

Prévention : être en bonne santé et le rester !

REMPART PRÉVENTION PARTICULIERS / ENTREPRISES

Pour améliorer la santé de ses adhérents, la **MUTUELLE DU REMPART** s'engage dans une démarche active de prévention des risques, par des actions concrètes et prises en charge. Conseils préventifs, incitation à la pratique sportive, dépistages, vaccinations, aide à l'arrêt du tabac... Autant de gestes simples que la **MUTUELLE DU REMPART** encourage, pour le bien-être de tous !

Pour tout renseignement sur la prévention et nos actions de partenariat, contactez **notre coordinatrice prévention Marie LAFONT** au 05 62 15 07 22.



L'ENCOURAGEMENT À L'ACTIVITÉ SPORTIVE

La pratique régulière d'une activité physique améliore considérablement la qualité de vie et préserve notre santé. Pour autant, cette démarche est parfois difficile, et nombreuses sont les raisons qui la repoussent au lendemain. Aussi, pour une santé mieux préservée, la **MUTUELLE DU REMPART** aide ses adhérents à trouver la formule qui leur conviendra le mieux pour lutter au quotidien contre la sédentarité, par le biais de partenariats choisis.

CAP VITALIA

Cette association, qui a pour but l'encadrement et la promotion d'une activité physique de santé, assure des séances collectives d'activité physique d'entretien. Au travers d'exercices simples encadrés par des éducateurs formés, Cap Vitalia propose d'apprendre à améliorer sa condition physique générale et à développer son potentiel d'action.



MOVIDA

La **MUTUELLE DU REMPART** a signé un partenariat avec le réseau de salles de sport Movida. Ainsi les adhérents de la mutuelle bénéficient d'une séance découverte gratuite : l'occasion idéale de s'initier aux activités adaptées à leur bien-être et à l'entretien de leur forme !



COMITÉ DÉPARTEMENTAL D'ÉDUCATION PHYSIQUE ET DE GYMNASTIQUE VOLONTAIRE DE LA HAUTE-GARONNE

Engagé dans la lutte contre la sédentarité, ce réseau d'associations partenaire de la **MUTUELLE DU REMPART** propose une grande variété d'activités sport-santé, destinées à tout public dès l'âge de 9 mois.



LA PREVENTION EN ACTION

ASTERIA : UN RÉSEAU D'INFORMATIONS PRÉVENTIVES

En partenariat avec la **MUTUELLE DU REMPART**, les infirmières cliniciennes du réseau Asteria proposent à tout adhérent un plan de prévention personnalisé en relation avec des diététiciennes, des ostéopathes ou des psychothérapeutes, tout cela en accord avec le médecin traitant.

SALON PRÉVENTICA 2009

Pour la deuxième fois, la **MUTUELLE DU REMPART** fait partie du comité de parrainage de ce salon, qui est une véritable référence dans le domaine de l'hygiène, de la sécurité, de l'ergonomie et de la santé au travail. La **MUTUELLE DU REMPART** confirme ainsi sa volonté d'accompagner ses entreprises adhérentes, en faveur de la prévention pour le bien-être et la sécurité de leurs salariés. Venez nous y retrouver !



ostéopathe gratuit (voir conditions sur le coupon ci-contre), et s'engage à rembourser jusqu'à **4 séances d'ostéopathie par an** de 20 à 35 € par séance*, chez tout ostéopathe diplômé.

* Nombre et montant variables selon les garanties souscrites
OFFRE SPECIALE MUTUELLE DU REMPART
1 bilan ostéopathique
ou 1 consultation à l'Institut Toulousain d'Ostéopathie
 valable pour l'année 2009 pour 1 personne par foyer.
 Sur présentation de ce coupon original et votre carte mutualiste 2009.
Clinique Ostéopathique
 Village d'Entreprises
 rue Jean Rostand - 31670 Labège
 Tél. 05 61 00 51 51
 www.ito.fr

L'OSTÉOPATHIE POUR RÉÉQUILIBRER SA SANTÉ

Science thérapeutique manuelle corrective adaptée à tous les âges, l'ostéopathie permet de prévenir certains dysfonctionnements. Partenaire de l'Institut Toulousain d'Ostéopathie depuis 2007, la **MUTUELLE DU REMPART** propose à ses adhérents de bénéficier d'un bilan