</p> 	<p>Cet atelier propose 9 séances hebdomadaires de 2 heures pour aider à comprendre le fonctionnement de la mémoire et acquérir des techniques de mémorisation. Il permet de stimuler, développer et renforcer les mécanismes de mémorisation : l'acuité visuelle, l'attention, le langage, les repères dans l'espace et dans le temps.</p> 	
<p>FREJUS (83) 83 bd de la mer Jeudi 17/01/2019 de 10h à 12h30 et de 13h30 à 16h30 *SANS INSCRIPTION Information : Leila MOURADI 04.94.19.59.97 ccas@ville-saintraphael.fr</p>	<p>Journée repérage SANTE SENIORS</p> 	<p>Faites votre bilan de santé personnalisé ! Cette journée est l'occasion pour chacun de faire le point sur sa santé. Elle permet de rencontrer des professionnels de la santé : optique, dentaire, diabète, forme, auditif, mémoire, tension artérielle, information sur les cancers, sur gestes et postures, et système de santé L'entrée est libre et gratuite.</p> 	
<p>HYERES (83) Les mercredis du 30/01/2019 au 27/03/2019 de 9h30 à 11h30 *Inscription : Mathilde PONS 06.09.33.94.56 preventionseniors13-83@sudmutualite.fr</p>	<p>Atelier MEMOIRE</p> 	<p>Cet atelier propose 9 séances hebdomadaires de 2 heures pour aider à comprendre le fonctionnement de la mémoire et acquérir des techniques de mémorisation. Il permet de stimuler, développer et renforcer les mécanismes de mémorisation : l'acuité visuelle, l'attention, le langage, les repères dans l'espace et dans le temps.</p> 	
<p>TOULON (83) Mercredi 06/02/2019 de 9h à 12h *Inscription : Chrystelle COLIN 04.94.91.95.95 chrystelle.colin@pacamutualite.fr</p>	<p>Initiation 1ers SECOURS Enfants et Nourrissons</p> 	<p>Avec les enfants, un accident est si vite arrivé. On estime que l'intervention immédiate d'une personne formée aux gestes qui sauvent peut éviter 50% de conséquences graves. En partenariat avec la Mutuelle Française, La Mutuelle Familiale vous propose de participer à une séance d'initiation pour apprendre les gestes qui sauvent les enfants et les nourrissons.</p> 	
<p>NICE (06) Mardi 05/03/2019 matin *Inscription : Bénédicte PETITBON 01.55.33.40.18 preventionsud@mutuelle-familiale.fr</p>	<p>Animation SECURITE ROUTIERE Post-permis</p> 	<p>Cette séance permet de faire le point sur sa conduite. Les participants pourront échanger avec un moniteur d'auto-école sur les comportements au volant, sur les nouvelles signalisations... ainsi que les conseils à garder en mémoire au cours d'une mise en pratique de conduite.</p> 	
<p>GARDANNE (13) Avenue Léo Lagrange Lundi 11/03/2019 de 9h à 16h30 *SANS INSCRIPTION Information : Camille CHEYNIS 06.08.27.20.94 preventionsante@sudmutualite.fr</p>	<p>Check Up SANTE SENIORS</p> 	<p>Faites votre bilan de santé personnalisé ! Cette journée permet de rencontrer des professionnels de la santé afin de réaliser des actions de dépistages et de prévention : optique, dentaire, diabète, forme, auditif, mémoire, tension artérielle, information sur les cancers, sur gestes et postures, et système de santé L'entrée est libre et gratuite.</p> 	

