

OCCITANIE

PROTECTION SOCIALE ET SYSTÈME DE SANTÉ

Les États Généraux de la Santé
et de la Protection Sociale :
retour sur l'atelier de Montpellier

p.6



PROTECTION SOCIALE ET SYSTÈME DE SANTÉ

Consultation citoyenne :
des attentes fortes pour
refonder le système

p.4

OFFRE DE SOINS ET D'ACCOMPAGNEMENT

Nouveau dispositif
à l'EHPAD Bel'Air de
Valence d'Albigeois

p.8

PRÉVENTION ET PROMOTION DE LA SANTÉ

Prévenir dès le plus jeune
âge : des forums santé
au service des familles

p.10

Sommaire

- 4 PROTECTION SOCIALE ET SYSTÈME DE SANTÉ**
Les États Généraux de la Santé et de la Protection Sociale
Consultation citoyenne : des attentes fortes pour refonder le système
- 6** Des attentes citoyennes aux propositions concrètes : retour sur l'atelier de Montpellier
- 8 OFFRE DE SOINS ET D'ACCOMPAGNEMENT**
Des places d'Hébergement Temporaire en Sortie d'Hospitalisation (HT-SH) à l'EHPAD Bel'Air de Valence d'Albigeois
- 9** Des partenariats qui s'intensifient entre la Mutualité Française Occitanie et les groupements
- 10 PRÉVENTION ET PROMOTION DE LA SANTÉ**
Prévenir dès le plus jeune âge : des forums santé ludiques et pédagogiques au service des familles
- 11** Des ateliers à l'attention des seniors en partenariat avec les bailleurs sociaux

LES PRINCIPALES MUTUELLES DE LA MUTUALITÉ FRANÇAISE EN OCCITANIE



Édito

NOUS AVONS UNE RESPONSABILITÉ COLLECTIVE : PRÉSERVER ET CONSOLIDER NOTRE MODÈLE SOLIDAIRE.



La Mutualité Française Occitanie est fière d'avoir accueilli à Montpellier l'un des ateliers territoriaux des États Généraux de la Santé et de la Protection Sociale. Cette rencontre, qui a réuni près de 80 participants venus d'horizons divers, a confirmé une conviction forte: l'avenir de notre modèle social ne peut se construire qu'avec les citoyens et les acteurs de terrain. Je souhaite donc remercier chaleureusement l'ensemble des partenaires mobilisés à nos côtés, dont l'engagement témoigne d'une volonté commune de construire des réponses concrètes, adaptées aux réalités des territoires.

Professionnels de santé, représentants associatifs, collectivités, partenaires sociaux et institutionnels ont partagé un même constat : notre système de santé et de protection sociale demeure un pilier essentiel de la cohésion nationale, mais il est aujourd'hui confronté à des tensions profondes. Difficultés d'accès aux soins, inégalités territoriales, fragilisation des parcours de prévention, perte de lisibilité des dispositifs : les attentes exprimées sont fortes, légitimes et appellent des réponses ambitieuses.

Les enseignements issus de la consultation citoyenne comme des ateliers territoriaux des États Généraux de la Santé témoignent de l'attachement indéfectible des Français à notre modèle solidaire. Mais cet attachement s'accompagne d'une exigence claire : celle d'une protection sociale plus juste, plus accessible et plus efficace. En Occitanie, cette parole citoyenne vient conforter les actions que la Mutualité porte au quotidien : défendre l'accès aux soins pour tous, soutenir les professionnels confrontés aux difficultés du terrain, accompagner le vieillissement de la population et investir résolument dans l'innovation sociale et la prévention.

La prévention ne peut plus être la variable d'ajustement de notre système de santé. Elle doit devenir une priorité politique majeure. Prévenir, c'est donner à chacun les moyens de préserver son capital santé tout au long de la vie, réduisant ainsi les inégalités sociales de santé. C'est aussi faire le choix d'un modèle plus humain, plus durable et plus solidaire.

Ce numéro illustre concrètement cette ambition collective. Partout sur nos territoires, des initiatives émergent, des coopérations se construisent et des solutions innovantes voient le jour pour répondre aux besoins des populations. Elles démontrent que les territoires sont des leviers essentiels de la transformation et qu'ils doivent être pleinement associés aux décisions publiques.

Dans cette période de mutations, le renouvellement de gouvernance au sein des instances de l'Assurance maladie, à l'instar de celui des équipes municipales, rappelle également l'importance de la démocratie en santé et des politiques locales. Les communes et les intercommunalités jouent un rôle essentiel dans les politiques de santé, de prévention et de solidarité. La Mutualité Française Occitanie continuera de défendre auprès des élus et des pouvoirs publics une vision exigeante de la protection sociale : une protection sociale qui protège réellement, qui n'abandonne aucun territoire et qui place l'humain au cœur des politiques publiques.

