



LA REVUE
DE LA MUTUALITÉ
FRANÇAISE

JUIN
2025

OCCITANIE

PROTECTION SOCIALE ET SYSTÈME DE SANTÉ

Construire la protection
sociale de demain :
la vision et les engagements
d'Éric Chenut

p.4



© Flickr / Fédération Nationale de la Mutualité Française

PROTECTION SOCIALE ET SYSTÈME DE SANTÉ

Bien vieillir: un défi
collectif pour prévenir
la perte d'autonomie

p.6

OFFRE DE SOINS ET D'ACCOMPAGNEMENT

Du nouveau dans le réseau
Écouter Voir et dans les
unions territoriales

p.8

PRÉVENTION ET PROMOTION DE LA SANTÉ

Santé mentale 2025:
la Mutualité Française
s'engage

p.11



OCCITANIE

Sommaire

4 PROTECTION SOCIALE ET SYSTÈME DE SANTÉ

Construire la protection sociale de demain : la vision et les engagements d'Éric Chenut

6 Bien vieillir : un défi collectif pour prévenir la perte d'autonomie

7 OFFRE DE SOINS ET D'ACCOMPAGNEMENT

Innovations mutualistes : chirurgie du genou et pédodontie

8 Du nouveau dans le réseau Écouter Voir et dans les unions territoriales

10 PRÉVENTION ET PROMOTION DE LA SANTÉ

Santé mentale 2025 : la Mutualité Française s'engage

11 La Mutualité Française Occitanie déploie ses actions de prévention sur la santé mentale

LES PRINCIPALES MUTUELLES DE LA MUTUALITÉ FRANÇAISE EN OCCITANIE



LA PROTECTION SOCIALE EST À UN TOURNANT DE SON HISTOIRE.



Face aux défis majeurs que constituent les transitions démographique, écologique et numérique, mais également face aux inégalités sociales et territoriales d'accès aux soins, et plus globalement à la santé, il devient urgent de réinterroger collectivement notre modèle de protection sociale afin d'en garantir la pérennité et l'adaptabilité aux nouveaux besoins en santé et en prévoyance.

En Occitanie, la Mutualité Française s'engage au quotidien pour construire un système de protection sociale et de santé plus solidaire, inclusif et innovant. Les mutuelles s'inscrivent dans une logique de proximité, d'écoute et d'anticipation des nouveaux risques, et notamment au niveau de la dépendance, de la santé mentale ou de l'isolement social. Mais nous avons la conviction que les réponses à ces enjeux sociétaux nécessiteront la mobilisation de l'ensemble des acteurs : les citoyens, les professionnels de santé, les partenaires institutionnels (état, collectivités territoriales) et, bien évidemment, les mutuelles.

Les ouvertures d'établissements et les services déployés sur l'ensemble du territoire illustrent la volonté de la Mutualité de simplifier le parcours de santé et de développer l'accessibilité aux soins pour tous dans les territoires. Ces projets sont porteurs de solidarité et d'innovation sociale. L'innovation constitue d'ailleurs un levier incontournable pour relever les défis de demain ; que ce soit par l'utilisation des nouvelles technologies, la structuration de parcours de santé, ou des réponses nouvelles en matière d'accompagnement social et humain. Comme le démontrent les projets présentés dans ce numéro, les mutualistes font le choix de solutions socialement innovantes et environnementalement responsables, au bénéfice de tous.

Enfin, la prévention et l'accompagnement des publics fragiles restent au cœur de nos priorités car elle est un levier pour lutter contre les inégalités de santé. Grâce à des actions collectives, nous œuvrons pour prévenir la maladie et la perte d'autonomie mais également pour maintenir le lien social.

À l'issue des travaux du congrès d'Agen, la Mutualité Française a formulé plusieurs solutions pour construire une protection sociale durable, solidaire et adaptée aux défis contemporains et aux impacts du dérèglement climatique sur la santé.

L'ambition du mouvement mutualiste demeure donc fidèle à sa raison d'être historique, à savoir sa volonté de construire les solidarités de demain pour une société plus juste et plus inclusive. Alors, ensemble, inspirons les solutions innovantes, en proximité avec les territoires, basées sur les valeurs de solidarité, de liberté et de responsabilité, pour répondre aux enjeux et défis sociétaux du XXI^e siècle.

Bernard Creissen,
président de la Mutualité Française Occitanie.