Dernière Mise à Jour : 20/03/2019

Programme Prévention PACA 1er semestre 2019

SUR INSCRIPTION * Tous nos ateliers et conférences sont OFFERTS à nos adhérents			
<p style="text-align: center;">CANNES (06) le jeudi 14/03/2019 sur RV matin ou après-midi *Inscription : Bénédicte PETITBON 01.55.33.40.18 preventionsud@mutuelle-familiale.fr</p>	<p>JOURNEE NATIONALE DE L'AUDITION</p> 	<p>Dans le cadre de la Journée Nationale de l'Audition, venez tester votre audition !</p> <p>L'audition constitue un lien incontournable pour communiquer avec sa famille, ses amis... Or elle se fragilise en cas d'exposition à un bruit excessif et s'altère également avec l'âge : difficultés à suivre une conversation, nécessité d'augmenter le volume de la radio ou de la télé, etc. Il est important d'en prendre soin et de remédier aux troubles auditifs car des solutions existent !</p>	
<p style="text-align: center;">ANTIBES (06) le vendredi 15/03/2019 sur RV matin ou après-midi *Inscription : Bénédicte PETITBON 01.55.33.40.18 preventionsud@mutuelle-familiale.fr</p>	<p>JOURNEE NATIONALE DE L'AUDITION</p> 	<p>Dans le cadre de la Journée Nationale de l'Audition, venez tester votre audition !</p> <p>L'audition constitue un lien incontournable pour communiquer avec sa famille, ses amis... Or elle se fragilise en cas d'exposition à un bruit excessif et s'altère également avec l'âge : difficultés à suivre une conversation, nécessité d'augmenter le volume de la radio ou de la télé, etc. Il est important d'en prendre soin et de remédier aux troubles auditifs, car des solutions existent !</p>	
<p>ORANGE (84) – lundi 18 mars AVIGNON (84) – mardi 19 mars SORGUES (84) – mercredi 20 mars ANTIBES (06) – jeudi 21 mars FREJUS (83) – vendredi 22 mars TOULON (83) – lundi 25 mars</p> <p style="text-align: center;">Consultez toutes les dates sur https://www.ligue-cancer.net/article/26648_le-colon-tour-r-pres-de-chez-vous</p>	<p>Le CÔLON TOUR®</p> 	<p>Le côlon géant est une structure gonflable d'une longueur de 12 mètres représentant l'intérieur du côlon. La Ligue contre le cancer, la fondation ARCAD (Aide et recherche en cancérologie digestive) et la SFED (Société française d'endoscopie digestive) organisent un tour de France dans une soixantaine de villes.</p> <p>Venez voyager à l'intérieur d'un côlon géant et comprendre comment évoluent les différentes lésions. Au travers de ce cheminement et des informations pédagogiques délivrées, les visiteurs comprendront l'intérêt du dépistage du cancer colorectal et de la coloscopie.</p>	
<p style="text-align: center;">AIX-en-PROVENCE (13) Entre le 30 mai et le 5 juin 2019 dans le cadre de la Semaine du Développement Durable Date à confirmer *Inscription : Bénédicte PETITBON 01.55.33.40.18 preventionsud@mutuelle-familiale.fr</p>	<p>Conférence ECO-ORGASME</p> 	<p>La Mutuelle Familiale et le mouvement Générations cobayes propose une conférence - théâtre unique et décalée qui aborde l'impact de l'environnement sur notre santé (pesticides, matières plastiques, cosmétiques, les ondes du portables, etc.). Elle est animée de manière très participative, avec des quizz, des démos, des objets et surtout une bonne dose d'humour pour aborder ces sujets de façon sereine.</p>	
<p style="text-align: center;">GRASSE (06) mardi 18/06/2019 de 14h30 à 17h *Inscription : Bénédicte PETITBON 01.55.33.40.18 prevention@mutuelle-familiale.fr</p>	<p>Ma MAISON Ma Santé PRODUITS MENAGERS</p> 	<p>Les produits d'entretien et mon air intérieur font-ils bon ménage ? Identifier et réduire les polluants intérieurs, choisir les alternatives plus saines, c'est le meilleur cadeau que vous puissiez faire à vos proches, et notamment à vos enfants et petits-enfants. Cet atelier de 2h30 vous aidera à faire le tri dans votre placard et permettra de vous exprimer, de partager et de fabriquer vous-même un échantillon de produit ménager naturel !</p>	

Dernière Mise à Jour : 20/03/2019



Pour plus d'informations :
prevention@mutuelle-familiale.fr- 01.55.33.40.18
ou www.mutuelle-familiale.fr / rubrique Prévention
ou mapreventionsante.fr / rubrique Agenda

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 pour poser votre question par mail à un médecin nutritionniste ou médecin du sport.

