



Communiqué de *presse*

Avril 2022



La Mutualité Française Grand Est & ses partenaires organisent les 13 et 20 mai 2022 à Lunéville deux journées d'échanges consacrées à la nutrition et à l'activité physique intitulées :

“MA SANTÉ AU MENU”

En France, 49% des adultes sont en surpoids ou souffrent d'obésité (étude ESTEBAN 2014-2015). De plus, les maladies chroniques comme le diabète de type 2 sont en pleine expansion. Dans ce contexte, le Programme national nutrition santé (PNNS) a axé ses objectifs sur l'augmentation de l'activité physique, la diminution de la sédentarité à tous les âges et sur l'amélioration des pratiques alimentaires et des apports nutritionnels, notamment chez les populations à risque.

Dans cette même dynamique, la Mutualité Française Grand Est, en partenariat avec le Centre social Les Epis, organise à Lunéville une Rencontre santé intitulée « Ma santé au menu » qui prendra la forme de deux journées d'échanges consacrées à la nutrition et à l'activité physique. L'objectif principal de cette action est de participer à la réduction des maladies cardiovasculaires en modifiant les habitudes alimentaires et physiques des participants.

13 et 20.05.2022 | 9h30-16h30 | “Ma santé au menu”

Ces deux journées seront animées par une diététicienne et une éducatrice sportive, qui aborderont tour à tour les thématiques suivantes :

- besoins nutritionnels
- menus
- lecture des étiquettes
- budget
- plaisir
- activité physique

Les deux journées se dérouleront au sein du Centre Social Les Epis, avenue du Général de Gaulle à Lunéville.

Gratuit et ouvert à tou.te.s sous réserve d'inscription préalable.

Les repas des deux journées sont préparés et partagés en commun.

Inscription obligatoire :
06 49 85 62 31 ou
inscription@mfge.fr

Présidée par Laurent MASSON, la Mutualité Française Grand Est rassemble 136 mutuelles, qui protègent plus de 2,3 millions de personnes, soit 42% de la population. 159 services de soins et d'accompagnement proposent une offre de santé globale sur l'ensemble du territoire. Véritable mouvement social, elle fonde son action sur le respect de la dignité des personnes, la solidarité, la démocratie, l'indépendance et la responsabilité. Elle représente et défend les mutuelles et leurs adhérents, anime et coordonne la vie mutualiste régionale, apporte des services aux mutuelles (formation, communication) et met en oeuvre des actions de prévention et de promotion de la santé auprès de leurs adhérents et de la population.



Votre contact *presse* :

Cécile MOFFROID
06 88 82 95 81
cmoffroid@mfge.fr

grandest.mutualite.fr