Construire la protection sociale de demain : la vision et les engagements d'Éric Chenut

La France fait face à des défis majeurs : vieillissement de la population, transitions écologique et numérique, accès aux soins. Éric Chenut, président de la Mutualité Française, plaide pour une transformation profonde de notre système de protection sociale. Dans cet entretien, il revient sur la nécessité d'un nouveau pacte social, les leviers de financement à mobiliser, et le rôle central des mutuelles pour bâtir une société plus solidaire et inclusive.

À l'heure où le système de santé est confronté à des transitions majeures, quels sont les défis et les enjeux pour notre protection sociale ?

La France fait face à une double injonction, répondre à l'urgence de l'accès effectif aux soins, et engager les réformes structurelles rendues nécessaires par les conséquences économiques et sociales de la triple transition dans laquelle nous sommes engagés.

Une transition écologique qui impacte la santé des femmes et des hommes, parfois en lien avec un environnement de travail qui subit des transformations profondes de ses modes de production et de consommation. Une transition démographique en lien avec le vieillissement de la population, dont les conséquences en termes de besoins de santé et d'accompagnement à domicile sont prévisibles, mais pour laquelle les réponses tardent à venir. Et enfin, une transition numérique, vectrice de risques nouveaux comme d'opportunités concrètes pour le parcours de soins des personnes mais qui reste mal appréhendée.

Nous ne pouvons plus regarder les enjeux aujourd'hui et demain comme nous le faisons dans les années 80. Il est essentiel de réinterroger plusieurs aspects de l'organisation des soins, qu'ils concernent la médecine de ville ou l'hôpital, ainsi que l'offre médico-sociale.

Quelles nouvelles sources de financement la Mutualité

Française préconise-t-elle pour garantir la pérennité du système de protection sociale, face à l'évolution des dépenses et au vieillissement de la population ?

Notre système de santé et de protection sociale connaît de graves carences. Aujourd'hui, le débat politique se limite au seul projet de loi annuel de financement de la Sécurité sociale, il n'est pas possible d'avoir un vrai débat démocratique sur des objectifs politiques, d'y associer les acteurs pour construire collectivement des réponses de moyen et de long terme.

Notre première proposition est de retrouver un espace d'échange et de débat démocratique, et d'avoir une vision pluriannuelle des besoins et financements, de dépasser la seule logique de gestion comptable qui conduit inexorablement aux déremboursements de la Sécurité sociale, aux franchises et aux hausses de cotisations des complémentaires santé.

Au-delà, plusieurs leviers peuvent être activés.

Le premier est celui de l'efficacité : faire la chasse aux soins inadaptés ou redondants, et agir sur les prescriptions médicales pour s'appuyer sur des dépenses de soins pertinents pour la personne et son parcours de soins.

Le second tient à l'optimisation des recettes. Tout d'abord, en assurant à la Sécurité sociale les moyens de



© Flickr / Fédération Nationale de la Mutualité Française

ses missions. Cela signifie qu'il faut revenir à une compensation intégrale des exonérations de cotisations sociales. Ensuite, il faut interroger les nouveaux espaces de mutualisation des risques, notamment ceux liés au vieillissement de la population.

La Mutualité Française propose de mettre en place une couverture de la dépendance. Adossée à la complémentaire santé et généralisée à l'ensemble de la population, cette couverture permettrait d'assurer une prise en charge des cas de dépendance lourde qui aujourd'hui provoquent des restes à charge très importants.

Face aux nouveaux défis sociaux, économiques et environnementaux, quelles sont les propositions de la Mutualité pour construire un nouveau pacte social plus inclusif et adapté aux enjeux du XXI^e siècle? Quelle place et quelle reconnaissance pour les mutuelles?

Notre système de protection sociale, fondé sur une articulation entre Assurance maladie obligatoire et Assurance maladie complémentaire, a montré sa force et son intérêt. Pourquoi? Parce qu'il s'appuie sur deux typologies d'acteurs aux rôles imbriqués. La Sécurité sociale assure une protection socle qui bénéficie à l'ensemble de la population. À but non lucratif, les mutuelles, premiers acteurs de la complémentaire santé proposent des couvertures solidaires qui répondent et s'adaptent aux besoins des personnes qu'elles couvrent, notamment en termes de santé, de prévoyance et de perte d'autonomie.

🗨 La Mutualité Française porte une ambition, celle de refonder notre système de protection sociale. Nous proposons d'agir en co-construction avec l'ensemble des acteurs, incluant les citoyens. 🗨

Les mutuelles interviennent plus largement en lien avec la puissance publique sur le champ du soin et du lien, dans une optique d'intérêt général. Par leurs 3000 services de soins, sociaux et médico-sociaux, elles couvrent l'ensemble des situations de fragilité et du spectre d'activités, de la petite enfance au grand âge.