Face aux fractures sociales et territoriales qui traversent notre société, nous avons une responsabilité collective : préserver et consolider notre modèle solidaire. Plus que jamais, il nous appartient de faire vivre cette ambition partagée de justice sociale et de santé pour tous. La Mutualité Française prendra toute sa part dans ce combat collectif.

Bernard Creissen,
président de la Mutualité Française Occitanie.

Les États Généraux de la Santé et de la Protection Sociale

Consultation citoyenne : des attentes fortes pour refonder le système

La phase de consultation des États Généraux de la Santé et de la Protection Sociale s'est achevée sur un constat clair : la santé et la protection sociale occupent une place centrale dans les préoccupations des citoyens comme des professionnels.

Entre le 17 novembre 2025 et le 17 février 2026, près de 77 000 participants (64 090 citoyens et 12 783 professionnels de santé et de l'accompagnement) ont partagé 2 293 418 réponses et 405 007 verbatims, témoignant d'une mobilisation exceptionnelle.

Au-delà des chiffres, les répondants ont formulé des analyses précises, des constats concrets et de nombreuses propositions pour faire évoluer le système. L'attachement au modèle français de protection sociale ressort très nettement, avec 93% des citoyens et 9 professionnels sur 10 se disant attachés ou fortement attachés à ce socle de solidarité.

Un modèle plébiscité, mais jugé perfectible

La consultation confirme d'abord une réalité forte : la protection sociale reste un motif de fierté collective. Les principes de solidarité, d'égalité et d'universalité demeurent profondément ancrés.

Pour autant, cet attachement ne masque pas les attentes de réforme. Citoyens et professionnels jugent le système perfectible, en particulier

sur sa lisibilité, son efficacité et sa capacité à répondre aux besoins du quotidien. Les priorités exprimées convergent autour de deux exigences : garantir un accès aux soins de qualité pour tous et réduire les délais d'attente.

L'accès aux soins au premier plan

L'accès aux soins ressort comme l'une des préoccupations les plus fortes de la consultation. Pour les citoyens, la difficulté à obtenir un rendez-vous, l'absence de médecin traitant, les inégalités territoriales et le sentiment d'une médecine à deux vitesses nourrissent un profond malaise. Du côté des professionnels, la priorité est claire : mieux organiser les parcours, renforcer la coordination entre acteurs et fluidifier l'accès aux soins de proximité.

Le rôle du médecin traitant demeure central dans les parcours de soins et d'accompagnement. La consultation montre combien cette relation de confiance rassure, structure les prises en charge et incarne concrètement la proximité du système de santé. À l'inverse, lorsqu'un professionnel de référence manque, c'est tout le parcours qui semble se fragiliser.

Dans ce contexte, plusieurs leviers sont jugés indispensables : le développement des maisons médicales de garde, l'ouverture de services de soins en soirée et le week-end, la meilleure répartition des compétences, le recentrage de l'hôpital sur les actes complexes et la simplification des tâches administratives.

Revaloriser ceux qui prennent soin

La consultation met aussi en lumière une alerte forte des professionnels de santé et de l'accompagnement. Beaucoup décrivent une dégradation de leurs conditions d'exercice, marquée par le manque de moyens humains, la surcharge de travail, la pression de l'urgence et l'excès de contraintes administratives.

À cela s'ajoute un sentiment de reconnaissance insuffisante, notamment sur le plan des rémunérations et de la valorisation des métiers. Les professionnels appellent à prendre soin de celles et ceux qui prennent soin, en renforçant l'attractivité des métiers sanitaires, sociaux et médico-sociaux, en améliorant la qualité de vie au travail et en limitant les tâches qui éloignent du cœur de mission.



Mieux maîtriser les dépenses, sans renoncer au modèle

La question du financement traverse l'ensemble des réponses. Les citoyens comme les professionnels souhaitent une meilleure maîtrise des dépenses, avec une attention particulière portée à la fraude, au gaspillage et aux abus. Chez les citoyens, la volonté de préserver le modèle passe aussi par des mesures de bon sens : mieux contrôler les dépenses, rendre visible le coût réel des soins, renforcer la transparence et réinterroger certaines organisations.

Mais cette logique de soutenabilité ne se limite pas à des économies immédiates. De nombreuses réponses soulignent la nécessité d'un pilotage à long terme, fondé sur une stratégie pluriannuelle et sur des choix structurels. Autrement dit, l'enjeu n'est pas de réduire la protection sociale, mais de la rendre plus robuste, plus efficiente et mieux adaptée aux réalités contemporaines.

Prévenir davantage, dès maintenant

Autre enseignement fort : la prévention est perçue comme un sous-investissement au regard des besoins. Citoyens et professionnels estiment

qu'elle doit devenir un pilier stratégique du système, au même titre que le soin. Les répondants évoquent notamment l'activité physique, l'alimentation, la santé mentale, les dépistages, l'éducation thérapeutique et l'information auprès des jeunes publics.

La santé mentale occupe une place importante dans les réponses, en particulier chez les plus jeunes et les femmes. Elle apparaît à la fois comme un sujet de préoccupation immédiate et comme un enjeu de société à mieux prendre en compte, avec davantage d'information, de repérage et de déstigmatisation.

