



La Mutualité
Française
Occitanie
engagée
auprès des
Jeunes





En Occitanie, les jeunes* représentent 12 % de la population – soit 702 600 personnes**. Les effectifs d'élèves du 2nd degré continuent à augmenter à un rythme soutenu depuis 2010 et nettement plus élevé que la moyenne nationale.

La Mutualité Française s'engage à promouvoir le bien-être et la santé des jeunes; elle propose ainsi une offre de prévention et de promotion de la santé au travers d'actions multiples. Elle soutient également les familles et professionnels qui interviennent auprès des jeunes.

* Elèves des collèges, lycées et étudiants de l'enseignement supérieur.
** Source 2017 – Académie région Occitanie.

Ils nous font confiance

La Mutualité française Occitanie travaille avec les **caisses primaires d'Assurance maladie**, les **conseils départementaux** d'Occitanie, l'**UNSS***, les **rectorats** ou encore des **associations** telles que l'**ANPAA****. Ces partenariats permettent de construire des temps d'échanges dédiés à la prévention dans les collèges, les lycées et les facultés.

La Mutualité Française Occitanie apporte également son expertise dans les **Contrats Locaux de Santé** et met en place des actions de prévention de proximité, dédiées aux jeunes.

*UNSS : Union Nationale du Sport Scolaire

**ANPAA : Association Nationale de Prévention en Alcoologie et Addictologie

ZOOM SUR...

Le P'tit Resto santé®

Se constituer un repas équilibré tout en s'amusant, voici les principes du P'tit Resto santé®, un outil pédagogique testé par un large public en région.

Ce self-service virtuel grandeur nature, et son application tablette, pour les espaces plus restreints, permet d'ouvrir le dialogue sur les habitudes alimentaires de chacun.

Une exposition informative sur l'alimentation, ainsi qu'un livret dédié aux jeunes complète cet outil.



Notre expertise à votre service



LES CHAMPS D'INTERVENTION :

- L'alimentation
- La vaccination
- La prévention solaire
- La santé environnementale
- Les gestes d'urgence
- Les écrans
- L'activité physique
- La santé visuelle et auditive
- Les addictions
- Le bucco-dentaire
- Le bien-être



LES PUBLICS :

Nos actions de prévention s'adressent aux collégiens, lycéens et étudiants.



LES FORMATS D'INTERVENTION :

Selon les thématiques de santé, nous adaptons nos formats d'intervention aux besoins des participants :

- **Rencontres conviviales** : échanges et conseils.
- **Ateliers** de promotion de la pratique régulière d'activités physiques et informations sur l'équilibre alimentaire.
- **Conférences et ateliers pratiques.**
- **Théâtre débat** : sensibilisation aux risques liés aux phénomènes addictifs.
- **Concert pédagogique « Peace and Love »** : sensibilisation aux risques liés à l'écoute de la musique amplifiée.
- **Concours vidéo « Silence ça tourne »** : prévention des risques auditifs auprès des collèves.
- **Stands d'informations** sur les liens entre la santé et l'environnement.
- **Actions de dépistage** : repérage des problèmes bucco-dentaires.



LES INTERVENANTS :

Toutes nos actions de prévention sont animées par des intervenants spécialisés :

- **Diététicien.ne -nutritionniste** pour la thématique alimentation.
- **Opticien.ne** et **médecin** pour la prévention solaire.
- **Sophrologue** pour le bien-être et le stress.
- **Animateur.trice sportif** pour l'activité physique.
- **Musicien.ne** et **audioprothésiste** pour la prévention de l'audition.
- **Addictologue** et **comédien.ne** pour la prévention des addictions.
- **Chirurgien.ne-dentiste** pour l'hygiène bucco-dentaire.



LES SUPPORTS D'ANIMATION :

Afin de favoriser l'impact de nos actions de prévention, des outils spécifiques et adaptés sont utilisés pour l'animation des actions de prévention : **expositions, brochures thématiques, quiz, etc.**



LES OUTILS DE PRÉVENTION À DESTINATION DES JEUNES :

Afin de mettre en application les conseils santé, la Mutualité Française Occitanie offre aux participants des outils de prévention utiles : par exemple, **une fiche récapitulative** pour les habitudes alimentaires, **des bouchons d'oreilles** pour les actions audition, etc.

La Mutualité Française

en Occitanie

Elle est la représentation régionale de la Fédération Nationale de la Mutualité Française, qui protège 36 millions de personnes. Elle représente les mutuelles et coordonne la vie mutualiste régionale. C'est un acteur de premier plan dans le domaine sanitaire, social et médico-social de la région. Elle mène des actions de promotion de la santé au cœur des territoires, au service d'une santé solidaire.

3 200 000

Personnes protégées

179

Mutuelles

+ de 900

Actions de prévention et de promotion par an

+ de 480

Services de soins et d'accompagnement mutualistes

Contact : Raphaëlle CADENAS

Responsable prévention et promotion de la santé

@ raphaëlle.cadenas@mutoccitanie.fr

📞 04 99 58 88 96

occitanie.mutualite.fr

