



## Harmonie Mutuelle organise une conférence prévention sur les risques cardiovasculaires et l'activité physique adaptée Lundi 12 octobre de 18h00 à 20h00 à Montauban

Montauban, le 21 septembre 2020 - Harmonie Mutuelle propose aux Montalbanais.e.s de participer gratuitement à une conférence sur les risques cardiovasculaires et l'activité physique adaptée (APA) lundi 12 octobre de 18h à 20h à Montauban\*.

Au programme de cette soirée animée par un Éducateur-Préventeur :

- 1ère partie théorique : Définition et recommandation d'une activité physique adaptée

Les bienfaits de l'APA sur les risques cardiovasculaires

Les précautions à prendre

- 2nde partie : Mise en pratique avec une initiation à l'APA

- 3ème partie théorique : Informations et questions diverses

Pour y participer, il suffit de s'inscrire gratuitement en téléphonant au 05.55.79.01.30 ou en cliquant sur le lien suivant : <https://www.eventbrite.fr/e/billets-prevention-des-risques-cardiovasculaires-et-activite-physique-adaptee-103124452012>

\* L'adresse précise sera communiquée à la confirmation de l'inscription des personnes

### Harmonie Mutuelle, partenaire de l'APA et de la santé

L'activité physique adaptée est un atout santé à tout âge, c'est la raison pour laquelle Harmonie Mutuelle organise cette conférence.

« 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**

### Les maladies cardiovasculaires : comprendre pour mieux prévenir

Les maladies cardiovasculaires, qui n'en a pas entendu parler ? Mais qu'est-ce que c'est vraiment ? Qui est concerné ? Pourquoi ça arrive ? Comment les prévenir ? Comment les détecter ? Comment vivre après ?

« La prévention dans le domaine cardio-vasculaire, on en parle peu et l'on a tendance à l'oublier. C'est pourquoi nous organisons cette conférence afin de sensibiliser les personnes aux facteurs de risque, aux connaissances de ces pathologies ainsi qu'à leur traitement.

On a tendance à penser que ce sont les personnes âgées qui sont principalement concernées, or on dénombre 400 morts chaque jour, de tout âge, c'est même la première cause de mortalité chez les femmes. Il est donc

*important d'être suivi régulièrement par un médecin pour surveiller les principaux facteurs de risque : hypertension, diabète, cholestérol, tabac, manque d'activité physique... Le fait de changer son comportement suffisamment tôt permet de réduire les risques. »*

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

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.

### **À propos d'Harmonie Mutuelle**

Pour répondre aux nouveaux enjeux de protection sociale, Harmonie Mutuelle affirme que seul le pouvoir du collectif peut apporter des réponses efficaces notamment pour lutter contre les fractures sociales et territoriales.

Harmonie Mutuelle membre fondateur du Groupe VYV propose et invente des solutions de solidarité qui donnent à chacun les moyens d'être acteur de sa santé et de la société. Une société qu'Harmonie Mutuelle veut plus inclusive, plus équitable et plus solidaire.

Acteur majeur du mutualisme en France, Harmonie Mutuelle s'engage aux côtés des entreprises et des entrepreneurs qui veulent agir dans l'intérêt collectif et les accompagne dans la protection et le développement de leur capital humain. Nos offres assurantielles (en santé, prévoyance, épargne-retraite...) sont amplifiées par la création de lien social et la mise en relation avec des pairs, des experts et des partenaires.

Acteur du temps-long et des transformations sociales et écologiques, Harmonie Mutuelle protège 4,6 millions de personnes et s'attache à gérer un système de redistribution financière (sous forme de prestations santé et de placements alimentant l'économie réelle notamment) et à réaliser des investissements (fonds d'amorçage, fonds capital développement) pour mettre en place des solutions digitales et technologiques santé.

L'engagement de nos 2 000 représentants élus, l'implication de nos 4 700 salariés, la pertinence de notre modèle et la puissance du Groupe VYV sont autant de forces sur lesquelles nous nous appuyons au quotidien au cœur des territoires et des réseaux locaux, aux côtés des professionnels de santé et des partenaires économiques et sociaux.

*Harmonie Mutuelle, Avançons collectif*

### **À propos du Groupe VYV**

#### **Le Groupe VYV, entrepreneur du mieux-vivre**

Le Groupe VYV est le 1er acteur mutualiste de santé et de protection sociale en France. Autour de ses 4 métiers (assurance, offre de soins, services et habitat), le Groupe VYV développe des offres complètes et personnalisées pour accompagner et protéger tous les individus tout au long de la vie.

Pour aller plus loin dans l'accompagnement, le Groupe Arcade-VYV, nouveau pilier du Groupe VYV, propose un dispositif inédit visant à promouvoir le logement comme un vrai déterminant de santé. Le Groupe Arcade-VYV est le 4e bailleur social de France, par la taille de son parc HLM qui représente 170 000 logements, 5 500 logements construits par an et 681 établissements adaptés aux publics spécifiques.

Créé en 2017, le Groupe VYV œuvre au quotidien pour être utile à tous et à chacun. L'ensemble des composantes du groupe protège 11 millions de personnes au sein de son écosystème et propose des solutions adaptées à plus de 88 000 employeurs publics et privés.

Le chiffre d'affaires du groupe, intégrant une évaluation du chiffre d'affaires des entités de l'UGM VYV Coopération, est d'environ 10 milliards d'euros ; sur le seul périmètre combiné du Groupe VYV, le chiffre d'affaires est de 8,7 milliards d'euros. 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.

Au sein du Groupe VYV, VYV<sup>3</sup> (anciennement VYV Care), a pour ambition de développer une offre de soins de qualité, socialement performante et innovante, au plus près des territoires. L'offre de soins et de services du Groupe VYV, rassemble différents métiers autour de plusieurs pôles : les soins, les produits et services, l'accompagnement. Avec 1 200 établissements de soins et de services en France, VYV<sup>3</sup> compte 25 000 collaborateurs et 1 700 élus. Son chiffre d'affaires est de 1,8 milliard d'euros (1,7 milliard d'euros en périmètre combiné Groupe VYV).

[www.groupe-vyv.fr](http://www.groupe-vyv.fr)

#### **Contacts presse Harmonie Mutuelle Région Sud-Ouest :**

Florence Millet - 06 62 01 77 61 - [florence@millet-rp.fr](mailto:florence@millet-rp.fr)

Isabelle Lhomme - 06 85 31 22 21 - [isabelle.lhomme@harmonie-mutuelle.fr](mailto:isabelle.lhomme@harmonie-mutuelle.fr)

Anne-Francine Gieudes - 06 33 90 63 86 - [anne-francine.gieudes@harmonie-mutuelle.fr](mailto:anne-francine.gieudes@harmonie-mutuelle.fr)

Cyrielle Entraygues - 06 31 12 79 64 - [cyrielle.entraygues@harmonie-mutuelle.fr](mailto:cyrielle.entraygues@harmonie-mutuelle.fr)