

Calendrier des rencontres santé 2025

XX JANVIER La famille des 7 perturbateurs endocriniens	XX FÉVRIER Lecture des étiquettes alimentaires	XX MARS Prévention des piqûres de tiques et maladies vectorielles associées	XX MARS Planète, assiette et bicyclette	XX AVRIL Lecture des étiquettes alimentaires	XX AVRIL La famille des 7 perturbateurs endocriniens	XX MAI Alimentation du jeune enfant
XX MAI Climat et santé : comprendre pour agir !	10 JUIN Cultiver sa santé mentale	9 JUILLET (Ré)conforter son sommeil	XX JUILLET La famille des 7 perturbateurs endocriniens	XX SEPT. Cœur de femmes	XX SEPT. Lecture des étiquettes alimentaires	XX SEPT. Cœur de femmes
XX SEPT. Cœur de femmes	XX OCTOBRE Cœur de femmes	XX OCTOBRE Cœur de femmes	18 NOVEMBRE Cultiver sa santé mentale	XX NOV. La famille des 7 perturbateurs endocriniens	16 DÉC. (Ré)conforter son sommeil	XX DÉC. Lecture des étiquettes alimentaires



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

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



Nos rencontres santé en ligne **2025**



Calendrier des rencontres santé 2025

XX JANVIER La famille des 7 perturbateurs endocriniens	XX FÉVRIER Lecture des étiquettes alimentaires	XX MARS Prévention des piqûres de tiques et maladies vectorielles associées	XX MARS Planète, assiette et bicyclette	XX AVRIL Lecture des étiquettes alimentaires	XX AVRIL La famille des 7 perturbateurs endocriniens	XX MAI Alimentation du jeune enfant
XX MAI Climat et santé : comprendre pour agir !	10 JUIN Cultiver sa santé mentale	9 JUILLET (Ré)conforter son sommeil	XX JUILLET La famille des 7 perturbateurs endocriniens	XX SEPT. Cœur de femmes	XX SEPT. Lecture des étiquettes alimentaires	XX SEPT. Cœur de femmes
XX SEPT. Cœur de femmes	XX OCTOBRE Cœur de femmes	XX OCTOBRE Cœur de femmes	18 NOVEMBRE Cultiver sa santé mentale	XX NOV. La famille des 7 perturbateurs endocriniens	16 DÉC. (Ré)conforter son sommeil	XX DÉC. Lecture des étiquettes alimentaires



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

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



Nos rencontres santé en ligne

2025



Calendrier des rencontres santé 2025

XX JANVIER	XX FÉVRIER	XX MARS	XX MARS	XX AVRIL	XX AVRIL	XX MAI
La famille des 7 perturbateurs endocriniens	Lecture des étiquettes alimentaires	Prévention des piqûres de tiques et maladies vectorielles associées	Planète, assiette et bicyclette	Lecture des étiquettes alimentaires	La famille des 7 perturbateurs endocriniens	Alimentation du jeune enfant
XX MAI	10 JUIN	9 JUILLET	XX JUILLET	XX SEPT.	XX SEPT.	XX SEPT.
Climat et santé : comprendre pour agir !	Cultiver sa santé mentale	(Ré)conforter son sommeil	La famille des 7 perturbateurs endocriniens	Cœur de femmes	Lecture des étiquettes alimentaires	Cœur de femmes
XX SEPT.	XX OCTOBRE	XX OCTOBRE	18 NOVEMBRE	XX NOV.	16 DÉC.	XX DÉC.
Cœur de femmes	Cœur de femmes	Cœur de femmes	Cultiver sa santé mentale	La famille des 7 perturbateurs endocriniens	(Ré)conforter son sommeil	Lecture des étiquettes alimentaires



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

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



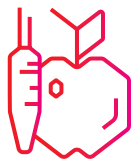
Nos rencontres santé en ligne

2025



La Mutualité française Auvergne-Rhône-Alpes propose des rencontres santé en ligne gratuites, ouvertes aux adhérents mutualistes et au grand public sur inscription préalable. Ces rencontres s'articulent autour de trois axes : la santé environnement, la nutrition et la santé mentale et le bien-être. L'ensemble des webinaires, d'une durée d'1h, se dérouleront sous la plateforme Livestorm.

La programmation comprend 21 interventions réparties de la manière suivante :



NUTRITION

➤ Lecture des étiquettes alimentaires

- Découvrir les bases de l'équilibre alimentaire ;
- Apprendre à analyser les emballages et les étiquettes de produits du quotidien.

XX FÉVRIER • XX AVRIL • XX SEPT. • XX DÉC.

4 FOCUS SERONT PROPOSÉS DANS L'ORDRE DES MOIS ENVISAGÉS :
CROYANCES ALIMENTAIRES • LABELS • PRODUITS BIO • ADDITIFS

➤ Planète, assiette et bicyclette

- Tendre vers une alimentation et une activité physique plus durables pour contribuer à limiter les impacts sur l'environnement, la biodiversité et les écosystèmes ;
- Identifier les leviers possibles pour allier habitudes favorables à la santé humaine et à la santé de la planète.

XX MARS

➤ Alimentation du jeune enfant

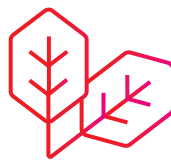
- S'informer et échanger sur l'alimentation du jeune enfant ;
- Mieux connaître ses habitudes alimentaires et les évolutions et changements avec l'âge.

XX MAI

➤ Cœur de femmes

- Informer les femmes sur le cœur, les maladies cardio-vasculaires, les facteurs de risques ;
- Connaître les comportements favorables à la santé en matière d'alimentation, d'activité physique et de gestion du stress.

XX / XX / XX SEPTEMBRE
XX / XX OCTOBRE



SANTÉ ENVIRONNEMENT

➤ La famille des 7 perturbateurs endocriniens

- Sensibiliser à la présence des perturbateurs endocriniens dans notre quotidien et leur impact sur la santé ;
- Identifier des produits moins dangereux pour la santé et plus respectueux de l'environnement.

XX JANVIER • XX AVRIL • XX JUILLET • XX NOVEMBRE

➤ Prévention des piqûres de tiques et maladies vectorielles associées

- S'informer sur les tiques, leur mode de vie et sur les moyens de prévenir une piqûre de tique ;
- Mieux connaître les maladies vectorielles associées : symptômes, étapes de la maladie, traitements proposés et l'état actuel des consensus en France.

XX MARS

➤ Climat et santé : comprendre pour agir !

- Identifier les leviers permettant de limiter les impacts du changement climatique sur la santé mentale et ainsi favoriser le mieux-être.

XX MAI



SANTÉ MENTALE ET BIEN-ÊTRE

➤ (Ré)conforter son sommeil

- Promouvoir l'importance d'un sommeil de qualité pour la santé, en expliquant les mécanismes du sommeil et en partageant des habitudes de vie favorables au sommeil.

9 JUILLET • 16 DÉCEMBRE

➤ Cultiver sa santé mentale

- Promouvoir une santé mentale positive et déstigmatiser la santé mentale.

10 JUIN • 18 NOVEMBRE



Renseignements
et inscription :
scannez le QR code
ou par téléphone
au 06 24 69 48 25

