

« En avril, mangez, bougez, c'est facile ! » remporte un vif succès

Le mouvement mutualiste s'est engagé dans un programme qui favorise la promotion de la santé et la prévention dans les structures d'exercice regroupé de premier recours (maisons de santé et pôles de santé, centres de santé et pharmacies).

C'est dans ce cadre que l'action de sensibilisation « En avril, mangez, bougez, c'est facile ! » a été déployée par l'ensemble des Unions régionales de la Mutualité Française sur le territoire tout au long du mois d'avril 2015 et relayée par les mutuelles de livre 2 auprès de leurs adhérents.

Cette action de prévention, destinée à l'ensemble de la population, a pour objectif de sensibiliser le grand public à l'importance d'une alimentation équilibrée et à la pratique régulière d'activité physique et de leur proposer des solutions adaptées près de chez eux (associations sportives, ateliers, coaching téléphonique...).

Pour cette première édition, cette action a fait l'objet d'une évaluation externe. Découvrez les principaux résultats de cette évaluation.

Sur l'ensemble du territoire près de 140 actions ont été déployées dans :

- 56 centres dentaires mutualistes
- 36 centres de santé médicaux, infirmiers et polyvalents mutualistes
- 17 pharmacies mutualistes
- 23 maisons de santé pluridisciplinaires
- 5 centres de santé municipaux.

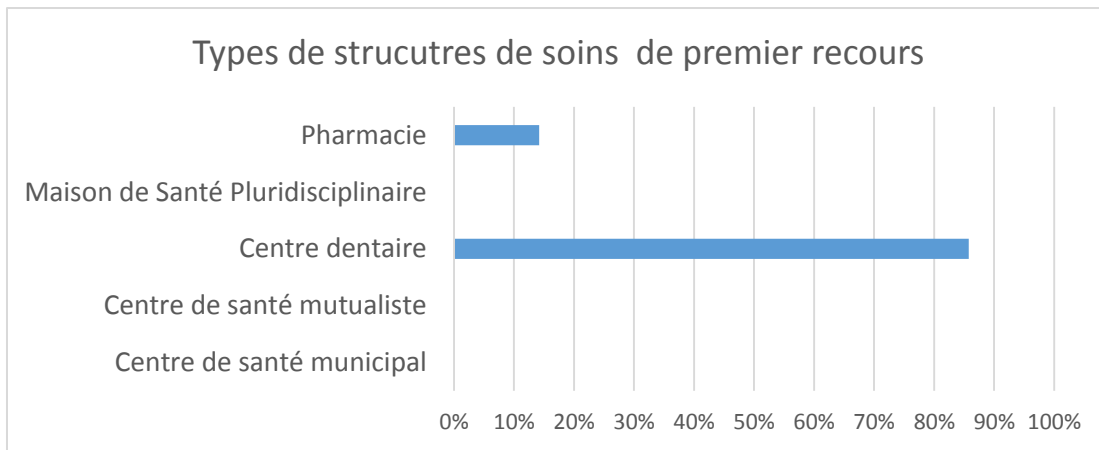
Près de 5 000 personnes ont été sensibilisées sur l'alimentation et l'activité physique et 3 000 ont pu échanger avec des professionnels sur la nutrition. L'action a touché une population très variée en âge et catégories socio professionnelles dont 90% d'adhérents mutualistes.

70% de femmes âgées entre 30 et 69 ans ont participé à l'action. Les catégories professionnelles les plus représentées sont les retraités (34%), les employés (32%) et les sans activité professionnelle (15%).

Cette évaluation met en évidence une satisfaction des patients qui apprécient cette initiative au sein d'une structure de soins. Ils jugent l'action pertinente et en adéquation avec leurs besoins. Ils apprécient la convivialité et l'interactivité qu'elle génère. Après avoir échangé avec des professionnels, plus d'un participant sur trois est prêt à modifier son comportement alimentaire et 41% se déclarent prêts à pratiquer plus d'activité physique*.

