

Ma santé, ma planète



Contact :

ubal_prevention-sante@macif.fr

Programme des animations

Mercredi 12 novembre 2025

Océanopolis

Port de Plaisance du Moulin Blanc - Brest

17h30 Accueil

18h00 ■ Ciné-débat : les bienfaits de la nature sur la santé ⁽¹⁾

Diffusion du documentaire « Naturellement : nature, bien-être et santé », sur l'impact positif de la nature sur notre santé, tant physique que mentale, réalisé par **Jean-Christophe Moine**.

À la suite de cette diffusion, **Magali Trelohan** ⁽²⁾, explorera les effets positifs de la nature sur notre santé, en mettant l'accent sur les environnements intérieurs. Vous découvrirez comment les plantes, les sons, les images ou les odeurs inspirés de la nature peuvent contribuer à notre bien-être. La conférence se conclura par un temps d'échange avec la salle.

19h00

Ateliers et stands ludiques et informatifs, autour d'un cocktail offert

- Participez à la fresque des Possibles (collectif engagé en faveur des transitions), avec « Le Lieu dit »
- Lutte contre la précarité et assurez le droit à l'alimentation pour toutes et tous, avec « Vrac 29 »
- Découvrez le vélo solaire, solide et solidaire, avec « Ti Mobz »
- Apprenez le développement et la promotion des jardins et composts partagés, avec « Vert le jardin »
- Faites connaissance avec l'association de promotion de la mobilité active en Pays de Brest, « Brest à pied et à vélo »



La Macif,
c'est **vous.**

(1) Dans la limite des places disponibles. (2) Docteure en Sciences de Gestion, Université de Bretagne Sud et enseignante-chercheuse en marketing à l'École de Management de Normandie.

MACIF - MUTUELLE ASSURANCE DES COMMERÇANTS ET INDUSTRIELS DE FRANCE ET DES CADRES ET SALARIÉS DE L'INDUSTRIE ET DU COMMERCE. Société d'assurance mutuelle à cotisations variables. Entreprise régie par le Code des assurances.
Siège social : 1 rue Jacques Vandier - 79000 Niort.



**LE TRI
+ FACILE**