Quelles innovations les mutuelles peuvent-elles apporter pour accompagner la transformation du système de protection sociale, notamment dans la prise en charge de nouveaux risques (dépendance, santé mentale, etc.)?

La Mutualité Française assume son rôle d'actrice du système pour lequel elle est également force de proposition. Face aux problématiques liées à la démographie médicale, nous proposons d'agir sur le partage de compétences entre professionnels du soin et du lien, de travailler à l'attractivité de tous les métiers, en œuvrant sur leur pénibilité et leur juste reconnaissance. Nous proposons également de passer du médecin traitant à une équipe de soins traitante choisie par le patient.

Nous pouvons également nous appuyer au maximum sur les nouvelles technologies, la mobilisation des données de santé et l'intelligence artificielle pour l'orientation vers le bon soin au bon moment, la structuration des parcours de santé.

Enfin, nous avons un enjeu réel d'investissement sur la prévention, à tous les âges de la vie.

Le congrès de la Mutualité Française vient de s'achever: quelles sont les grandes orientations et propositions validées par les mutualistes?

Notre congrès arrive au moment où se prépare plusieurs échéances électorales majeures : les élections municipales de 2026, puis les élections présidentielle et législatives de 2027.

Nous appelons à une mobilisation collective pour refonder le système de protection sociale, retrouver des espaces de lien intergénérationnel et renforcer les mutualisations de risques en santé comme en prévoyance.

À l'occasion de notre 44^e congrès, nous avons fait le choix de porter un message fort, de se donner les moyens d'inspirer les solutions de demain.

Bien vieillir: un défi collectif pour prévenir la perte d'autonomie



La Mutualité Française Occitanie organise une table ronde sur le thème « L'innovation au service du bien vieillir ». À cette occasion, Marie-Christine d'Avrincourt, directrice de l'Action Sociale et des Interventions Sociales à la CARSAT Languedoc-Roussillon, détaille les réponses apportées sur le terrain aux retraités les plus vulnérables et aux aidants souvent invisibles.

Quel est le rôle de la CARSAT et à quels publics s'adresse-t-elle ?

La CARSAT Languedoc-Roussillon est un organisme de Sécurité sociale privé à mission de service public qui intervient en lien avec la CARSAT Midi-Pyrénées. Nous accompagnons trois grands types de publics : les actifs en amont de la retraite, les entreprises pour la prévention des risques professionnels, et les retraités.

C'est auprès de ces derniers que s'exerce notre politique d'action sociale. En 2024, nous avons versé 5,84 milliards d'euros de prestations retraite et mobilisé 16,2 millions d'euros via notre fonds d'action sociale.

Qui sont les bénéficiaires de ces actions sociales et quels sont les enjeux ?

Nos actions s'adressent à des retraités dits autonomes. Notre mission est d'agir en prévention pour qu'ils puissent rester le plus longtemps possible à domicile, dans de bonnes conditions.

La région Languedoc-Roussillon se caractérise par une forte fragilité sociale, liée à l'âge, l'isolement et aux ressources. Nous sommes la deuxième région de France sur le plan de la fragilité des seniors, ce qui

implique un effort accru pour proposer des actions de proximité.

Quels sont les objectifs de votre politique d'action sociale ?

Notre ambition est de promouvoir un vieillissement actif et en santé. Cela passe par des aides individuelles (aide à domicile, aménagement du logement, ...), mais aussi par des actions collectives. Elles sont essentielles pour maintenir le lien social, prévenir la perte d'autonomie et proposer des réponses concrètes, accessibles et variées sur les territoires.

Quelles sont les actions collectives que vous soutenez ?

Elles sont diverses et touchent près de 22 000 retraités par an. Il peut s'agir d'ateliers mémoire, d'activité physique adaptée, de ciné-débats, de promenades ou encore d'événements intergénérationnels. Nous avons financé par exemple un programme original à Nîmes : un défilé de mode organisé avec des élèves stylistes et des seniors, mobilisés pendant un an pour aboutir à un temps fort partagé.

Quid du soutien au répit ?

Nous finançons aussi des actions de répit pour les aidants : des associations assurent la prise en charge

de la personne aidée, permettant à l'aidant de souffler quelques heures ou une journée.

Comment garantisiez-vous la qualité de ces actions ?

