

AGENDA PRÉVENTION

JUIN - JUILLET 2018

• ARDENNES

08

08
JUN



- **CYCLE D'ATELIERS - « SENIORS EN SANTÉ, SENIORS ENCHANTÉS ! »**

Action à destination des seniors combinant 6 ateliers sur des thèmes variés : conduite automobile (1 atelier), sensibilisation au code de la route (1 atelier) dépression (1 atelier) et sophrologie (3 ateliers) ... Les ateliers ont lieu du 8 juin au 31 juillet.

À SEDAN

• MOSELLE

57

18
JUN



- **CONFÉRENCE-DÉBAT « ET SI MON ALIMENTATION M'AIDAIT À GARDER MES YEUX EN BONNE SANTÉ ? »**

Un diététicien micro nutritionniste aborde la fonction santé de l'alimentation dans le cadre des maladies de la vision, avec un focus sur les aliments protecteurs et leurs rôles. Au programme : la Dégénérescence maculaire liée à l'âge (DMLA) - comprendre les mécanismes et les facteurs de risques, intérêt de l'alimentation santé, les aliments protecteurs et leurs rôles et conseils nutritionnels pour la vision.

À THIONVILLE

23
JUN



- **JOURNÉE DE REPÉRAGE « LONGUE VIE À LA VUE »**

Cette action est composée d'une exposition sur la vue animée par une chargée de projet mutualiste et d'un espace individuel avec tests visuels réalisés par un opticien mutualiste. Cette Rencontre santé permet aux participants de mieux comprendre le fonctionnement de leurs yeux, les risques et l'évolution de leur vue au fil des âges tout en identifiant les moyens de la préserver, de tester leur vue et de bénéficier des conseils santé personnalisés.

À THIONVILLE

CONSULTEZ L'AGENDA COMPLET DE NOS ACTIONS DE PRÉVENTION ET PROMOTION DE LA SANTÉ SUR WWW.GRANDEST.MUTUALITE.FR

AGENDA PRÉVENTION

JUIN - JUILLET 2018

• BAS-RHIN

67

05
JUN



- **ATELIERS « 1,2,3...SOMMEIL »**

Ces 2 ateliers sensibilisent à l'importance du sommeil et au respect des rythmes du jeune enfant (0/3 ans). Les thèmes abordés sont la relaxation et les massages. Ils ont lieu le 05 et 19 juin.

À SÉLESTAT

07
JUN



- **CAFÉ DES AIDANTS**

Le « Café des aidants » est un lieu ressource, de parole et de répit pour les aidants. Il leur permet d'avoir accès à un espace et à un temps privilégiés en présence de professionnels. Les participants se retrouvent dans une structure de type café ou salon de thé afin d'échanger, de partager les expériences et de recevoir des informations.

À STRASBOURG

07
JUN



- **CYCLE D'ATELIERS CUISINE - « SENIORS EN SANTÉ, SENIORS ENCHANTÉS ! »**

Programme à destination des seniors composé de 3 ateliers cuisine pour apprendre à manger équilibré et sainement. Les ateliers ont lieu les 07, 14 et 21 juin.

À VILLÉ

12
JUN



- **CONFÉRENCES KINÉ AU CARRÉ- « RENDEZ-VOUS SENIORS »**

Cycle de conférences thématiques réservé aux seniors permettant d'aborder dans la convivialité, la santé globale des seniors avec des thématiques choisies selon les attentes et besoins des participants. Les deux prochains rendez-vous sont consacrés à la kinésiologie et à la kinesithérapie.

À BISCHHEIM

• HAUT-RHIN

68

19
JUN



- **CYCLE DE 3 CONFÉRENCE « DÉPRESSION, COMPRENDRE POUR MIEUX AGIR »**

Cycle de 3 conférences, à destination des seniors, permettant d'aborder la thématiques de la dépression sous différents aspects. Au programme : Déprime, dépression et stress : ne pas confondre, Sommeil et dépression : quels liens ? et Alimentation & Activité physique : mes armes anti-déprime. Les conférences ont lieu du 19 juin au 03 juillet.

À BOLLWILLER

PÔLE PRÉVENTION ET PROMOTION DE LA SANTÉ

Pour toute demande de renseignements vous pouvez contacter :
Mutualité Française Grand Est - Pôle Prévention et Promotion de la Santé
prevention@mfge.fr - 03 26 84 51 73 / 03 26 84 51 71



Vanessa ROUGIER

Responsable Pôle prévention et promotion de la santé
vrougier@mfge.fr / 06.11.01.31.52

Sabrina RAGNATELA
Responsable Pôle Développement
Référente demandes spécifiques mutuelles
sragnatela@mfge.fr / 06.32.32.85.14



Dominica FAMILIARI

Assistante Pôle prévention et promotion de la santé
dfamiliari@mfge.fr / 03.26.84.51.73

Elodie BERNARD
Assistante animation et documentation
ebernard@mfge.fr / 06.32.32.94.53



Florian ANSTOTZ

Chargé de projets
Réfèrent thématique Maladies chroniques
fanstotz@mfge.fr / 06.79.69.82.49



Cécile MAILLARD

Chargée de projets
Coordinatrice CLS Reims
cmaillard@mfge.fr / 06.27.75.68.81



Clara CHWATACZ

Chargée de projets
Référente thématique Santé des actifs
cchwatacz@mfge.fr / 06.17.86.39.83



Elena MOUSSET

Chargée de projets
Référente thématique Santé environnement
emoussel.mfge@gmail.com / 06.74.59.63.74



Karina DURAND

Chargée de projets
Co-référente thématique Aidants
kdurand.mfge@orange.fr / 06.71.46.06.42



Elodie PARISOT

Chargée de projets
Référente thématique Bien vieillir
eparisot@mfge.fr / 06.35.17.01.12



Christelle GILE

Chargée de projets
Référente thématique Santé sensorielle
cgile@mfge.fr / 06.80.42.56.14



Fabienne THEOBALD

Chargée de projets
Référente thématique Famille
ftheobald@mfge.fr / 06.85.93.61.85



Florine JOLY

Chargée de projets
Co-référente thématique Aidants
fjoly.mfge@orange.fr / 06.17.86.40.88

