

FONDATION Paul BENNETOT  
Sous l'égide de la Fondation de l'Avenir  
Appel à projet 2007  
QUALITE DE VIE ET AUTONOMIE

**Dossier Bilan**

**ATELIERS « CORPS ET MEMOIRE »**

THEME : Prévention de la dépendance et du handicap lié au vieillissement

Organisme : MUTUALITE FRANÇAISE LIMOUSIN

39 avenue Garibaldi

87000 LIMOGES

Téléphone : 05 55 33 96 30 Fax : 05 55 79 32 49

Statut : Union Régionale Mutualité Française

Représentants légaux : M. DUBECH (Directeur), MME SABOURDY (Présidente)

Chef de projet : Fabienne VENTENAT

Titre : Coordinatrice Limousin de l'Activité Promotion Santé, Responsable de l'activité en Haute-Vienne

Adresse : 15-17 place des bancs

87000 LIMOGES

Téléphone : 05 55 33 27 61 fax : 05 55 33 13 60

## PRESENTATION DU DEROULEMENT

### 1- Rappel

Constitué de trois départements - Corrèze, Creuse, Haute-Vienne – le Limousin est la région de France comportant la plus grande proportion de personnes âgées.

En 2007, la Mutualité Française Limousin a mis en place un programme d'actions incitant les seniors à adopter des attitudes positives pour un vieillissement en bonne santé.

L'objectif spécifique 2007 était de mettre en place 15 ateliers « Corps et Mémoire » en Limousin (5 par département).

Le public concerné : toutes les personnes mutualistes non dépendantes de plus de 55 ans.

## 2- Calendrier

Janvier - Février 2007 : information des mutuelles adhérentes de la mise en place d'ateliers « Corps et Mémoire » par le service Promotion Santé de la Mutualité Française Limousin (courrier signé de la Présidente).

Dans le même temps, des réunions de travail ont été organisées pour définir les procédures de mise en place d'atelier, et les modalités de communication (service Promotion Santé, service Communication de la Mutualité, et Comité régional EPGV).

Février - Mars 2007 :

- prospection des sites pressentis (fonction des disponibilités des animateurs) : nous avons rencontré les mairies et les CLIC pour leur présenter le projet. Aucune réticence nous a été présentée ; aussi devant l'intérêt porté, nous leur avons demandé de participer à la diffusion de l'information (bulletins municipaux, journal du CLIC, courriers auprès des administrés et des clubs des aînés). [Annexe 1](#)
- réservation de salles, programmation des séances
- communication auprès des mutuelles des lieux et plannings des séances (bulletins d'inscription mis à disposition des mutuelles) [Annexes 2 et 2 bis](#)
- communication via la presse locale

Avril 2007 : réunions d'information

Haute-Vienne : Couzeix, Rilhac Rancon, Rochechouart

Creuse : Marsac, Guéret

Corrèze : Uzerche, Lissac

Ces réunions ont été organisées dans les communes pressenties pour la mise en place d'ateliers.

En fonction du nombre de personnes inscrites (minimum de 8 personnes et un maximum de 14 personnes) nous avons mis en place l'atelier.

Avril 2007 :

- organisation des ateliers
- signature de conventions de mise à disposition d'animateurs avec Profession Sport (organisme associatif qui assure le suivi des heures et la rémunération des animateurs)
- courrier d'invitation des participants au test 1

Ainsi, au 1<sup>er</sup> semestre, des ateliers ont été organisés dans les communes suivantes :

Haute-Vienne : 1 atelier à Couzeix et 1 à Rilhac Rancon,

Creuse : 2 ateliers à Guéret

Corrèze : 1 atelier à Lissac

Avril - Juin 2007 : déroulement des ateliers (2 séances par semaine pendant 10 semaines : 1 séance en salle et 1 séance en extérieur de marche nordique), précédés et suivis d'une séance de test (test 1 et test 2).

Juin 2007 :

- courrier d'invitation au test 2 envoyé aux participants et test 2 (environ 30 minutes par personne).
- courrier d'invitation à la réunion bilan organisée dans la commune accueillant l'atelier et réunion bilan.

Juin 2007 : journée d'échanges de pratiques, organisée pour les animateurs des séances.