C'est un point clé. Avec nos partenaires, dont la Mutualité Française, nous veillons à proposer une offre de qualité, accessible, mais exigeante : intervenants formés, évaluation des actions, accompagnement individualisé. Les seniors les plus fragiles ont droit à des prestations de qualité, au même titre que ceux qui pourraient les financer par eux-mêmes. C'est un principe fondamental de notre action.

Propos recueillis pour le publiereportage
Midi Libre, du 23/05/2025

Une table ronde pour en parler

Rendez-vous le mercredi 9 juillet, de 9 h à 10 h 30, pour une web-table ronde, en direct depuis l'EHPAD "Les Couleurs du Temps".

Cette rencontre sera consacrée à un enjeu de société majeur : comment l'innovation transforme-t-elle l'accompagnement du vieillissement et préserve-t-elle l'autonomie des seniors ?

Renseignements et inscription sur :
occitanie.mutualite.fr/actualites

Chirurgie du genou: arrivée d'un robot chirurgical à la clinique mutualiste Catalane

La clinique mutualiste Catalane s'équipe du système ROSA® Knee, une technologie robotique de pointe permettant d'optimiser la précision et la personnalisation de la chirurgie orthopédique des prothèses de genou. C'est le premier établissement des Pyrénées-Orientales à disposer de cette innovation.

Le dispositif innovant ROSA® Knee qui sera prochainement installé au bloc opératoire de la clinique mutualiste Catalane, à Perpignan, établissement AESIO Santé, assiste les chirurgiens orthopédiques tout au long des interventions de prothèses de genou. Cette technologie de pointe permet d'améliorer les résultats fonctionnels et d'accélérer la récupération des patients.

La chirurgie de remplacement du genou est une solution efficace pour les patients souffrant d'arthrite sévère. Avec l'aide du système ROSA® Knee, les chirurgiens de la clinique mutualiste Catalane disposent d'un

outil précis qui collecte et analyse des données en temps réel pour adapter la procédure opératoire à chaque patient.

Un dispositif qui optimise les soins

Le robot chirurgical fonctionne en trois étapes:

- la création d'un modèle 3 D du genou du patient à l'aide de radiographies;
- l'assistance en temps réel du chirurgien pendant l'intervention grâce à un capteur de mouvement;
- l'ajustement final de l'implant pour assurer une adaptation optimale.

Des bénéfices cliniquement prouvés

Les études montrent que la chirurgie assistée par robot permet une plus grande précision dans le positionnement de l'implant, réduisant ainsi la douleur post-opératoire, le besoin en médicaments antalgiques et les séances de rééducation.



© LinkedIn / Clinique mutualiste Catalane

La pédodontie: une nouvelle spécialité pour le centre dentaire de l'UGRM à Sète



Dans une démarche d'amélioration continue de l'offre de soins, l'UGRM est heureuse d'annoncer l'ouverture d'une nouvelle activité dans son centre dentaire de Sète: la pédodontie, ou dentisterie pédiatrique. Cette spécialité s'adresse aux enfants de la petite enfance à l'adolescence et propose une prise en charge spécifique, axée sur la prévention, les soins précoces et l'accompagnement dans l'acquisition de bonnes habitudes d'hygiène bucco-dentaire.

La pédodontie repose sur une approche bienveillante et adaptée, dans un environnement rassurant, pour instaurer une relation de

confiance entre l'enfant et le praticien. Grâce à cette nouvelle activité, le centre dentaire de Sète renforce l'engagement de l'UGRM en matière de santé publique, en offrant un suivi précoce et personnalisé aux jeunes patients. Accueillis par une équipe formée aux particularités de la dentisterie infantile, les enfants bénéficient d'un espace conçu pour leur bien-être.

L'UGRM est fière de proposer ce nouveau service aux familles de Sète car un enfant qui vit bien ses rendez-vous dentaires deviendra un adulte attentif à sa santé bucco-dentaire.

Une solution 3D innovante chez Écouter Voir Optique à Cahors et Lescure d'Albigeois

Dans le but d'améliorer toujours plus l'expérience de leurs clients, les magasins Écouter Voir (VYV³ Terres d'Oc) de Cahors et Lescure d'Albigeois se dotent de la solution OOMADE pour fabriquer des lunettes de courtoisie en un temps record. Dépannage express !

OOMADE est une solution innovante d'impression 3D qui permet de créer

une monture de lunettes de secours en quelques minutes. Cette monture d'urgence est créée à partir de la forme du verre. Le client peut ainsi repartir avec une paire de lunettes temporaires, sans se soucier du délai de réparation.