Les professionnels, de leur côté, identifient plusieurs outils concrets pour renforcer la prévention : consultations dédiées, bilans personnalisés, éducation thérapeutique, actions à l'école et dépistages systématiques. Tous convergent vers une même idée : il faut sortir d'une logique uniquement curative pour construire une santé plus durable.

Le défi de l'autonomie

La perte d'autonomie constitue enfin un autre point de vigilance majeur. Une large majorité des ci-

toyens dit ne pas être préparée à cette perspective, souvent par manque d'informations, de visibilité sur les dispositifs existants ou tout simplement parce qu'il est difficile de s'y projeter.

Les professionnels soulignent pour leur part l'importance de soutenir les métiers de l'autonomie, de renforcer la prévention de la perte d'autonomie et de lutter contre l'isolement. Dans les réponses comme dans les propositions, les aidants familiaux apparaissent comme indispensables, mais encore insuffisamment accompagnés.

Sur ce sujet, la consultation révèle également un large soutien à l'idée d'une couverture prévoyance obligatoire, signe qu'une protection plus lisible et mieux sécurisée est attendue pour l'avenir.

Une parole appelée à nourrir la suite

Cette consultation n'est pas une fin en soi : elle constitue la première étape d'une démarche plus large de co-construction. Les résultats vont permettre de nourrir les ateliers territoriaux en cours, des groupes de travail nationaux et une convention démocratique, afin de faire émerger des solutions concrètes, partagées et adaptées aux réalités de terrain.

Pour la Mutualité Française Occitanie, ces enseignements appellent un débat exigeant, connecté aux réalités vécues et aux défis territoriaux de notre système de santé et de protection sociale. Ils traduisent une exigence forte de nos concitoyens : préserver la solidarité tout en construisant une protection sociale plus accessible, plus transparente et plus efficace pour toutes et tous.

Les États Généraux de la Santé et de la Protection Sociale

Des attentes citoyennes aux propositions concrètes : retour sur l'atelier de Montpellier

Dans le prolongement de la phase de consultation citoyenne, qui a révélé des attentes fortes pour refonder le système de santé et de protection sociale, la dynamique des États Généraux se poursuit par des ateliers organisés sur l'ensemble du territoire national. En Occitanie, nous avons organisé un atelier territorial, le 15 avril dernier à Montpellier, réunissant près de 80 participants.

Cette rencontre a marqué une nouvelle étape : celle du passage de l'expression des besoins à la co-construction de solutions. Professionnels de santé, acteurs de l'accompagnement, représentants associatifs, collectivités locales et territoriales, partenaires sociaux et institutionnels se sont ainsi retrouvés pour approfondir collectivement les enseignements issus de la consultation et les traduire en propositions opérationnelles.

Transformer la parole citoyenne en leviers d'action

Après plusieurs mois de mobilisation citoyenne, l'enjeu de cet atelier était clair : faire émerger des pistes concrètes à partir des priorités exprimées. Les échanges se sont structurés autour de grands thèmes déjà identifiés comme centraux :

- l'accès aux soins et l'accompagnement à tous les âges de la vie,
- la prévention,
- la gouvernance, l'organisation et la coordination de la protection sociale,
- la santé mentale.

Ces temps de travail collaboratifs ont permis d'aller plus loin dans l'analyse des difficultés rencontrées sur le terrain, tout en identifiant des leviers d'amélioration. L'objectif partagé : proposer des solutions réalistes, directement inspirées des besoins exprimés par les citoyens comme par les professionnels.

La journée s'est articulée autour de plusieurs séquences complémentaires (présentation des résultats de la consultation, ateliers de réflexion et restitution collective) favorisant à la fois l'appropriation des enjeux et la production d'idées concrètes.

La richesse d'une diversité d'acteurs mobilisés

L'un des enseignements majeurs de cet atelier réside dans la diversité des participants. En croisant des profils variés (professionnels de santé, structures médico-sociales, acteurs associatifs, représentants des usagers, organisations syndicales et partenaires institutionnels) les échanges ont gagné en profondeur et en pertinence.

Cette pluralité de regards a permis de confronter les expériences, d'enrichir les analyses et de faire émerger des propositions ancrées dans la réalité des territoires. En réunissant des expertises complémentaires, cette diversité de profils favorise l'élaboration de réponses plus équilibrées, plus concrètes et plus adaptées aux besoins des populations. Elle constitue donc un véritable atout dans cette démarche de co-construction.

Au-delà des contributions individuelles, c'est bien cette intelligence collective qui a donné toute sa valeur aux travaux menés à Montpellier, en cohérence avec l'esprit des États Généraux : faire dialoguer l'ensemble des acteurs pour construire des solutions partagées.