Août - Septembre 2007 :

- réunion de préparation du 2nd semestre : lieux, personnes ressources à contacter, communication
- prospection des sites pressentis
- réservation de salles, programmation des plannings des séances
- communication auprès des mutuelles des lieux et plannings des séances (bulletins d'inscription mis à disposition des mutuelles) [Annexes 3 et 4](#)
- communication via la presse et les radios locales

Septembre 2007 : réunions d'information

Haute-Vienne : Limoges, St Sulpice Laurière, Bellac

Creuse : Marsac, Guéret, Aubusson

Corrèze : Uzerche, Ussel, Brive

Septembre - Octobre 2007 :

- organisation des ateliers
- signature de conventions de mise à disposition d'animateurs avec Profession Sport
- courrier d'invitation des participants au test 1

Ainsi, au 2<sup>nd</sup> semestre, des ateliers ont été organisés dans les communes suivantes :

Haute-Vienne : 2 ateliers à Limoges, 2 à St Sulpice Laurière et 1 à Bellac

Corrèze : 2 ateliers à brive et 1 à Uzerche

En raison de l'insuffisance de participants, nous n'avons pas pu mettre en place d'atelier en Creuse.

Octobre - Décembre 2007 : déroulement des ateliers

Décembre 2007 :

- courrier d'invitation au test 2 envoyé aux participants et test 2
- courrier d'invitation à la réunion bilan organisée dans la commune accueillant l'atelier et réunion bilan

Remarque : En réponse aux demandes des « anciens » participants des ateliers et pour suppléer à la carence d'atelier en Creuse sur le 2<sup>ème</sup> semestre, une réflexion s'est engagée dès septembre pour des séances à l'année. Celles-ci ont débuté en décembre 2007 à Guéret et bénéficient d'un suivi dans le cadre de ce programme.

### 3- L'inscription

Les personnes ont été informées par l'un ou l'autre des moyens suivants :

- un courrier envoyé par leur mutuelle,
- un article dans la presse,
- un article dans la presse mutualiste de l'Union départementale ou de leur mutuelle,
- un courrier envoyé par le service Promotion Santé (liste d'attente des années précédentes),
- par leur club ou le CLIC,
- par un(e) ami(e) qui avait eu l'information.

Le service régional Promotion Santé a reçu de nombreux appels entre cette information diffusée et les réunions de présentation. Les personnes informées voulaient plus d'informations, témoignant souvent d'un souci de se rassurer, de connaître plus « humainement » le référent, de tester sa disponibilité (déplorant le manque de disponibilités des services en général). Presque toujours la conversation débute un peu sèchement, avec beaucoup de questions courtes, puis au fil des minutes, on sent l'interlocuteur se détendre, plaisanter avec sa mémoire.

Nous constatons que ces échanges sont nécessaires au bon déroulement de l'action (même si ce temps n'avait pas été estimé). Ils permettent que s'établisse une relation de confiance. Ainsi, par exemple, en cas d'absence au cours des ateliers, nous étions informés par les participants.

## 4- Les séances

Les deux types de séances sont organisés sur des journées différentes de telle sorte que les participants ont plus d'occasions de sortir et se retrouver.

Les ateliers « Corps et Mémoire » sont des programmes de stimulation de la mémoire à base d'activité physique. Ils s'articulent sur la mise en jeu des éléments de la mémoire : attention, concentration, motivation, perception, logique, émotion...

Ainsi, il n'y a pas que le papier et le crayon pour faire travailler sa mémoire ; il faut aussi utiliser son corps en mouvement. Cette méthode « Corps et Mémoire » a été créée par la Fédération de l'Education Physique et de Gymnastique Volontaire.

### 4.1-Les séances en salle :

L'animateur fait appel, au travers des différents exercices proposés, à plusieurs types de mémoire : auditive, visuelle... par la stimulation des 5 sens pour améliorer la saisie des informations.

L'approche est ludique et conviviale, permettant par le jeu de dynamiser l'activité et de dédramatiser les erreurs et les oublis. De ce fait, les participants sont très vite à l'aise,

Pour exemple :

Ici, c'est un pas de danse country à mémoriser et réaliser ; là, ce sont des rythmes sur des tambourins à écouter et reproduire ; là encore, c'est un parcours balisé à faire les yeux bandés (accompagné) et à reconnaître ; ici enfin, c'est une liste de mots à retenir et à réciter tout en envoyant un ballon à son voisin (apprendre à faire deux choses à la fois)...

Les objectifs poursuivis sont le renforcement et la stabilisation des mécanismes de mémorisation, et la mise en pratique de situations vécues dans la vie courante.

