



## Les rendez-vous prévention de septembre à décembre 2017

Votre mutuelle **Mgen** et sa **Fondation de la Route** vous invitent à participer gratuitement à son village de prévention de risques routiers à La Rochelle .

du mardi 26 au vendredi 29 septembre 2017



### VILLAGE PRÉVENTION DES RISQUES ROUTIERS

Du mardi  
26/09  
au vendredi  
29/09  
de 9h à 17h30



**MGEN et la  
Fondation de la Route  
vous invitent à participer  
gratuitement aux ateliers  
de sensibilisation et prévention  
des risques routiers :**

- Avec son tapis « alcool ».
- Ses simulateurs de conduite auto et moto.
- Sa voiture tonneau.
- Ses tests par ergovision.
- Les gestes qui sauvent présentés par des pompiers.
- Les missions de la gendarmerie et de la police nationale.

**Le parvis  
Fernand Braudel**  
De la faculté de Langues,  
Arts et Sciences Humaines  
17000 La Rochelle

#### Partenaires



## Rencontre Santé

AIDANTS, VOTRE SANTÉ PARLONS-EN !



### Aidants, votre santé parlons-en!

Vous accompagnez régulièrement un proche (conjoint, enfant, parent, ami, ...) touché par la maladie, le handicap ou la dépendance du fait de l'âge. Vous ressentez peut-être une fatigue morale ou physique. Vous manquez de temps et d'énergie pour penser à vous. Pourtant, parler de sa santé, expérimenter de nouvelles activités, peut permettre de se sentir mieux.

Mutualité française Poitou-Charentes

En partenariat avec la Mutualité Française, **Mgen** vous invite à participer à une rencontre ouverte à tous sur **la santé des aidants**.

**Ciné-débat « Trajectoires d'aidants » :**

**Le jeudi 5 octobre 2017** de 14h30 à 16h30

Maison de la Charente-Maritime (ex IUFM), 49 av. Aristide Briand à La Rochelle

**3 ateliers thématiques :**

Atelier « Aidant et en forme » : **le jeudi 12 octobre 2017**

Atelier « Aidant et heureux » : **le jeudi 19 octobre 2017**

Atelier « Aidant, mais pas seulement... » : **le jeudi 26 octobre 2017**

De 14h30-16h30

Maison Associative de la Santé, avenue de Bourgoigne à La Rochelle

**Accès gratuit**

Renseignements et inscriptions :

06 48 43 39 43 ou 05 46 27 09 63

**Si vous êtes un mutualiste aidant, n'hésitez pas à contacter votre section Mgen pour faire un bilan de votre situation et de vos droits aux prestations d'action sociale.**

### Je Sport de Chez Moi !

Pour vous remettre au **sport en douceur**, après une maladie, venez découvrir des activités physiques adaptées et partager un moment de convivialité : *Tai-chi, marche nordique, Capoeira, tir à l'arc...*

Vous invitez  
aux Rencontres  
Seniors

Je **SPORT**  
DE CHEZ MOI !

Des ateliers sport-santé pour reprendre une activité physique en douceur !

INFOS | 07 89 33 04 71 | CONTACT@MFPC.FR

- à La Rochelle : 17 rendez-vous tous les mardis de 10h à 12h du 03/10/17 au 23/01/18  
au complexe sportif Ruibet -dojo 2  
52, rue des Remparts des Voiliers  
- à **Saintes** : Sport Santé du 9/11/17 au 5/04/18  
(lieu à préciser)  
Ateliers gratuits sur inscription 07 89 33 04 71/contact@mfpc.fr

Mutualité Française Poitou-Charentes



## Longue vie à la vue !

Votre vision est un capital à préserver .  
C'est pourquoi, **Mgen**, en partenariat avec la **Mutualité Française Poitou-Charentes**, vous invite à faire le point sur  **votre santé visuelle** :

**mardi 12 décembre 2017**  
de 14h à 17h

**A la Salle des Fêtes de Villeneuve-les-Salines,**  
Avenue Billaud Varennes à **La Rochelle**

Une **conférence-débat** « Seniors, prenez soin de votre vue ! » animée par un **médecin ophtalmologiste** et **4 ateliers** pour apprendre à préserver son capital visuel :

- **La nutrition et la vue** animé par une diététicienne nutritionniste
- **Aides et dispositifs visuels** animé par un opticien mutualiste
- **A la découverte d'un parcours moteur** animé par un intervenant conseil en accessibilité du Centre Régional Basse Vision et Troubles de l'Audition
- **Jeux et dépistages visuels** animés par un opticien mutualiste

Accès libre - contact@mfpc.fr

**MMMIEUX**  
CONNECTÉ À MA SANTÉ

## Et si votre santé se portait mieux grâce à **MMMIEUX.fr** ?

Permettre à chacun d'être **mieux dans son corps**, **mieux dans sa tête** et **mieux dans sa vie**, tel est l'objectif du site Mgen de prévention.

Un site **personnalisé**, vous bénéficiez d'informations et de conseils personnalisés, **pratique**, **ludique** et **pédagogique**.

mmmieux.fr

Cet email a été envoyé à {EMAIL}.  
Vous avez reçu cet email car vous vous êtes inscrit sur MGEN17.

Se désinscrire

Envoyé par