Solution de dépannage rapide, la solution OOMADE s'adresse à tous et toutes, clients ou non, ayant

cassé leurs lunettes. En effet, en seulement 30 minutes, ces magasins Écouter Voir peuvent créer un modèle de monture directement en magasin et ce, sous les yeux du client.

En Occitanie, ces deux magasins Écouter Voir sont les seuls équipés de la solution OOMADE.

Un nouveau service de téléconsultation pour le centre Écouter Voir de Lombez

La Mutualité Française Gers propose un nouveau service de téléconsultation en ophtalmologie au sein de son centre Écouter Voir de Lombez.

Alors que les délais moyens pour obtenir un rendez-vous auprès d'un ophtalmologue sont supérieurs à trois mois (dans trois départements français, dont le Gers)*, ce service est une vraie réponse à la désertification médicale en milieu rural, en l'ab-

sence de cabinet d'ophtalmologie.

L'équipement installé dans le centre dispose de tous les instruments de contrôle nécessaires à la consultation avec l'opticien, l'orthoptiste et l'ophtalmologue. À l'issue du rendez-vous, une ordonnance peut être délivrée directement.

La téléconsultation est remboursée par l'Assurance maladie, et est garantie sans dépassement d'ho-

noraires pour les patients car les praticiens sont conventionnés en secteur 1 (hors frais de connexion partiellement refacturés).

Ce service de téléconsultation sans rendez-vous, permet notamment aux patients qui n'ont pas de pathologie avérée de se faire délivrer une ordonnance, en réduisant très fortement les délais et les déplacements.

(*) Selon l'enquête menée en 2024 par la Fondation Jean-Jaurès - Cartes de France de l'accès aux soins. Soignants et patients face aux inégalités territoriales.

Une technologie exclusive pour prévenir la DMLA au centre Écouter Voir de Toulouse

1,5 millions de personnes en France sont atteintes d'une dégénérescence maculaire liée à l'âge (DMLA), une maladie très handicapante qui entraîne une perte de la vision centrale.

S'il n'est pas possible d'agir sur des facteurs tels que l'âge ou la génétique, un troisième facteur joue un rôle primordial et peut être modifié. Il s'agit de la densité des pig-

ments présents dans la rétine qui protègent celle-ci du processus de dégradation.

C'est pourquoi la Mutualité Française Haute-Garonne a récemment investi dans un appareil de technologie avancée permettant de mesurer la densité pigmentaire. Disponible pour l'instant au magasin Écouter Voir de Toulouse - rue de Metz, l'examen permet au patient de suivre

l'évolution de son stock pigmentaire et d'agir en prévention, en optant notamment pour des compléments alimentaires naturels qui ont une efficacité avérée sur l'amélioration de la densité pigmentaire.

Grande première dans le réseau d'optique et d'audition mutualiste, le carnet de rendez-vous pour ces consultations de prévention affiche déjà complet.

Début des travaux du Carré Santé Services à Villefranche-de-Rouergue : un projet ambitieux pour Altriane

Altriane - Mutualité Française Aveyron a marqué une étape importante dans son engagement pour l'amélioration des services de santé avec le lancement officiel des travaux du nouveau Carré Santé Services de Villefranche de Rouergue.

Un projet au cœur de la communauté

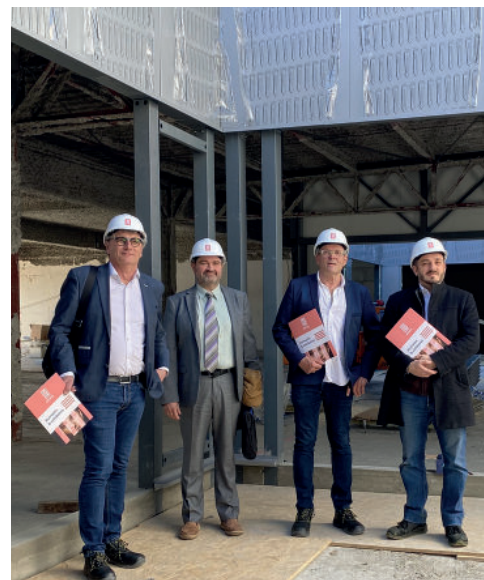
Ce projet vise à centraliser les principaux services de santé en un seul et même lieu pour simplifier le parcours des usagers tout en renforçant l'accessibilité aux soins. Parmi les services proposés dans ce nouveau centre figureront :

- un centre d'audition,
- un centre de santé dentaire,
- un centre infirmier,
- un service d'hospitalisation à domicile,
- un service d'aide à domicile,
- un service d'accompagnement à l'autonomie.