Au cours des séances, les participants échangent sur leurs techniques, leurs « stratégies » pour mémoriser, se donnant ainsi autant de clés et de logiques mnésiques qu'il y a d'individus dans le groupe.

Ces séances sont limitées à 14 personnes intentionnellement :

- en raison du caractère « intimiste » des ateliers (rappelons qu'un certain nombre de personnes se sont inscrites parce qu'elles avaient quelques inquiétudes par rapport à leur mémoire),
- et de la volonté d'aider les personnes les plus en difficultés ; qui dans la pratique sont portées par l'ensemble du groupe. Les personnes qui ont arrêté de participer en cours d'atelier, l'ont fait essentiellement pour des raisons de santé ou parce que cela ne correspondait pas à leurs attentes du moment.

Mais des personnes en difficulté ont tout de même poursuivi les séances jusqu'au bout.

#### 4.2- Les séances de marche nordique :

La marche nordique est une marche active qui associe la mise en forme musculaire et cardiovasculaire de tout le corps. Les skieurs de fond de haut niveau ont toujours marché et couru avec des bâtons pour continuer leur entraînement l'été. Il y a plus de 5 ans, une fédération finlandaise a lancé cette discipline auprès du grand public.

Les séances de marche nordique ne sont pas limitées en nombre de participants. Ainsi, lorsque cela a pu être possible, nous avons réuni deux groupes sur un même secteur, dans l'objectif de favoriser les échanges.

Des bâtons de marche sont mis à disposition des participants (achat prévu dans le programme).

Des exercices d'échauffement démarrent la séance.

Lors de la 1<sup>ère</sup> séance, très rapidement (au bout d'un tour de circuit) les participants s'approprient cette technique nouvelle ; qui parce qu'elle est nouvelle en fait son attrait et son intérêt dans un premier temps.

La marche nordique, dite également « marche active » permet une dépense physique plus importante pour une moindre fatigue que dans la marche « traditionnelle ».

Les participants ont tout de suite perçu le bénéfice de cette méthode :

- les articulations sont soulagées, puisque le poids du corps est réparti sur les quatre membres. Ainsi, la surcharge si souvent constatée aux genoux, hanches, chevilles, lombaires est diminuée.
- les bras ne sont plus ballants le long du corps mais actifs. En propulsant le corps en avant avec les quatre membres ont fait travailler toutes les chaînes musculaires et articulaires.

Le mouvement est celui de la marche dynamique rythmée avec un important balancier des bras. La marche est plus rapide, on fait des pas plus longs que lors de la marche ordinaire.

Cette méthode aide à gommer les nombreuses mauvaises habitudes posturales qui nous créent des déséquilibres.

Les séances se terminent systématiquement par des exercices d'étirements.

La marche nordique est un complément idéal des séances en salle par l'activation de l'activité cardio-respiratoire qui favorise l'oxygénation cérébrale. Elle rend possible l'activité physique chez des personnes qui n'ont jamais pratiqué de sport ou qui ont des difficultés physiques (prothèses du genou ou de la hanche par exemple).

Les séances sont organisées en extérieur, sur un parcours circulaire sans dénivelé marqué. Ceci est important à signaler, car nous avons dû résister à la pression de la demande de certains participants qui auraient souhaité que l'on diversifie les lieux et que l'on fasse des groupes de niveaux.

Pourquoi un parcours circulaire ?

- parce que les personnes inscrites constituent des groupes hétérogènes et qu'un circuit permet de faire se côtoyer « forts » et « faibles » sans que les plus faibles soient distancés, et qu'au contraire ils soient encouragés par les

- plus forts. Chacun va à son rythme, et s'il n'y a pas d'esprit de compétition, il y a tout de même une émulation, insufflée par les différences dans le groupe. De plus, les moins « sportifs » ne sont pas forcément les plus faibles en salle !
- parce qu'un circuit identique permet de mesurer les progrès réalisés (nombre de tours par séances).

## 5- les tests individuels

Le même test (remarqué par certains lors du 2<sup>ème</sup> passage) est proposé aux personnes au début et à la fin de l'atelier.