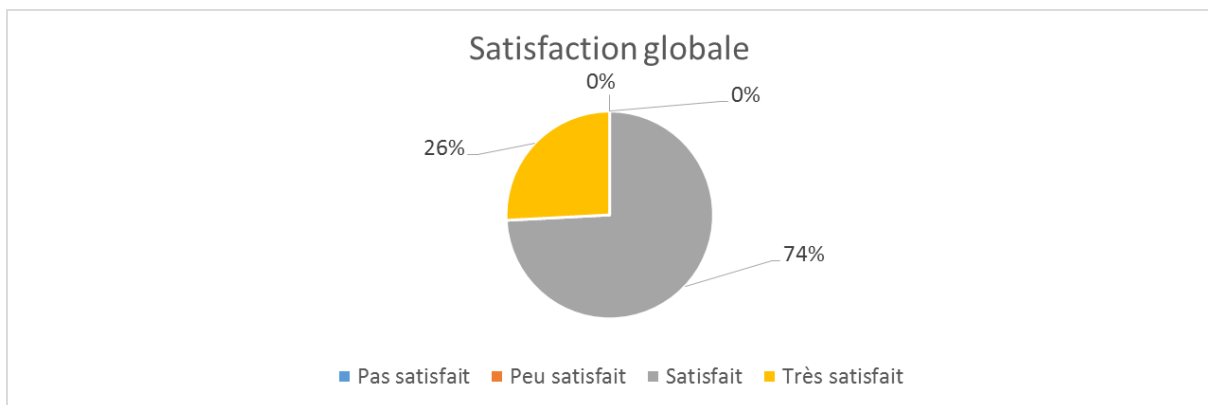
**évaluation menée par L'atelier de l'évaluation du 1 au 30 avril sur un échantillon de 2 800 participants.*

FOCUS REGIONAL



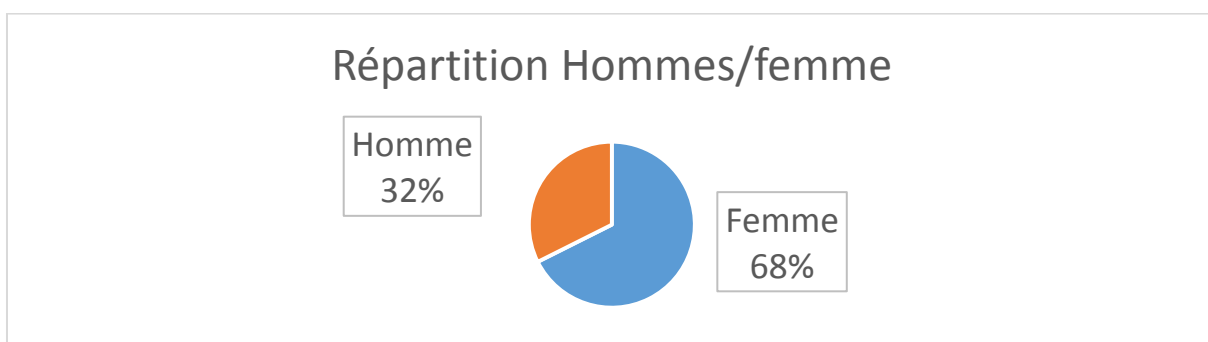
L'action s'est déroulée à la **pharmacie de Tours centre et dans les centres dentaires de Blois, Bourges, Châteauroux et Chartres.**

Les personnes ayant participé à l'action sont **très satisfaites à 26 % et satisfaites à 74 %**



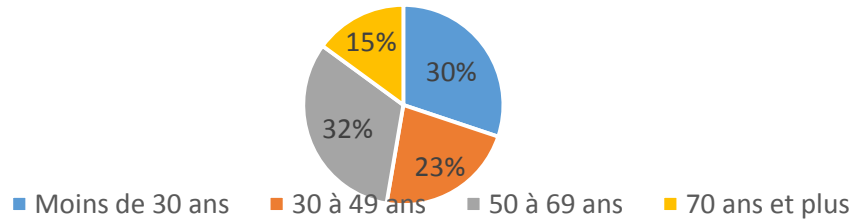
Parmi les participants on trouve **68 % de femmes âgées entre 30 et 69 ans.**

Les catégories professionnelles les plus représentées sont **les retraités (45%), les sans activité professionnelle (23%) et les employés (20%).**