Un tournant pour la santé locale

Les travaux, débutés en mars 2025, s'étaleront sur huit mois avec une livraison prévue en octobre. Ce projet s'inscrit dans une dynamique déjà éprouvée à Rodez et Millau, où le concept Carré Santé Services a rencontré un vif succès auprès des bénéficiaires.

Avec ce nouveau centre, Altriane renforce son rôle d'acteur majeur dans le domaine de la santé en Aveyron. Ce projet ambitieux incarne une avancée significative vers une prise en charge plus accessible et efficace pour tous.



© Facebook / Altriane - Mutualité Française Aveyron

Inauguration à Perpignan: le nouveau pôle mutualiste de Mutualité Française Grand Sud

Le 11 avril dernier, Mutualité Française Grand Sud a inauguré le pôle de Perpignan, marquant une étape importante dans son développement territorial. Ce moment fort a rassemblé 130 invités autour d'un

projet ambitieux, porteur de valeurs de solidarité, d'engagement et d'innovation sociale.

Ce nouveau pôle mutualiste regroupe des expertises essentielles et des structures mutualistes au

service des habitants des Pyrénées-Orientales :

- l'antenne catalane de Mutualité Française Grand Sud,
- le siège social de l'association Résidences Catalanes Solidarité Seniors,
- l'entreprise adaptée Handisertion Grand Sud,
- l'association Ergo Grand Sud,
- le pôle d'animation mutualiste et de prévention de la Mutualité Française Occitanie.

Avec près de 300 salariés répartis dans 12 établissements, Mutualité Française Grand Sud accompagne chaque année plus de 5 000 personnes dans le département.



© Mutualité Française Grand Sud



Santé mentale 2025 : la Mutualité Française s'engage pour une mobilisation collective

En 2025, la santé mentale est désignée Grande Cause Nationale, un choix fort face à un enjeu de santé publique majeur. Avec 13 millions de Français concernés par des troubles psychiques chaque année, dont 40 % des jeunes, la Mutualité Française réaffirme son engagement historique et déploie une feuille de route ambitieuse pour accompagner cette mobilisation.

Un contexte d'urgence et de mobilisation

La santé mentale, définie par l'OMS comme «un état de bien-être qui permet à chacun de réaliser son potentiel, de faire face aux difficultés normales de la vie, de travailler avec succès et de manière productive, et d'être en mesure d'apporter une contribution à la communauté», concerne toutes les sphères de la société. La crise sanitaire a accentué les fragilités, notamment chez les jeunes, rendant l'action collective et la levée des tabous encore plus nécessaires.

La Mutualité Française s'inscrit dans la dynamique du Collectif Santé Mentale Grande Cause Nationale, qui regroupe plus de 3000 structures. Elle a soutenu activement la désignation de cette cause et invite ses mutuelles à se mobiliser.

Des objectifs clairs et des actions concrètes

La feuille de route de la Mutualité Française s'articule autour de trois axes principaux :

» **Prioriser la santé mentale des jeunes :** en lien avec les territoires et les acteurs de proximité, la Mutualité Française valorise les initiatives locales et poursuit les forums jeunes initiés en 2024.

» **Valoriser les réponses mutualistes :** l'objectif est de développer et de promouvoir les offres et services mutualistes en santé mentale, en s'appuyant sur l'innovation et la prévention.

» **Actualiser le plaidoyer :** la Mutualité Française actualise ses propositions issues de 2021, en mettant l'accent sur la prévention, l'accès aux soins et la déstigmatisation.

Pour répondre à ses objectifs, l'année 2025 sera marquée par une série d'événements et d'actions phares.

Des leviers d'action multiples

La Mutualité Française met en œuvre des actions concrètes :

» **Formation :** déploiement de modules sur la santé mentale pour les élus, managers et salariés, ainsi que pour le grand public.

» **Communication et valorisation :** intégration de la santé mentale dans les réseaux sociaux, création de dossiers stratégiques, valorisation des webinaires et événements.

» **Innovation et partenariats :** soutien à des solutions innovantes, organisation de prix de l'innovation mutuelle, renforcement des partenariats avec les collectivités et les acteurs de terrain.