Elles sont invitées à participer aux tests par courrier leur indiquant l'horaire de passage. Nous leur avons expliqué lors de la réunion d'information que si nous procédions de façon si solennelle, c'était en fait pour leur éviter d'attendre inutilement : sur les deux heures nécessaire à l'organisation des tests pour un groupe, leur temps de passage n'est en effet que de 30 minutes. Les personnes sont « convoquées » par groupe de 3 ou 4. Nous nous arrangeons pour être plusieurs lors des ces séances afin de faire passer individuellement les personnes, dédramatiser l'incidence des résultats (qui est la principale crainte lors du 1<sup>er</sup> test) et corriger au plus vite pour donner de façon quasi instantanée les résultats (attente lors du 2<sup>ème</sup> test).

Les résultats du 1<sup>er</sup> et du 2<sup>nd</sup> test sont reportés sur une grille individuelle. [Annexe 6](#)

Exercice 1 : Mémoire d'action (sur 22 points)

Exercice 2 : Mémoire de travail (sur 16 points)

- liste de nombres sur 7 points
- reconnaissance de figure sur 9 points

Exercice 3 : Rappel (sur 12 points)

- figure à retenir et à redessiner sur une grille

Lors du dernier test, nous demandons aux participants de compléter anonymement un questionnaire d'appréciation ; nous leur expliquons que c'est un juste retour des choses : on les évalue, ils nous évaluent.

## 6. Les résultats

### 6.1- des tests ([annexe 6 bis](#))

Globalement, les résultats ont progressé avec des différences d'une personne à l'autre et d'un groupe à l'autre. Ce dont on s'aperçoit c'est que les tests inquiètent beaucoup en début d'atelier, mais qu'ils ont une importance relative en fin d'atelier : certes, les personnes veulent connaître les résultats, et savoir s'ils ont progressé, mais « ce n'est pas le plus important ! ».

### 6.2- du questionnaire d'appréciation [Annexes 7 et 8](#)

Le taux de satisfaction est très élevé, avoisinant le 100% quel que soit le type de séance (en salle ou marche nordique).

La marche nordique a été fortement appréciée, ce qui peut paraître étonnant, compte tenu des réticences exprimées à son encontre lors de l'inscription. Ce que nous constatons néanmoins, c'est que l'absentéisme est en général plus important pour cette discipline, et d'autant plus si les conditions climatiques ne sont pas clémentes (en hiver en particulier).

Dans certains groupes, un test a également pu être mis en place pour cette activité : le « 2 minutes marche ». Il aurait été intéressant de pouvoir le proposer à l'ensemble des participants. En effet, les tests et leurs résultats agissent comme des dynamiseurs : on « s'entraîne » aussi pour améliorer ses résultats.

La question « conseillerez-vous ces séances à vos proches » a aussi obtenu un nombre important de réponses positives (94%). Ce chiffre est également un indicateur de satisfaction corroboré lors des réunions bilans (ceux qui n'ont pas pu venir à ces réunions nous ont parfois laissé des messages et insisté sur leur intérêt par rapport à l'activité qu'ils avaient suivie).

Ce qui a fait le succès de ces ateliers, c'est la convivialité. Près de 100% des participants ont noté qu'ils s'étaient sentis « à l'aise » et ont tenu à le préciser dans une question ouverte.

Le niveau des exercices a été jugé adapté, parfois difficile (mais une difficulté souvent rassurante) et parfois facile (les personnes ont coché en général plusieurs réponses).

Le service Promotion Santé s'est parfois associé aux groupes. Cela a permis de mesurer l'ambiance, d'être présents de temps en temps et montrer que l'on est toujours à l'écoute, mais également de faire prendre conscience de la difficulté des exercices pour un profane et donc de participer à une autoévaluation des compétences acquises.

### 6.3- connaissance du public :

Cette action s'adressait à des personnes de plus de 55 ans. En Haute-Vienne, la personne la plus âgée avait 85 ans. La majorité de notre public se situe entre 60 et 75 ans.

En réunion bilan, certains nous ont interpellés sur les différences d'âges constatées dans les groupes, arguant que les anciens avaient plus de mal avec leur mémoire. Nous leur avons répondu que, quel que soit l'âge, nous ne sommes pas égaux face à la mémoire (et dans d'autres domaines non plus), et qu'il y a plusieurs types de mémoires. L'hétérogénéité est un atout, une richesse du groupe. Ce sont souvent les plus âgés qui se sentent gênés (peur d'être un poids, peur qu'on pense qu'ils sont en difficulté sans doute) ; les plus jeunes n'étaient en rien entravés, au contraire, certains reconnaissaient avoir autant de difficultés.