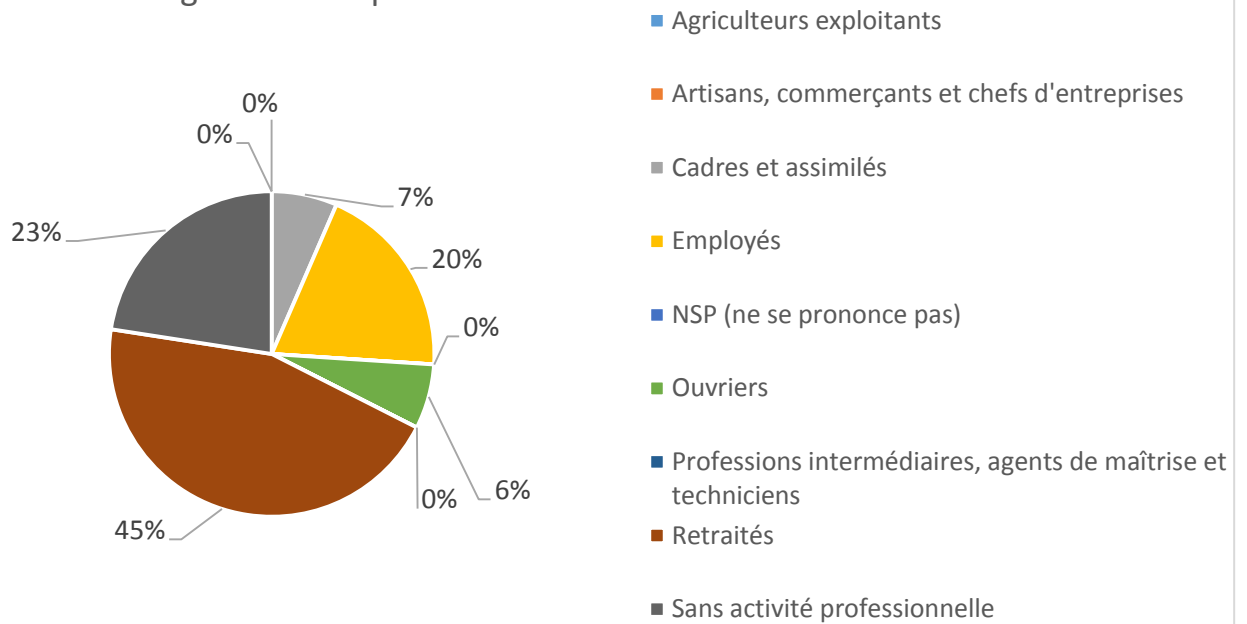


**évaluation menée par L'atelier de l'évaluation du 1 au 30 avril sur un échantillon de 2 800 participants.*

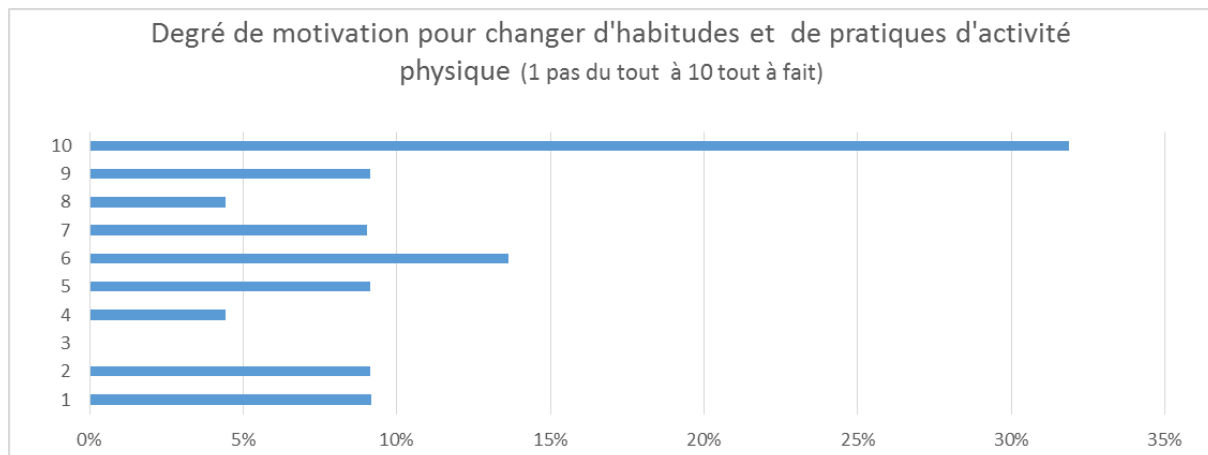
Répartition par tranche d'âge



Catégories socio-professionnelles



Après avoir échangé sur leurs pratiques, **32% des participants estiment qu'ils sont prêts à changer leurs habitudes et à pratiquer une activité physique.**



**évaluation menée par L'atelier de l'évaluation du 1 au 30 avril sur un échantillon de 2 800 participants.*