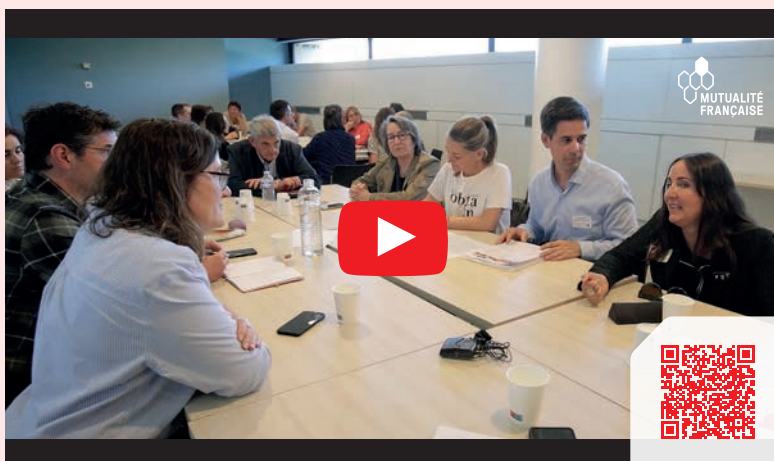
Une dynamique collective appelée à se poursuivre

Les propositions issues de cet atelier viendront nourrir la suite des travaux engagés à l'échelle nationale, notamment dans le cadre des groupes de travail et de la conven-

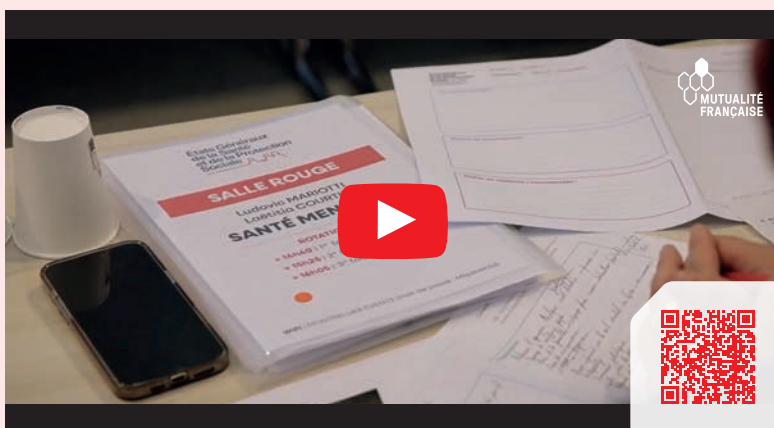


Découvrez les échanges réalisés lors des ateliers sur les thématiques :

» Prévention : une prise de conscience collective



» Santé mentale : tous concernés



Flashez les codes QR pour retrouver les vidéos

tion démocratique. Pour la Mutualité Française Occitanie, cette étape confirme l'importance d'un dialogue ouvert, structuré et ancré dans les réalités locales pour faire évoluer durablement notre système de santé et de protection sociale.

D'autres ateliers sont prévus sur la région, le 11 juin à Toulouse et le 30 juin à Narbonne.

Une dynamique partenariale

La réussite de cet atelier repose également sur l'engagement de partenaires pleinement investis dans cette démarche collective.

La Mutualité Française Occitanie tient à **saluer la mobilisation de la CFDT Occitanie, la CRSA Occitanie, la FEHAP Occitanie, l'UNA, l'UNSA et l'URIOPSS Occitanie.**

Leur engagement illustre une volonté partagée : construire, collectivement, un système de santé et de protection sociale plus accessible, plus lisible et plus efficace, au service de toutes et tous.



Des places d'Hébergement Temporaire en Sortie d'Hospitalisation (HT-SH) à l'EHPAD Bel'Air de Valence d'Albigeois

L'EHPAD Bel'Air propose des places d'Hébergement Temporaire en Sortie d'Hospitalisation (HT-SH) pour accompagner les personnes de plus de 60 ans après une hospitalisation ou lors d'une situation d'urgence. Un dispositif qui sécurise les parcours, favorise le retour à domicile et limite les risques de ré-hospitalisation.

L'EHPAD Bel'Air renforce son offre avec des places d'HT-SH. Destiné aux personnes de plus de 60 ans en perte d'autonomie, ce dispositif permet un accueil rapide et sécurisé après une hospitalisation ou lors d'une situation d'urgence à domicile.

Ces séjours temporaires (60 jours maximum) assurent une transition adaptée entre l'hôpital et le domi-

cile. Les résidents bénéficient d'un accompagnement complet et personnalisé, favorisant leur récupération et la préparation du retour à domicile dans les meilleures conditions. Ce dispositif contribue également à prévenir les ré-hospitalisations et apporte un soutien précieux aux aidants et aux familles. Financé par l'ARS, il est sans reste à charge pour la personne accueillie.

Cette évolution est une première étape pour l'EHPAD Bel'Air qui, à l'issue des travaux d'hyperspécialisation en gériatrie du site de Valence d'Albigeois, proposera également une unité de psychogériatrie et une unité de gérontopsychiatrie, en complément de l'hébergement classique.