Le public est majoritairement féminin et le peu d'hommes présents viennent en majorité accompagnés de leur épouse.

Cette sur-représentation féminine peut s'expliquer, d'une part, par la démographie (beaucoup plus de femmes dans cette tranche d'âge et beaucoup de

femmes ayant déjà fait l'expérience du veuvage) et d'autre part, par le fait que ce type d'atelier correspond sans doute plus à des préoccupations et à des attentes de femmes.

## 7. Après les ateliers

Lors des réunions bilans, étaient invités les CLIC et les clubs nous ayant permis d'organiser les séances localement, et des associations pouvant présenter leur activité.

Le but de ces réunions est d'échanger à propos des ateliers avec les participants, de mesurer leur envie de continuer dans cette dynamique, et de réfléchir avec le tissu local sur les possibilités pour répondre à cette attente exprimée.

### 7.1- la pérennisation : les séances à l'année

Dans certaines communes, des séances à l'année ont pu être mises en place et proposées au travers des sections locales EPGV notamment.

L'activité se déroulant ainsi tout au long de l'année, n'est pas limitée par un nombre de participants, et prévoit une séance par semaine (avec en alternance, la séance en salle et la séance de marche nordique). Certaines sections ont pris le parti d'élargir leurs activités : par exemple, l'initiation à l'informatique et à l'utilisation d'internet au Cyber café à Uzerche.

Ces activités sont proposées avec un supplément de cotisation aux adhérents EPGV.

Séances à l'année mises en place : Rilhac Rancon (87), Guéret (23), Uzerche (19)

Séances à l'année à l'étude : Couzeix et Bellac (87)

### 7.2- vers d'autres activités

#### 7.2.1. Créer une dynamique (individuelle, et sur un territoire)

Si l'objectif principal des ateliers « Corps et Mémoire » est l'optimisation des stratégies de la mémoire, il s'agit également pour nous de valoriser les capacités psychosociales des seniors, de lutter contre l'isolement et de développer les solidarités.

L'année précédente, il nous avait été reproché de ne rien proposer après les ateliers. Il faut dire que certaines personnes ne sont inscrites dans aucun club, ne participe à aucune activité de groupe, sans compter que beaucoup sont effectivement seules : enfants éloignés ou trop occupés, deuil du conjoint...

Pour ces personnes, la participation aux ateliers « Corps et Mémoire » a été une véritable révélation de leurs aptitudes, du plaisir que peut procurer la rencontre, le partage, le rendez-vous avec le groupe (qui s'inquiète si on n'est pas là).

Bien sûr et heureusement, la majorité des participants n'est pas aussi isolée. Mais ceux-là ont aussi regretté la fin des ateliers.

D'autre encore, ne souhaitent pas s'inscrire dans des activités sur du long terme et préfère garder une certaine « liberté » d'aller au gré de leurs envies ou possibilités du moment, et la forme « ateliers » leur convient tout à fait ; ceux-là aimeraient pouvoir bénéficier de ce type d'atelier régulièrement (une fois par an ou tous les deux ans).

C'est pour cette raison que nous avons multiplié les contacts, nous appuyant sur la mission de coordination et d'information des CLIC, rencontrant parfois des conseillers municipaux, des associations sportives... tout cela dans le but d'inscrire les ateliers « Corps et Mémoire » dans la durée.

#### 7.2.2. Des associations proposant des activités adaptées aux seniors

L'association « Profession Sport », qui est notre partenaire pour salarier les animateurs des ateliers, se veut être un outil au service du sport, des activités physiques et de loisirs sur toute la région Limousin. Elle a pour objectifs de répondre aux demandes de toute structure souhaitant mettre en place des animations sportives et/ou socioculturelles, et ayant besoin d'animateurs et/ou d'éducateurs spécialisés.

Pour une saison, un mois, une semaine, une journée ou une séance, Profession Sport peut mettre à disposition des professionnels d'une discipline sportive, des animateurs spécialisés, avec si nécessaire le matériel adapté.

