



Prévention santé : les bons gestes !

Café santé gratuit

Jeudi 24 octobre 2019 à Millau, de 20h à 21h30

Hôtel Le Cévenol, 115 rue du Rajol

Renseignements auprès du Comité de sensibilisation pour le dépistage des cancers en Aveyron au 06 18 44 25 03

La Mutualité Française Occitanie et le Comité de sensibilisation pour le dépistage des cancers en Aveyron, en partenariat avec le Conseil départemental de l'Aveyron et l'UDSMA-Mutualité Française Aveyron, proposent une rencontre conviviale pour échanger, autour d'un thé ou d'un café, sur la prévention et les dépistages des cancers avec des professionnels spécialisés.



On estime que 40 % des cancers pourraient être évités par des modifications de nos modes de vie et dans notre environnement.

Il est recommandé de ne pas fumer, de modérer sa consommation d'alcool, d'avoir une alimentation diversifiée et équilibrée, de surveiller son poids, de pratiquer une activité physique régulière et d'éviter l'exposition aux rayonnements UV (*).

Programme :

- Pourquoi participer aux programmes de dépistage des cancers ?
- Quels sont les conseils simples pour se prémunir des cancers ?
- Quels sont les bienfaits de l'activité physique pour rester en bonne santé ?

Intervenantes :

- Dr Laurence Michelutti, Présidente du Comité de Sensibilisation des dépistages des cancers.
- Delphine Joannin, coach sportive.

* Source : Institut National du Cancer

A PROPOS DE LA MUTUALITÉ FRANÇAISE OCCITANIE :

La Mutualité Française Occitanie est un acteur incontournable de la politique de santé sur la région. Elle participe activement au maintien d'une protection sociale solidaire, d'un accès aux soins pour tous et à l'évolution de notre système de santé. Son rôle est aussi d'accompagner les mutuelles, notamment en favorisant le militantisme de proximité et en donnant aux élus mutualistes les moyens d'exercer leur engagement. La Mutualité Française participe au développement et à la promotion de l'économie sociale et solidaire en région.

La Mutualité Française Occitanie rassemble et représente :

- 179 mutuelles, soit 3 200 000 personnes protégées.
- Plus de 480 Services de soins et d'accompagnement mutualistes : cliniques, centres d'optique, centres dentaires, crèches, EHPAD, etc.
- Plus de 900 actions par an de prévention et promotion de la santé, dédiées au grand public et aux adhérents mutualistes.

CONTACT PRESSE : Fannie Gardes – 04.99.58.88.94 – fannie.gardes@mutoccitanie.fr