

COMMUNIQUÉ DE PRESSE

Janvier 2025

Lancement du podcast « Corps et Fracas » : Une initiative innovante en prévention santé par la Mutualité Française Centre-Val de Loire

La Mutualité Française Centre-Val de Loire est heureuse d'annoncer le lancement de son nouveau podcast intitulé « **Corps et Fracas** », une initiative inédite dédiée à la prévention santé. Ce projet s'inscrit dans notre engagement à rendre l'accès à l'information en matière de santé plus simple, plus accessible et plus concret pour tous.

Un podcast au service de la prévention santé

Avec « Corps et Fracas », nous souhaitons accompagner les habitants de la région Centre-Val de Loire dans leur compréhension des enjeux de santé publique. Ce podcast a pour ambition de fournir des **informations pratiques et vulgarisées**, tout en ouvrant un espace de réflexion sur les thématiques de santé majeures, souvent méconnues ou entourées de tabous.

Chaque thème abordé dans le podcast sera décliné en **trois épisodes** enrichis par des **webinaires interactifs** permettant au public d'interagir directement avec des experts.

Les thématiques de 2025

Trois grands sujets seront explorés cette année :

- **La santé mentale : déconstruire les idées reçues et briser la stigmatisation**
Nous plongerons au cœur des représentations des troubles psychiques dans la culture populaire (films, séries, livres), tout en mettant en lumière l'importance de l'écoute et des ressources disponibles. Un focus particulier sera consacré à la bipolarité.
- **Le cycle féminin : comprendre et vivre avec**
Ce thème abordera l'évolution des représentations des menstruations dans les médias, la contraception et l'impact de l'environnement sur le cycle menstruel, et notamment celui des perturbateurs endocriniens.
- **Les addictions et dépendances : comprendre pour agir**
Nous analyserons les différentes formes de dépendances (alcool, tabac, drogues, jeux vidéo, réseaux sociaux) en clarifiant la frontière entre dépendance et addiction, tout en insistant sur les stratégies de prévention.

Un format accessible et interactif

Le premier épisode de « Corps et Fracas » est **d'ores et déjà disponible sur toutes les plateformes de podcast** (Spotify, Deezer, etc.) et sur le site de la mutualité française. Les auditeurs peuvent s'abonner pour ne manquer aucun nouvel épisode. <https://podcast.ausha.co/corps-et-fracas>

Par ailleurs, le premier webinaire consacré à la **santé mentale** se tiendra le **24 avril 2025 à 11h**. Ce rendez-vous en ligne sera l'occasion d'approfondir le sujet avec des spécialistes et de poser toutes vos questions. Les inscriptions sont ouvertes dès maintenant sur notre site internet ou via le lien https://us06web.zoom.us/webinar/register/2017380628272/WN_LhvZQgf0Q9mLH1uB7jortA


Une démarche ancrée dans nos valeurs

À travers ce podcast, la Mutualité Française Centre-Val de Loire réaffirme son rôle d'acteur engagé dans la prévention et la promotion de la santé. « Corps et Fracas » est un outil innovant pour susciter des échanges, briser les tabous et accompagner chacun dans un parcours de santé éclairé.

Contact presse :

Mutualité Française Centre-Val de Loire

Ségolène du Cleuziou, Chargée de mission prévention et promotion de la santé

 **Téléphone** : 06 75 73 51 30

 **E-mail** : segolene.ducleuziou@murec.fr

 **Site internet** : <https://centrevaldeloire.mutualite.fr>

À propos de la Mutualité Française Centre-Val de Loire

La **Mutualité Française Centre-Val de Loire** regroupe **124 mutuelles**, protégeant **1,3 million de personnes** dans la région. Acteur engagé de l'économie sociale et solidaire, elle place la **prévention** au cœur de ses actions en santé publique.

Elle accompagne la population sur des enjeux essentiels tels que le **maintien de l'autonomie**, la **santé mentale** et la **santé environnementale**, tout en garantissant un accès équitable aux soins.