Une maison partagée à Savenès : un projet innovant au service du bien vieillir

La commune de Savenès poursuit son engagement en faveur de l'accès aux soins et du lien social avec le lancement d'un projet de maison partagée, en partenariat avec la Mutualité Française Tarn-et-Garonne.

Déjà dotée d'une maison de santé pluriprofessionnelle réunissant onze praticiens, la commune, sous l'impulsion de sa maire Marie-Christine Coulon, franchit une nouvelle étape en développant une solution d'habitat innovante. Ce projet, porté par la Mutualité Française Tarn-et-Garonne, qui en assurera la construction et la gestion, constitue une première dans le département pour la

Mutualité, comme le souligne son président Serge Berrier.

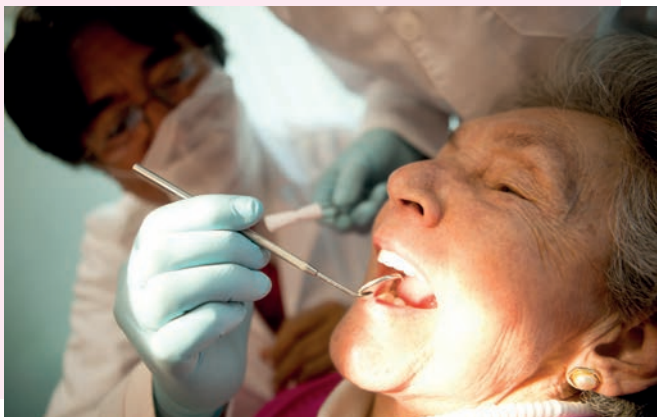
La future structure proposera à terme douze logements destinés à des personnes autonomes, souvent confrontées à l'isolement. Pensée comme une alternative entre le maintien à domicile et l'entrée en établissement, la maison partagée permettra de concilier espaces privatifs et vie collective, dans un environnement sécurisé, à proximité immédiate des professionnels de santé.

La première tranche de travaux débutera en septembre 2026 avec une livraison prévue en 2027. Au-delà de

sa dimension immobilière, ce projet traduit une vision globale du bien vieillir : maintenir les personnes dans leur environnement, préserver leur autonomie et lutter contre l'isolement. Il s'inscrit pleinement dans les orientations portées par la Mutualité en matière d'innovation sociale et de développement de solutions de proximité.

En associant étroitement une collectivité locale et un acteur mutualiste, la maison partagée de Savenès constitue un exemple inspirant de coopération territoriale au service de l'intérêt général.

Des partenariats qui s'intensifient entre la Mutualité Française Occitanie et les groupements



Une nouvelle dynamique de prévention au cœur des actions de l'Union de Gestion des Réalisations Mutualistes (UGRM)

En 2026, l'UGRM a engagé une nouvelle dynamique en lançant une démarche structurée de déploiement des activités de prévention. Cette orientation marque une étape importante dans la volonté de renforcer leur action au plus près des publics, en complément des activités de soins.

Former les équipes au secourisme en santé mentale : un engagement renouvelé en 2026 pour la Mutualité Française Haute-Garonne

La santé mentale occupe aujourd'hui une place centrale dans les pratiques professionnelles, quel que soit le secteur d'activité. Mieux comprendre, repérer et réagir face aux situations de fragilité est devenu un enjeu partagé par l'ensemble des équipes.

C'est dans cette dynamique qu'une nouvelle session de formation au secourisme en santé mentale a été organisée grâce au programme de prévention proposé par la Mutualité Française Occitanie. Cette édition a réuni des profils variés, rassemblant à la fois des professionnels de la petite enfance et des collaborateurs issus des services supports.

Pendant deux journées, les participants ont pu approfondir leurs connaissances des troubles psychiques les plus fréquents et s'approprier des outils concrets pour identifier les signaux d'alerte. L'objectif : permettre à chacun d'adopter une posture adaptée face à des situations de fragilité, tout en sachant orienter lorsque cela est nécessaire. En décloisonnant les approches,

Au cours du premier semestre 2026, des interventions ont été programmées dans cinq EHPAD répartis sur trois départements (l'Aveyron, la Haute-Garonne et les Hautes-Pyrénées) dans le cadre du programme « La vie à pleines dents longtemps » porté par la Mutualité Française Occitanie en soutien avec l'ARS Occitanie.

