



## RENCONTRE SANTÉ

SANTÉ ENVIRONNEMENTALE



# PARCOURS PLEINE SANTÉ

**03 nov. >  
1<sup>er</sup> déc. 2026**



**DE 14H À 15H30**



**LYON**

Chalet du parc de la Tête  
d'or - salle « l'Orée du bois »  
Allée du chalet



### 5 ATELIERS POUR PRENDRE SOIN DE SA SANTÉ & DE SON ENVIRONNEMENT

- ✦ 03.11 - Alimentation saine et durable
- ✦ 10.11 - Réduction de l'exposition aux polluants chimiques
- ✦ 17.11 - Usage raisonné des antibiotiques
- ✦ 24.11 - Préservation de la biodiversité
- ✦ 01.12 - Mobilité active

**INSCRIPTION  
GRATUITE**

➤ Mutualité française  
Auvergne-Rhône-Alpes  
06 46 79 10 10  
[L.anestis@mfara.fr](mailto:L.anestis@mfara.fr)



**#Rencontresanté**



INSCRIPTION  
EN LIGNE

### ACCÈS

À pied, à vélo ou en transports en commun,  
plusieurs solutions s'offrent à vous pour rejoindre  
le Chalet du Parc au cœur du Parc de la Tête d'Or.

- ✦ Environ à 3 min. depuis la Porte de la Voûte
- ✦ Environ à 10 min. depuis le parking  
Cité Internationale P2
- ✦ Environ à 15 min. depuis la Porte des enfants du Rhône



## RENCONTRE SANTÉ



### SANTÉ ENVIRONNEMENTALE



#### » 03.11 - Alimentation saine et durable

Comprendre les grands principes d'une alimentation à la fois saine et durable

#### » 10.11 - Réduction de l'exposition aux polluants

Identifier les principaux polluants chimiques du quotidien et comprendre comment ils agissent sur notre santé et celle de l'environnement.

#### » 17.11 - Usage raisonné des antibiotiques

Comprendre les mécanismes de l'antibiorésistance, identifier les sources de mésusage des antibiotiques et changer son regard et ses automatismes sur les antibiotiques.

#### » 24.11 - Préservation de la biodiversité

S'informer sur les notions d'écosystème, de services écosystémiques et les interactions entre biodiversité et humains

#### » 01.12 - Mobilité active

Comprendre comment la sédentarité impacte notre santé et comment la mobilité active améliore la santé, réduit la pollution et rendre les espaces plus agréables à vivre.

Les ateliers ont lieu les mardis  
03, 10, 17, 24 novembre & 1<sup>er</sup> décembre  
de 14h à 15h30  
au Chalet du Parc de la Tête d'Or - salle  
«l'Orée du bois» - Allée du Chalet- LYON

## INSCRIPTION GRATUITE

» Mutualité française  
Auvergne-Rhône-Alpes  
06 46 79 10 10  
[L.anestis@mfa.fr](mailto:L.anestis@mfa.fr)



#Rencontresanté



INSCRIPTION  
EN LIGNE