Tout naturellement cette association s'est jointe à nous pour :

- exposer son activité auprès des autres structures lors des réunions bilans,
- proposer des activités adaptées au public fréquentant les ateliers « Corps et Mémoire » en reprenant les objectifs des ateliers : travail sur la mémorisation et le renforcement des aptitudes physiques au travers d'une activité conviviale [Annexe 9](#)

Constituée de bénévoles, l'association « Retraite Sportive » nous a intéressés par les objectifs qu'elle s'est fixée, et notamment :

- Promouvoir la création de nouveaux clubs.
- Aider au développement (du nombre des adhérents des clubs qui le souhaitent, de nouvelles activités sportives ou culturelles)
- Organiser des manifestations inter-clubs.
- Resserrer et animer les liens de solidarité et d'amitié entre les membres des différents clubs du département.
- Entretenir un esprit d'ouverture, de convivialité, maintenir le respect de la personne de façon à lutter contre l'isolement et l'exclusion.

Plus développée en Haute-Vienne, elle a été présente aux réunions bilan de ce département, et une fiche des clubs affiliés a été adressée aux participants des ateliers « Corps et Mémoire » de la Haute-Vienne. [Annexe 10](#)

Bien sûr l'Education Physique et de Gymnastique Volontaire est notre principal interlocuteur, support privilégié pour pérenniser les séances « Corps et Mémoire » (concept EPGV).

Des sections locales sont présentes sur tout le territoire limousin.

Nous nous emploierons à l'avenir à nous rapprocher de la MSA (Mutualité Sociale Agricole) qui, au travers des ateliers du Bien vieillir et des packs EUREKA, poursuit les mêmes objectifs que les nôtres. Il s'agit d'apprendre à se connaître et ne pas se percevoir en concurrence, mais au contraire, à réfléchir ensemble à une harmonisation et une complémentarité de notre travail.

## Conclusion

**13 ateliers** « Corps et Mémoire » ont été organisés sur les trois départements du Limousin dans 8 communes différentes ([annexe 10](#)) ; 15 étaient initialement prévus. Cependant, un groupe « Corps et Mémoire » fonctionnant à l'année s'est constitué en Creuse (Guéret) ; ce dernier n'est pas comptabilisé dans ce bilan. Nous avons ainsi atteint notre objectif à 93,3 %.

La taille moyenne des groupes est de 11,5 personnes et la fréquentation moyenne est de **10 personnes par groupe**. Des personnes ont pu s'absenter pour diverses raisons : problème de santé, vacances, rendez-vous médicaux...

Nous nous sommes heurtés à un autre phénomène : celui de l'activité des seniors. Entre les périodes de vacances scolaires et les mercredis où nombre d'entre eux s'occupent des petits enfants, les mois proches des grandes vacances (pour lesquels les seniors bénéficient de tarifs « hors saison »), les activités de loisirs ou de vie associative, il nous a été difficile de contenter tout le monde. Nous avons pourtant été vigilants, et les ateliers ont été organisés entre **avril et juin**, et **octobre et décembre** (avec des périodes d'interruption au moment des vacances scolaires).

Initialement nous pensions « toucher » 180 personnes (12/atelier). Nous avons rencontré plus de 160 personnes, et **139 personnes** ont participé régulièrement aux ateliers mis en place (taux d'absentéisme : 16,5 % pour les séances en salle et 17,4 % pour la marche). Concernant le public rejoint, l'objectif a été atteint à 77 % (88 % si on compte les personnes présentes aux réunions qui n'ont pas pu s'inscrire aux ateliers).

L'âge moyen des participants est de **68,7 ans** ; ce constat nous permettra de cibler, à l'avenir, la communication sur la tranche d'âge 65-75 ans, notamment pour les courriers envoyés par les mutuelles.

Nous sommes au début du travail de mobilisation des mutuelles sur cette dynamique d'information locale en direction de leurs adhérents. Effectivement, nous avons constaté que nombre d'entre elles n'ont pas informé leurs adhérents car elles n'avaient pas pu faire la demande d'extraction de fichiers à temps.

Les pratiques évoluent, même si nous sommes conscients que cela prendra du temps, aussi bien du côté du service Promotion Santé de la Mutualité Française Limousin que du côté des mutuelles adhérentes.

Aujourd'hui, le service a le souhait et comprend la nécessité de travailler au côté des mutuelles ; Les mutuelles ont pris conscience du rôle majeur qu'elles jouent et qu'elles doivent défendre dans le secteur de la Prévention-Promotion de la Santé.

L'action « Corps et Mémoire » est tout à fait le type d'action qui permet de développer une collaboration entre Union Régionale et Mutuelles dans le champ de la Prévention et la Promotion de la Santé.