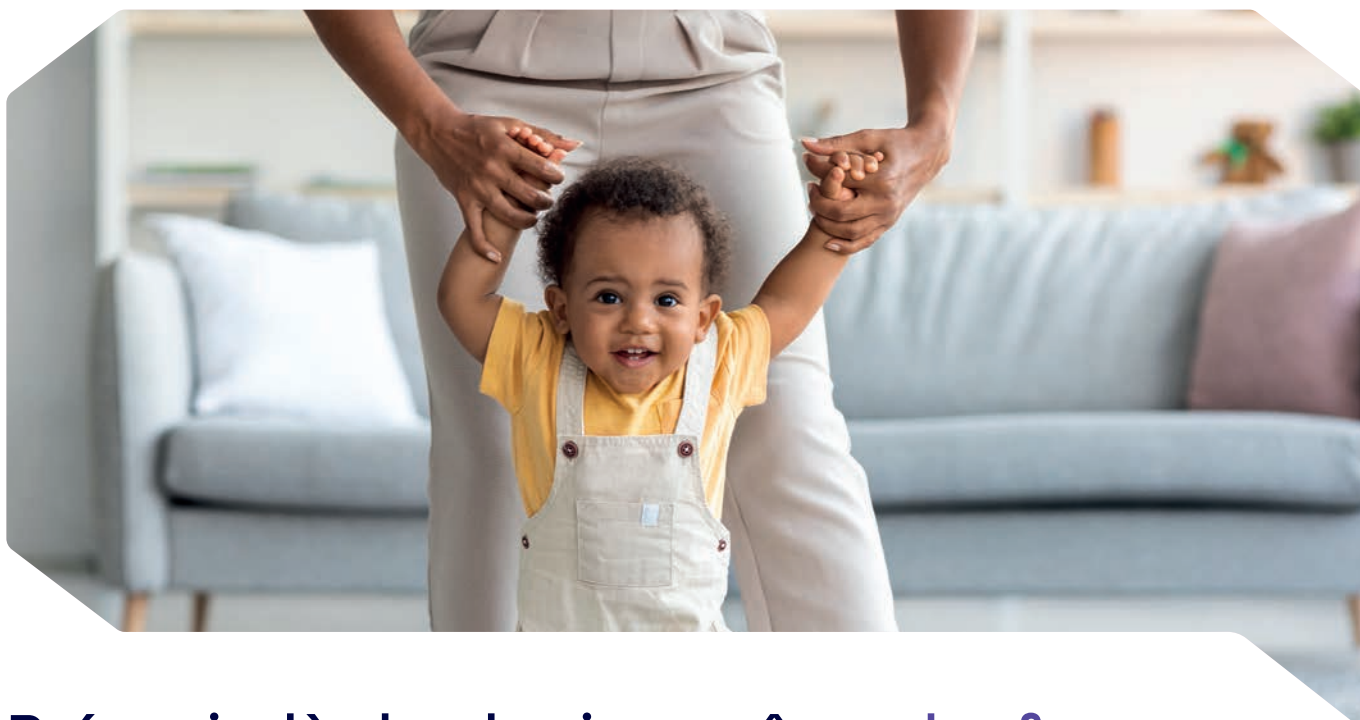
Une partie de ces actions a d'ores et déjà été réalisée, et les autres se dérouleront d'ici la fin du semestre. Elles combinent des temps de dépistage auprès des résidents, permettant d'identifier précocement certaines problématiques de santé bucco-dentaire, et des sessions de formation destinées aux professionnels soignants. L'objectif : renforcer les pratiques de prévention au quotidien et favoriser une meilleure prise en charge des publics âgés.

À travers cette initiative notamment, l'UGRM affirme son engagement en faveur d'une approche globale de la santé, fondée sur la prévention, la proximité et la réduction des inégalités d'accès aux soins. Cette dynamique a vocation à se poursuivre et à s'amplifier dans les mois à venir, en s'appuyant sur des partenariats solides et une présence accrue sur les territoires.

cette formation renforce la capacité collective des équipes à agir de manière cohérente et complémentaire.

Au-delà des apports théoriques, cette démarche s'inscrit dans une volonté plus large de soutenir les professionnels dans leurs missions et de promouvoir un environnement attentif aux vulnérabilités, qu'elles concernent les publics accompagnés ou les équipes elles-mêmes.





Prévenir dès le plus jeune âge : des forums santé ludiques et pédagogiques au service des familles

Sensibiliser les enfants à la santé constitue un enjeu majeur de prévention. Pour accompagner les familles de manière concrète et conviviale, la Mutualité Française Occitanie organise des forums « Santé du jeune enfant ».

Des rendez-vous pensés pour les familles

Ces forums réunissent, le temps d'une journée, des professionnels de santé, des associations et des intervenants spécialisés autour d'un objectif commun : transmettre aux parents et aux enfants les bons réflexes pour préserver leur santé au quotidien.

Des spectacles pédagogiques spécialement conçus pour les jeunes enfants

À travers des histoires, des chansons... les petits découvrent des thématiques essentielles comme l'équilibre alimentaire, la santé environnementale... Cette approche artistique permet de capter l'attention des enfants tout en facilitant la mémorisation des messages de prévention. Les parents, eux aussi, repartent avec des conseils simples à appliquer au quotidien.

