

Priorité Santé Mutualiste informe, soutient et accompagne les adhérents des mutuelles sur leurs questions de santé. Être aidé pour choisir un établissement, un médecin ou une association, être soutenu par un professionnel de santé, partager ses expériences, c'est mettre toutes les chances de son côté pour prévenir ou faire face à la maladie.

Marc, victime d'un accident cardio-vasculaire.



### Conseils

J'avais besoin de reprendre une activité sportive. Priorité Santé Mutualiste m'a donné les coordonnées d'une association adaptée près de chez moi. J'ai trouvé le sport qui me convient.

### Échange

Ma femme a participé à la Rencontre santé "Les gestes qui sauvent". Ça l'a rassurée.

### Information

Mes enfants me posent beaucoup de questions sur mon accident. La documentation transmise par Priorité Santé Mutualiste m'aide à y répondre.

### Programme d'équilibre alimentaire

Je dois veiller à mon alimentation. Je suis donc un programme avec une diététicienne qui m'appelle régulièrement.



## Priorité Santé Mutualiste s'engage

- 
**Qualité**  
 Les Rencontres santé sont organisées par des professionnels en prévention et promotion de la santé, en collaboration avec des experts reconnus. Elles s'appuient sur des méthodes, outils et techniques d'animation qui ont fait leur preuve.
- 
**Proximité et accessibilité**  
 Les Rencontres santé se déroulent dans toutes les régions. Elles permettent ainsi à une large population d'avoir accès à une information santé de qualité.
- 
**Convivialité**  
 Espace d'information et de questions, d'échange et d'écoute, les Rencontres santé réunissent des personnes vivant des situations similaires. Elles peuvent prendre la forme de conférences-débats, théâtre forum, journées de repérage ou encore de groupes d'échanges ou d'ateliers restreints.
- 
**Soutien**  
 Les Rencontres santé s'inscrivent dans une démarche ponctuelle ou suivie dans le temps depuis la prévention et le dépistage jusqu'à l'accompagnement pendant et après la maladie.

Priorité Santé Mutualiste - Septembre 2010. Crédits photos : Getty Images.

Être accompagné

Échanger

Trouver des réponses



[www.prioritesantemutualiste.fr](http://www.prioritesantemutualiste.fr)



[www.prioritesantemutualiste.fr](http://www.prioritesantemutualiste.fr)

Priorité Santé Mutualiste est un Réseau de santé constitué de la Fédération Nationale de la Mutualité Française, de ses Unions régionales et d'un ensemble de mutuelles. Conformément à la loi n°78-17 du 6 janvier 1978 modifiée relative à l'informatique, aux fichiers et aux libertés, le droit d'accès, de rectification ou de suppression des données s'exercent auprès du responsable du centre de contact (Priorité Santé Mutualiste, TSA 51522, 75901 Paris Cedex 15). Priorité Santé Mutualiste est un service réservé aux adhérents des mutuelles de la Mutualité Française et à leurs ayants droit.



# Les Rencontres Santé, pour vous et votre famille.



*Une nouvelle manière de trouver des réponses à vos questions, de partager votre expérience et de vous sentir moins seul face à la maladie.*

## Vous souhaitez échanger avec des personnes dans la même situation que vous ?



Laetitia

Lorsque mon fils sort avec ses amis, il boit beaucoup. J'ai entendu parler de Priorité Santé Mutualiste et j'ai appelé le 3935. Là, ils m'ont conseillée d'assister à un groupe de parole qui réunit des parents dans la même situation que moi. Ça fait du bien de sentir que l'on n'est pas seul.



Pierre

J'ai un cancer et je suis suivi par une équipe très compétente, mais j'avais besoin de parler de ma maladie dans un lieu anonyme. C'est en discutant avec mon conseiller mutualiste que j'ai découvert les Rencontres santé et les groupes de parole. Animés par une psychologue clinicienne, c'est une bonne occasion de « vider un peu son sac ».

## Vous souhaitez bénéficier d'un accompagnement dans le temps ?



Michel

La maladie d'Alzheimer me préoccupe et surtout ses effets. En lisant la revue de ma mutuelle, j'ai appris qu'elle organisait des ateliers pour stimuler la mémoire. Depuis, je participe à des séances d'1h30 pour faire des exercices tout simples. En groupe, c'est plus motivant !



Martin

J'ai plusieurs kilos à perdre mais je n'arrive pas à suivre un régime seul. Sur le site Priorité Santé Mutualiste, j'ai découvert des ateliers sur la nutrition et l'activité physique. Des professionnels m'apprennent à construire des menus équilibrés et à intégrer l'activité physique dans mon quotidien.

## Vous vous intéressez à la santé en général et souhaitez trouver des réponses ?



Elisabeth

Ma mutuelle m'a invitée à une conférence sur les médicaments. Plusieurs sujets étaient abordés : les médicaments de base à avoir pour toute la famille mais aussi les risques liés aux interactions médicamenteuses. C'était très instructif. Ça m'a donné l'occasion de faire du tri dans mon armoire à pharmacie.



Corinne

La vue de ma mère baisse et je m'inquiète pour l'avenir. Grâce à la revue de ma mutuelle, je suis allée à une conférence sur la vue des seniors, tout près de chez moi. Un ophtalmologiste nous a expliqué le vieillissement de l'œil et les maladies associées. C'était très intéressant et surtout, très accessible.

## Où trouver une Rencontre santé près de chez vous ?

### Appellez le



**3935**  
Prix d'un appel local à partir d'un poste fixe  
Du lundi au vendredi de 9h à 19h

Des conseillers vous renseignent sur les Rencontres santé de votre région.

### Connectez-vous sur

[www.prioritesantemutualiste.fr](http://www.prioritesantemutualiste.fr)



Une carte de votre région est en ligne avec le lieu, la date, le contact et le thème de chaque Rencontre santé.

### Contactez votre mutuelle

Parce qu'elle vous accompagne tout au long de votre vie, votre mutuelle connaît particulièrement bien vos préoccupations de santé. Pour y répondre, elle vous invite à des Rencontres santé. Contactez-la pour connaître les dates des prochaines manifestations.