

PRÉVENTION SANTÉ

# "La chaise tue"

Remettre le mouvement  
au coeur de la journée



Participez à notre webinar  
accessible à tous

**Mardi 16 juin 2026**  
de 13h à 14h



Animé par **Alexandre Dana**

Expert de la lutte contre la sédentarité en entreprise

Inscrivez-vous  
en scannant ce QR code



Ma semaine pour

**PRENDRE SOIN DE MOI**

15-19 JUIN 2026

**malakoff  
humanis**

RETRAITE COMPLÉMENTAIRE  
**agirc - arrco**



PRÉVENTION SANTÉ

# Briser les tabous pour mieux prévenir

Santé intime et hormones au travers des  
différents âges de la femme



Participez à notre webinaire  
accessible à tous

## Mercredi 17 juin 2026

de 13h à 14h



Animé par **Charline Gayault**

Sage-femme, conférencière et auteure spécialisée  
dans la santé féminine

Inscrivez-vous  
en scannant ce QR code



Ma semaine pour

**PRENDRE SOIN DE MOI**

15-19 JUIN 2026



**malakoff  
humanis**

RETRAITE COMPLÉMENTAIRE  
**agirc - arrco**

PRÉVENTION SANTÉ

# 3 vies, un seul temps : comment arbitrer sans s'épuiser ?

Conseils et rituels pour l'équilibre  
vie professionnelle et personnelle



Participez à notre webinaire  
accessible à tous

**Jeudi 18 juin 2026**  
de 13h à 14h



Animé par **Gaël Chatelain-Berry**

Auteur, conférencier et podcasteur spécialisé sur les  
thématiques du bien-être au travail et du management

Inscrivez-vous  
en scannant ce QR code



Ma semaine pour

**PRENDRE SOIN DE MOI**

15-19 JUIN 2026



**malakoff  
humanis**

RETRAITE COMPLÉMENTAIRE  
**agirc - arrco**

PRÉVENTION SANTÉ

# Quand l'alimentation fait souffrir

Comprendre et repérer pour mieux prévenir et accompagner



Participez à notre webinaire accessible à tous

**Vendredi 19 juin 2026**  
de 13h à 14h



Animé par **Caroline Seguin**

Diététicienne nutritionniste spécialiste des Troubles des comportements alimentaires

Inscrivez-vous  
en scannant ce QR code



Ma semaine pour

**PRENDRE SOIN DE MOI**

15-19 JUN 2026



**malakoff  
humanis**

RETRAITE COMPLÉMENTAIRE  
**agirc - arrco**