Des ateliers variés animés par des professionnels

Tout au long de la journée, différents espaces permettent aux familles d'échanger directement avec des spécialistes :

- › **Alimentation avec une diététicienne** qui propose des animations autour du goût, des sucres cachés, de la composition des repas adaptés aux jeunes enfants.
- › **Prévention bucco-dentaire avec un chirurgien-dentiste** qui sensibilise les enfants à l'importance du brossage des dents grâce à des supports ludiques.
- › **Activité physique adaptée avec un éducateur** qui initie les enfants avec des parcours et des exercices favorisant le développement psychomoteur.
- › **Et aussi**, initiation aux gestes de premiers secours, santé environnementale, sélection de livres...

Une prévention de proximité avec les partenaires locaux

En favorisant le dialogue entre professionnels et familles, ces forums illustrent pleinement les valeurs mutualistes de solidarité, d'accès à la santé et de prévention pour tous.

À travers ces initiatives menées avec des partenaires historiques comme les PMI, les CAF, les CPAM, la prévention santé devient une expérience accessible, contribuant à construire dès le plus jeune âge les bases d'une santé durable.

Agenda des forums "Santé du jeune enfant" en 2026 :

- › le 3 juin à Carcassonne,
- › le 17 juin à Tarbes,
- › le 21 octobre à Nîmes.



Des ateliers à l'attention des seniors en partenariat avec les bailleurs sociaux

La Mutualité Française Occitanie, avec le soutien de la CARSAT Languedoc-Roussillon, organise des ateliers dédiés à l'alimentation et à la santé environnementale à destination des seniors résidant dans les logements administrés par des bailleurs sociaux.

Ces rencontres conviviales, proposées dans l'Aude, l'Hérault, le Gard, les Pyrénées-Orientales et la Lozère, ont pour objectif d'accompagner les personnes âgées dans l'adoption de gestes simples favorables à leur santé, à leur bien-être et à leur environnement.

Face aux enjeux liés au vieillissement, à l'isolement ou encore à la précarité alimentaire, ces ateliers proposent des conseils pratiques et accessibles pour mieux comprendre l'impact de l'alimentation sur la santé. Les participants découvrent notamment comment composer des repas équilibrés, lire les étiquettes alimentaires, limiter les produits ultra-transformés...

La santé environnementale occupe également une place importante dans ces actions de sensibilisation avec des thématiques concrètes du quotidien: qualité de l'air intérieur, produits ménagers, perturbateurs endocriniens, conservation des aliments, réduction des déchets... Les seniors sont encouragés à adopter des habitudes plus saines dans leur logement.

Ces ateliers constituent aussi de véritables moments de lien social, en favorisant les échanges entre habitants. Ils permettent de rompre l'isolement et de créer une dynamique collective au sein des résidences sociales.

Ces ateliers sont notamment organisés en partenariat avec la **Société Française d'Habitations Economiques (SFHE), filiale du groupe mutualiste Arcade-Vyv**, dont la mission d'intérêt général est de proposer un habitat de qualité à l'attention des ménages à revenu modeste. Elle renforce son action en faveur de l'accompagnement social en proposant à nos côtés, ces ateliers santé à leurs résidents.

Une seule santé, un même engagement : agir pour soi et pour la planète

Soucieuse des liens étroits entre environnement, santé humaine et santé animale, la Mutualité Française a développé l'action « Pleine santé : engagez-vous pour votre santé et notre planète ! ».

Ce cycle innovant est construit autour du concept "One Health - Une Seule Santé" et se déroulera en cinq ateliers :

- » Alimentation saine et durable,
- » Réduction de l'exposition aux polluants,
- » Usage raisonné des antibiotiques,
- » Préservation de la biodiversité,
- » Mobilité active.

Ces ateliers auront notamment pour objectifs d'apporter un socle commun de connaissances autour des grands enjeux environnementaux et d'initier des dynamiques d'action concrètes et adaptées à chacun.

Dans un souci de développement d'actions de prévention dites pro-metteuses, ces actions, déployées

dans toutes les régions de France, seront évaluées au niveau national afin d'en mesurer l'impact et la pertinence.

En 2026, ces cycles d'ateliers seront déployés sur quatre départements de l'Occitanie (le Gard, la Haute-Garonne, l'Hérault et le Tarn) et seront ensuite élargis à l'ensemble de la région en 2027.

Agenda des prochains rendez-vous



Juin

➤ 2 juin

LA SANTÉ MENTALE, PARLONS-EN !

Ciné-débat autour du film
"Différente" de Lola Doillon
Mirande (32)

DORMIR EN TOUTE SÉRÉNITÉ

Début des cycles d'ateliers
à destination des seniors
Lacaune • Anglès • Briatexte
Gaillac (81)

➤ 4 juin

SANTÉ AU FÉMININ, TOUTES CONCERNÉES !

Début des stages à destination
des femmes de 60 ans et plus
Toulouse • Saint-Gaudens • Plagnole
Léguevin • Eaunes • Aussonne • Revel
Colomiers • Plaisance-du-Touch (31)

➤ 4 & 5 juin

MA SANTÉ AU MENU

Stage nutrition à destination
des seniors
Mirande (32)

➤ 4, 11 & 18 juin

LOTO SENIORS : SANTÉ GAGNANTE À VOS CARTONS !

