

À vos marques... Santé, Bougez ! Atelier d'initiation à l'activité physique avec Harmonie Mutuelle

Jeudis 2 et 16 avril 2020 – de 14h à 16h à Guéret

Harmonie Mutuelle, en partenariat avec l'épicerie sociale et solidaire « Papote & Mijote », organise **deux séances d'initiation à l'activité physique** les jeudis 2 et 16 avril de 14h à 16h à Guéret.

Au programme :

- Aérobic
- Mobilisation corporelle et articulaire
- Renforcement musculaire

Afin d'être à l'aise durant la séance, une tenue décontractée et des chaussures adaptées à l'activité sportive sont recommandées aux participants.

Animés par un coach sportif, ces ateliers sont **gratuits et ouverts à tous** sur simple inscription au **05.55.51.98.76**.

Afin de garantir la qualité des échanges, le nombre de places est limité.

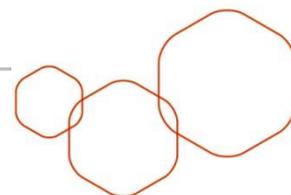
Harmonie Mutuelle, partenaire du sport et de la santé

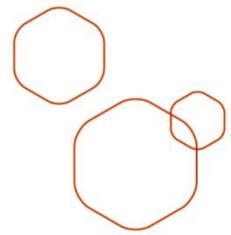
L'activité physique est un atout santé à tout âge, c'est la raison pour laquelle Harmonie Mutuelle et l'épicerie sociale et solidaire « Papote & Mijote » ont souhaité mettre en place ces deux ateliers.

Fidèle à sa vocation mutualiste, Harmonie Mutuelle met au centre de son action la solidarité et la santé de ses adhérents. En ce sens, la mutuelle soutient des actions de prévention et de promotion de la santé sur l'ensemble du territoire à travers des événements sportifs, culturels ou solidaires auprès des acteurs locaux.

« Harmonie Mutuelle a pour vocation d'assurer et d'accompagner ses adhérents dans leur vie mais aussi de préserver et prévenir la santé de tous. À travers ces ateliers d'initiation à l'activité physique, nous avons à cœur d'encourager la pratique d'une activité physique à tout âge, qui favorise un comportement bénéfique pour la santé. »

Stéphane Kergourlay, Directeur Régional Sud-Ouest d'Harmonie Mutuelle





À propos d'Harmonie Mutuelle

Pour Harmonie Mutuelle, la santé est un capital qu'il faut promouvoir en agissant sur tous ses déterminants (physiques, économiques, sociaux, culturels, environnementaux...). **Acteur de santé globale**, elle accompagne ses adhérents dans leur parcours de vie et ses entreprises clientes dans leurs responsabilités vis-à-vis de leurs collaborateurs, en apportant des réponses solidaires et innovantes en **prévention, santé et prévoyance**.

Entreprise à **but non-lucratif**, elle s'engage au plus près de chacun pour le mieux vivre de tous par une approche à la fois démocratique et experte et propose des solutions mutualistes collectives et personnalisées, notamment grâce à ses réseaux partenaires (optique, audio et dentaire) et ses services de soins et d'accompagnement.

Ses valeurs **d'ouverture, de confiance, de transparence et de solidarité** lui permettent de tisser un lien pérenne avec ses adhérents/clients mais aussi d'accompagner les évolutions de la société en participant à la construction du 1^{er} groupe de protection sociale mutualiste : le Groupe VYV.

Harmonie Mutuelle en chiffres :

- Plus de **4,6 millions de personnes protégées**
- **Près de 1 700 élus** sur le territoire représentant les adhérents et les clients
- **Près de 60 000 entreprises clientes**
- **4 547 collaborateurs**
- **2,44 milliards d'euros de cotisations santé bruts de réassurance**
- **Près de 1000 services de soins et d'accompagnement mutualistes au sein du Groupe.**

À propos du Groupe VYV

Le Groupe VYV, 1^{er} acteur mutualiste de santé et de protection sociale en France

Le Groupe VYV (MGEN, Harmonie Mutuelle, Mutuelle Nationale Territoriale, MGEFI, Harmonie Fonction Publique, Mutuelle Mare-Gaillard...), créé en 2017, œuvre au quotidien pour être utile à tous et à chacun tout au long de leur vie. L'ensemble des composantes du groupe et leurs 40 000 collaborateurs, protège 10 millions de personnes et propose des solutions adaptées à plus de 72 000 employeurs publics et privés. Il totalise un chiffre d'affaires de 10 milliards d'euros en assurance santé, en prévoyance, en soins et services d'accompagnement et en épargne retraite.

Au sein du groupe, VYV Care porte la stratégie de développement de l'offre de soins et de services. VYV Care rassemble plus de 1 000 structures, 25 000 collaborateurs, répartis dans 3 pôles d'activités : médico-social, sanitaire et biens médicaux.

Acteur engagé, avec 10 000 élus dont près de 2 600 délégués, le Groupe VYV innove et anticipe pour construire une société plus équitable et socialement responsable. Le Groupe VYV s'affirme comme un véritable entrepreneur du mieux-vivre.

www.groupe-vyv.fr 

Contacts presse Région Sud-Ouest :

Florence Millet - 06 62 01 77 61 - florence@millet-rp.fr

Isabelle Lhomme - 06 85 31 22 21 - isabelle.lhomme@harmonie-mutuelle.fr

Anne-Francine Gieudes - 06 33 90 63 86 - anne-francine.gieudes@harmonie-mutuelle.fr

Cyrielle Entraygues - 06 31 12 79 64 - cyrielle.entraygues@harmonie-mutuelle.fr