Vers une société plus inclusive et solidaire

La feuille de route de la Mutualité Française s'inscrit dans une démarche globale de promotion de la santé mentale, de lutte contre la stigmatisation et de facilitation de l'accès aux soins. Elle vise à mobiliser l'ensemble des parties prenantes pour faire de 2025 une année décisive dans la prise en compte de la santé mentale comme enjeu de société majeur.

Sources : Ministère du Travail, de la Santé, des Solidarités - Mutualité Française



Une exposition pour mieux comprendre les troubles psychiques

Dans le cadre de ses initiatives de prévention, la Mutualité Française Occitanie met à disposition une exposition éducative. Celle-ci vise à apporter des éléments de compréhension sur la santé mentale, à présenter des données chiffrées essentielles et à offrir des conseils pratiques pour accompagner les per-

La Mutualité Française Occitanie déploie ses actions de prévention sur la santé mentale

La santé mentale constitue un enjeu majeur de santé publique en France. Face à ce constat, la Mutualité Française Occitanie s'est associée à PSSM France pour renforcer les compétences de son équipe prévention et promotion de la santé. Trois collaborateurs ont été ainsi accrédités en 2023 et ont déjà formé plus de 300 secouristes. En 2025, nous proposons un nouvel outil et un nouveau format d'action pour sensibiliser tant le grand public que les professionnels à la question de la santé mentale.

sonnes en situation de souffrance psychique.

Retrouvez l'intégralité de l'exposition sur : occitanie.mutualite.fr

Un atelier « La santé mentale : parlons-en ! » pour répondre à la nécessité de déstigmatiser la santé mentale

Ce nouvel atelier, animé par un formateur en premiers secours en santé mentale, s'adresse au grand public et aux professionnels en contact avec le public. D'une durée de deux heures, il offre aux participants une première approche de la santé mentale et de ses déterminants. Cet atelier est l'occasion

d'interroger leurs représentations et de déconstruire les préjugés, parfois stigmatisants à l'égard des troubles psychiques. Il offre également des repères concrets pour orienter au mieux une personne présentant des difficultés émergentes.

Cet atelier peut constituer une première étape vers la formation complète de premiers secours en santé mentale, qui s'étend sur quatorze heures réparties en quatre modules, dispensés sur deux journées consécutives.

Informations auprès de Sylvain Agier : sylvain.agier@mutoccitanie.fr

ZOOM SUR

Les formations "Premiers Secours en Santé Mentale" de la Mutualité Française Occitanie

25

formations réalisées

13

formations à venir

+ de 300

secouristes formés

+ de 90%

de participants très satisfaits

À l'issue des formations, les participants déclarent une **évolution de leurs connaissances** et se sentent désormais **aptes à venir en aide à une personne en souffrance**. Globalement, les participants **recommandent la formation** à leur entourage.

Agenda des prochains rendez-vous



Depuis juin

BIEN-ÊTRE ET VITALITÉ

Cycles d'ateliers à destination des seniors

Montgey • Puylaurens • Saint-Pierre-de-Trivisy • Aussillon (81)

EN AVANT, MARCHÉ !

Cycles de balades à destination des seniors

Amélie-les-Bains • Prats-de-Mollo-la-Preste • Ille-sur-Têt • Villeneuve-de-Rivière (66)

ET SI L'ON REDÉCOUVRAIT NOTRE ALIMENTATION !

Cycles d'ateliers sur l'alimentation à destination des seniors

Aimargues • Clarensac • Le-Grau-du-Roi • Marguerittes • Saint-Privat-de-Vieux (30)

MON DOS, MA SANTÉ

Cycles d'ateliers à destination des seniors

Saint-Jean-de-Védas • Mèze • Grabels • Mauguio • La-Grande-Motte • Castries (34)

RENFORCER

LA CONFIANCE EN SOI AVEC LA SELF-DÉFENSE

Cycles d'ateliers à destination des seniors

Gallargues-le-Montueux • Jonquières-Saint-Vincent (30)

SENIORS, À L'ÉCOUTE DE VOTRE SANTÉ

Concerts-conférence suivis de tests sur l'audition

Portel-des-Corbières • Quillan • Conques-sur-Orbiel (11)

UN VOYAGE DANS MA MÉMOIRE

Cycles d'ateliers à destination des seniors

Montpellier • Lattes • Ganges • Saint-Clément-de-Rivière • Nézignan-l'Évêque • Balaruc-le-Vieux (34) • Saint-Germain-du-Teil • Labastide-Puylaurent (48)