Loto santé suivi d'un atelier
sur la vue et l'audition puis
d'une journée de dépistages
Villemoustaussou (11)

➤ 5 juin

BALADE AU RYTHME DE LA NATURE !

Balade botanique
Villefort (48)

➤ 8, 15 & 22 juin

LOTO SENIORS : SANTÉ GAGNANTE À VOS CARTONS !

Loto santé suivi d'un atelier
sur la vue et l'audition puis
d'une journée de dépistages
Belvèze-du-Razès (11)

➤ 15 & 16 juin

BIENVENUE À LA RETRAITE

Stages à destination des futurs
et jeunes retraités
Gallargues-le-Montueux (30)
Tarbes (65)

➤ 16 juin

BIEN MANGER POUR BIEN VIEILLIR

Début des cycles d'ateliers
à destination des seniors
Agde • La Grande Motte
Montpellier • Saint-Pons-de-
Mauchiens (34)

MUT'ONLINE: MOUSTI KO

Webinaire santé animé par
une pharmacienne
En ligne

➤ 17 juin

L'ALIMENTATION ET LA SANTÉ BUCCO-DENTAIRE DU JEUNE ENFANT

Forum et spectacles en partenariat
avec la PMI des Hautes-Pyrénées
Tarbes (65)

➤ 25 juin

MUT'ONLINE: ACTIVEZ VOTRE CORPS, BOOSTEZ VOTRE CERVEAU !

Webinaire santé animé par
un enseignant en activité
physique adaptée
En ligne

Juillet

➤ 2 juillet

MUT'ONLINE: MA CUISINE SANS POLLUANT

Webinaire santé animé par
une éco-infirmière
En ligne

➤ 6 juillet

MUT'ONLINE: PROTÉGER LES ENFANTS DES RISQUES DE L'ÉTÉ

Webinaire santé animé par
une pédiatre
En ligne

Septembre

➤ 10 septembre

BIEN MANGER POUR BIEN VIEILLIR

Début des cycles d'ateliers
à destination des seniors
Villefranche-d'Albigeois • Valence
d'Albigeois • Cordes-sur-Ciel •
Caucalières (81)

➤ 12 septembre

DANSER POUR PRÉVENIR LES CHUTES

Début des cycles d'ateliers
à destination des seniors
Poussan • Sète • Saint-Clément-
de-Rivière • Boirargues • Nizas •
Gignac (34)

➤ 14 septembre

CAP SUR MA SANTÉ !

Début des journées "parcours
santé" à destination des seniors
Nîmes • Beaucaire • Rochefort-
du-Gard • Bagnols-sur-Cèze •
Saint-Ambroix • Sommières • Alès
Pont-Saint-Esprit (30)

EN AVANT, MARCHÉ !

Début des cycles de balades
à destination des seniors
Labège • Lavalette • Longages •
Saint-Félix-Lauragais • Saint-Geniès-
Bellevue • Saint-Lys (31)

➤ 19 septembre

LE BURN-OUT PARENTAL

Conférence santé
Cahors (46)

➤ 21 septembre

MON DOS MA SANTÉ

Début des cycles d'ateliers
à destination des seniors
Aubin • Jouels (12)

➤ 28 septembre

BIEN MANGER POUR BIEN VIEILLIR

Début des cycles d'ateliers
à destination des seniors
Nîmes • Saint-Ambroix • Beaucaire
Pont-Saint-Esprit (30)

➤ 29 septembre

MON DOS, MA SANTÉ

Début des cycles d'ateliers
à destination des seniors
Collet-de-Dèze (48)

➤ 30 septembre

BIEN MANGER POUR BIEN VIEILLIR

Début des cycles d'ateliers
à destination des seniors
Sérignac • Montricoux • Caylus •
Cazes-Mondenard • Montauban (82)

Octobre

➤ 5 octobre

UN VOYAGE DANS MA MÉMOIRE

Début des cycles d'ateliers
à destination des seniors
Nîmes • Alès • Rochefort-du-Gard
Beaucaire (30)

DORMIR

EN TOUTE SÉRÉNITÉ

Début des cycles d'ateliers
à destination des seniors
Sarric-Bigorre • Barbazan-Dessus (65)

➤ 7 octobre

GÉRER MON STRESS ET MES ÉMOTIONS AU QUOTIDIEN

Début des cycles d'ateliers
à destination des seniors
Sérignac • Montricoux • Caylus •
Cazes-Mondenard • Montauban (82)

➤ 14 octobre

LES COULEURS DU BIEN-ÊTRE

Stand sur la colorimétrie
Marvejols (48)

➤ 17 octobre

LA SANTÉ DES FEMMES, PARLONS-EN !

Ciné-débat autour du film
"La maison des femmes"
de Mélisa Godet
Mende (48)

CONTES ET CONTRÉES

Balade santé
Bozouls (12)

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

occitanie.mutualite.fr

