

Prévenir pour que chacun [re]devienne acteur de sa santé

La santé est définie par le fonctionnement plus ou moins harmonieux de l'organisme, sur une période assez longue. Elle se construit **dès le plus jeune âge**.

Nos habitudes de vie, nos modes de consommation, notre hygiène alimentaire influencent **notre santé**, l'apparition ou l'aggravation de certains symptômes ou maladies.

La Prévention est un enjeu de santé publique

Être informé ou adopter les **bons réflexes**, et un comportement favorable à sa santé, c'est écouter son corps et prévenir l'apparition de maladies.

Le Pôle Prévention de Mutami est un service **dédié à la prévention** et à la promotion de la santé, à destination de tous nos adhérents.

Le programme d'actions et d'animations mis en place est réalisé grâce à un solide **maillage local de partenaires** associatifs, institutionnels, professionnels et sociaux.

Il est le lien avec la définition même de la prévention et **visé à valoriser** « *l'ensemble des mesures visant à éviter ou réduire le nombre et la gravité des maladies, des accidents et des handicaps* » (OMS 1948).



Mutami Prévention, c'est quoi ?

- C'est un service interne à la mutuelle et animé par une équipe professionnelle dédiée à la Prévention et à la promotion de la santé
- C'est défendre le droit à la prévention, quelque soit le parcours de vie, les conduites individuelles et les dimensions psychosociales
- C'est prendre en compte les inégalités sociales en santé par l'information sur les territoires isolés ou éloignés et pour les populations vulnérables

Et pour moi, adhérent.e, concrètement ?



Un accès gratuit et facilité aux informations, connaissances et savoir-faire favorables à la santé grâce à notre site internet et notre application mobile



Des ateliers, conférences et **rendez-vous santé**



L'acquisition, le renforcement et/ou la valorisation des compétences et aptitudes de chacun, afin d'être ou de **devenir acteur de sa santé et de son bien-être**



Un engagement citoyen, au travers de nos comités territoriaux, par votre participation et votre soutien envers notre parcours de prévention