LECTURE DES ÉTIQUETTES

Atelier pour apprendre à décrypter les étiquettes alimentaires

Argelès-Gazost (65)

Juillet

➤ 1^{er} juillet

MUT'ONLINE : DETOX DIGITALE

Webinaire sur l'usage des écrans au quotidien et les moyens de préserver sa santé

En ligne

➤ 3 juillet

MUT'ONLINE : MIEUX COMPRENDRE SA PRISE DE SANG

Webinaire avec une infirmière pour apprendre à décrypter ses résultats sanguins

En ligne

➤ 3 & 4 juillet

MON CŒUR, MA VIE

Stage de deux jours sur la prévention des maladies cardiovasculaires

Villefranche-de-Lauragais (31)

➤ 16 juillet

BALADE SANTÉ

Balade organisée en partenariat avec le conseil départemental

Masseube (32)

Septembre

➤ 2 septembre

BIEN-ÊTRE ET VITALITÉ

Début des cycles d'ateliers à destination des seniors

Raissac • Montbrun • Ventenac-en-Minervois (11)

➤ 8 septembre

MON DOS, MA SANTÉ

Début des cycles d'ateliers à destination des seniors

Lautrec • Damiatte • Carmaux (81)

➤ 9 septembre

RIRE POUR VOTRE BIEN-ÊTRE ET VOTRE SANTÉ !

Début des cycles d'ateliers à destination des seniors

Fleurance • Mauvezin (32)

➤ 15 septembre

EN AVANT MARCHÉ

Début des cycles de balades à destination des seniors

Poucharramet • Rieux-Volvestre • Villeneuve-Tolosane • Eaunes • L'Isle-en-Dodon • Boulogne-sur-Gesse (31)

LES VOIX DU BIEN ÊTRE

Début des cycles d'ateliers basés sur le chant, à destination des seniors

Neffies • Saint-Pons-de-Mauchien • Balaruc-les-Bains • Mèze (34)

➤ 17 septembre

MON DOS, MA SANTÉ

Début des cycles d'ateliers à destination des seniors

Lourdes • Tarbes (65)

➤ 18 septembre

PRENDRE UN TEMPS POUR SOI AVEC LE YOGA !

Début d'un cycle d'ateliers animé par une professeur de yoga

Poussan (34)

➤ 22 septembre

MES ÉCO-GESTES AU QUOTIDIEN

Début des cycles d'ateliers sur la santé environnementale à destination des seniors

Saleilles • Sainte-Marie-la-Mer • Baixas • Lllupia • Prades • Eyne (66)

➤ 23 septembre

MA SANTÉ AU MENU

Début des stages nutrition de deux jours à destination des seniors

Rignac • Mur-de-Barrez • Vabres-l'Abbaye • Belmont-sur-Rance (12)

PROTÉGEONS NOS

ENFANTS EN VOITURE

Atelier sur la sécurité routière, à destination des parents

Cahors (46)

➤ 24 septembre

MON DOS, MA SANTÉ

Début des cycles d'ateliers à destination des seniors

Roquemaure • Uzès • Manduel • Le-Grau-du-Roi (30)

➤ 29 septembre

MA SANTÉ SUR MESURE

Parcours santé à destination des seniors

Lavit-de-Lomagne • Lauzerte • Caussade • Verdun-sur-Garonne • Moissac (82)

➤ 30 septembre

MUT'ONLINE : APPRENDRE LA COMMUNICATION BIENVEILLANTE

Webinaire avec une psychologue spécialisée en psychologie positive

En ligne

Octobre

➤ 2 octobre

SANTÉ AU FÉMININ, TOUTES CONCERNÉES !

Début des stages de deux jours à destination des seniors

Villefranche-d'Albigeois • Valence-d'Albigeois • Saint-Sulpice-la-Pointe • Graulhet (81)

➤ 6 octobre

MON DOS, MA SANTÉ

Début des cycles d'ateliers à destination des seniors

Colomiers • Mondonville • Saint-Félix-Lauragais • Labège • Léguevin • Saint-Lys (31) • Lavit-de-Lomagne • Lauzerte • Caussade • Verdun-sur-Garonne • Moissac (82)

➤ 7 octobre

LA VIE, LA MORT : ON EN PARLE ?

Début des cycles d'ateliers à destination des seniors

Foix • Saint-Jean-du-Falga • Saint-Girons • Lorp-Sentaraille (09)

Découvrez l'ensemble des rencontres santé sur occitanie.mutualite.fr/evenements

occitanie.mutualite.fr

