

Communiqué de presse



aéma GROUPE

Sochaux, le 18 mars 2024

“Rencontres santé & bien-être”

La Macif invite les habitants de Sochaux à prendre soin de leur santé

Samedi 06 avril 2024 de 10h à 17h
Musée de l’Aventure Peugeot (25)



crédit photo : CD / GRAPHIC OBSESSION

Dans le cadre de son engagement pour une prévention santé accessible à tous, la Macif organise les “Rencontres santé & bien-être” au Musée de l’Aventure Peugeot à Sochaux (25) le samedi 06 avril prochain. Lors de cette journée inédite, de nombreux ateliers seront proposés gratuitement pour prendre soin de sa santé et bénéficier des conseils de nombreux experts tels que diététicien, sophrologue, éducateur sportif ou encore art thérapeute... L’occasion pour les participants de s’initier à de nouvelles activités pour agir sur leur santé au quotidien. Une conférence sera également organisée autour des bienfaits de la danse dans la prévention des maladies chroniques, suivie d’une initiation au tango.

Entrée libre - inscription obligatoire et programme
vousparmacif.macif.fr/sochaux

>> Des stands d'information et des ateliers pratiques sur des thématiques variées

Lors de cette journée ouverte à tous, **des ateliers** seront proposés par des **intervenants de proximité** pour partager des bons conseils pour mieux manger, ou prendre soin de son dos, apprendre à se relaxer avec les bols tibétains ou encore découvrir de nouvelles pratiques comme le taïso, le yoga du rire ou l'art floral.

Un éducateur sportif, **diplômé en activité physique adaptée**, proposera un « bilan de forme » permettant d'évaluer les aptitudes physiques de chacun et d'identifier les éventuels points d'amélioration.

>> Une conférence autour des bienfaits de la danse en prévention des maladies chroniques

Afin d'illustrer les bienfaits de la danse, en prévention de nombreuses maladies cardio-vasculaires, métaboliques ou encore neurocognitives, une conférence aura lieu avec Jérémie Gaveau, Docteur en neurosciences, **dès 15h**. La journée se terminera de manière musicale avec une démonstration et une **initiation au tango dès 16h**, animée par des musiciens et des danseurs. Permettant d'**entretenir le corps et l'esprit**, la danse, et particulièrement le tango, est notamment utilisée en prévention.



crédit photo : Shutterstock

>> La Macif, un acteur engagé sur les territoires

Depuis plus de 20 ans, la Macif propose à travers toute la France des actions de prévention pour donner au grand public les moyens d'apprendre à prévenir et anticiper au maximum les risques et les aléas du quotidien. Les "Rencontres santé & bien-être" s'inscrivent ainsi **dans les engagements de la Macif pour la sécurité et le bien-être de tous**.

Avec plus de 1 125 actions de prévention réalisées et 125 000 personnes rencontrées*, la Macif agit dans huit domaines d'actions prioritaires : les dangers de la route et du quotidien, la santé et l'autonomie, les aléas naturels, les risques cybers, l'argent et l'éducation budgétaire, les risques nautiques, ainsi que le climat et l'environnement. **En contribuant à transmettre les bons gestes, la Macif aide chacun à être acteur de sa sécurité, de sa santé et de son bien-être.**

**Données 2022 – service Prévention nationale Macif*

Informations pratiques :

**Musée de l'Aventure Peugeot
Carrefour de l'Europe
25 600 SOCHAUX**

**Événement gratuit et ouvert à tous sur inscription
Programme complet et inscriptions sur vousparmacif.macif.fr/sochaux
Places limitées**

A propos de la Macif • Assureur mutualiste, la Macif protège au quotidien ses 5,8 millions de sociétaires et clients avec des offres et services simples et utiles en assurances dommages, santé-prévoyance et finance-épargne. La Macif a réalisé un chiffre d'affaires de près de 6 milliards d'euros en 2022. Gérant plus de 18 millions de contrats, elle compte près de 11 000 salariés qui exercent tous en France au sein d'un réseau de plus de 450 points d'accueil physiques et téléphoniques. La Macif a été certifiée Top Employer 2024 et a été réélue marque préférée des Français dans la catégorie Compagnies d'assurance en 2024. La Macif, une marque Aéma Groupe. Aéma Groupe est le groupe mutualiste de protection né du rapprochement entre AÉSIO mutuelle et Macif. Avec l'acquisition d'Abeille Assurances en 2021 suivie de la création d'Ofi Invest en 2022, Aéma Groupe est désormais le quatrième acteur de l'assurance en France et réalise un chiffre d'affaires de 16 milliards d'euros en 2022.

Contacts presse :

Marina DUCROS • 06 13 55 57 98 – mducros@macif.fr
Beryl ORPHEE • 06 64 83 54 95 – beryl.orphee@macif.fr
