

LE MAG'

L'ESSENTIEL DE MA MUTUELLE

Numéro 12 – Décembre 2015

DOSSIER SANTÉ

L'AUDITION : MIEUX LA CONNAÎTRE POUR MIEUX LA PROTÉGER

L'INFO

Mutualia, votre partenaire
Santé et Prévoyance

www.mutualia.fr

Mutualia

Entre nous, c'est humain

SOMMAIRE

02 SOMMAIRE/ÉDITO

Édito de Gilles Chocheyras

03 ACTUALITÉS

Nouvelle adresse
Contrats responsables

04 L'INFO MUTUALIA

Mutualia, votre partenaire
Santé et Prévoyance

05 ACTUALITÉS SANTÉ

Zika arrive en France
Une main en impression 3D
VIH - Traitement préventif

06 DOSSIER SANTÉ

**L'audition : mieux la connaître
pour mieux la protéger**
par Blandine Mellouet-Fort
Médecin en Santé Publique

08 SANTÉ PRATIQUE

Les champignons

09 ÉCHOS

En cas d'accident causé par
un tiers, ayez le bon réflexe :
prévenez Mutualia !

10 ENTRE NOUS

Portrait d'un adhérent

11 C'EST HUMAIN

Votre espace adhérent évolue !
L'Aide à la Complémentaire Santé

12 MUTUALIA EN ACTION

Mécénat
Mots croisésMUTUALIA SANTÉ SUD EST
30 rue Mallifaud - 38100 GRENOBLE

Directeur de la publication : David Salat
 Responsable de la rédaction : Hélène Delaveau
 Comité de rédaction : Hélène Delaveau -
 Anaïs Dauzet - Isabelle Brabant
 Avec la participation de : Blandine Mellouet-Fort,
 et Matière Grise
 Photos : Fotolia - Thinkstock
 Conception et réalisation : Matière Grise
 Impression : Couleurs Montagne
 Diffusion : LE MAG' est édité par Mutualia
 Numéro diffusé à 57 000 exemplaires.

Mutualia Santé Sud Est, mutuelle régie par le livre II
 du code de la mutualité, immatriculée sous le
 n°SIREN 449 571 256 conformément
 au code de la mutualité.



Gilles Chocheyras /
Président de Mutualia
Santé Sud Est

2016, PUISER L'ÉNERGIE DU COLLECTIF

Depuis l'élection en Conseil d'Administration du 14 Septembre 2015, j'ai l'honneur d'assumer les fonctions de président de notre mutuelle. Mon prédécesseur Jean-Jacques Exertier continuera à être très impliqué dans la vie de Mutualia en tant qu'administrateur : ne souhaitant pas cumuler deux mandats, il se consacre à ses nouvelles missions de Président de la Mutualité Sociale Agricole des Alpes du Nord.

Partageant sa vision du mutualisme et de la stratégie portée par le Conseil d'Administration, j'inscris mon action dans la continuité des développements initiés. Œuvrant au sein de Mutualia depuis de nombreuses années et notamment depuis la première fusion ayant donné naissance à Mutualia Santé Sud Est en 2007, les valeurs de proximité, de respect et d'écoute qui nous rassemblent me sont particulièrement chères et je veillerai à toujours placer l'humain au centre de mes actions.

L'année 2016 s'ouvre sur l'entrée en vigueur de deux réformes qui représentent un vrai bouleversement pour le monde des mutuelles :

- **L'ANI** : ce dispositif permet d'amplifier la présence de Mutualia dans les entreprises. L'accord national interprofessionnel donne accès à une couverture Complémentaire Santé minimum à tous les salariés au 1^{er} janvier 2016.
- **La réforme des « contrats dits responsables »** : bien qu'exigeante et contraignante puisque nécessitant des modifications de garanties sur l'ensemble de nos offres, Mutualia adhère à cette évolution qui contribue à un meilleur financement de notre système de sécurité sociale et fait appel à la responsabilisation de chacun d'entre nous (face au parcours de soins).

L'année 2016 sera également pour Mutualia l'année du rassemblement : deux projets d'ampleur visent à déployer l'influence de notre mutuelle. Le Groupe Mutualia au niveau national se constituera en U.M.G (Union Mutualiste de Groupe) afin de resserrer les liens de toutes les Mutualia présentes en France, partager nos visions sur l'avenir de la complémentaire santé et mutualiser nos forces d'actions. De plus, votre mutuelle, Mutualia Santé Sud Est, prépare activement un projet de fusion avec deux autres Mutualia présentes sur le territoire national, pour devenir à horizon 2017, une mutuelle présente sur 42 départements et qui couvrira près de 200 000 personnes.

De ces rassemblements, de nos rassemblements, **nous créons l'énergie et les forces qui alimentent la dynamique de notre mutuelle pour nos développements actuels et futurs**, pour une Complémentaire Santé humaine et proche des préoccupations de ses adhérents.

Je vous souhaite une bonne lecture de votre Mag' ainsi que de très bonnes fêtes de fin d'année. Je vous présente également mes meilleurs vœux pour 2016.

Bien à vous,

Gilles Chocheyras



NOUVELLE ADRESSE POUR MUTUALIA

Mutualia poursuit son développement et ouvre une nouvelle agence dans l'agglomération grenobloise. Une agence commerciale et les bureaux du siège social de la mutuelle déménagent à compter du 04 Janvier 2016 dans un nouveau bâtiment dédié à la santé regroupant de nombreux professionnels de ce secteur (agence en RDC et Siège Social au 5^{ème} étage).

Situé à l'entrée du domaine universitaire grenoblois de Saint Martin d'Hères, cet ensemble est idéalement placé puisqu'il est au centre d'une zone commerciale et à proximité immédiate d'une clinique.

Ainsi Mutualia bénéficie d'une belle visibilité et améliore également l'accueil de ses adhérents : l'emplacement bénéficie de bonnes conditions d'accès (arrêt de tramway « Neyrpic-Belledonne », axe routier important et places de parking à proximité).

Retrouvez vos conseillers MUTUALIA à Saint Martin d'Hères :

75, Avenue Gabriel Péri
(Entrée avenue Doyen Louis WEIL)
38400 SAINT MARTIN D'HERES
Tél : 04.76.16.80.79



Julien BANCHI (Conseiller Entreprises) et Saïda MACHRAOUI (Chargée de Clientèle)

NOUVELLE RÉGLEMENTATION IMPOSÉE AUX CONTRATS RESPONSABLES

A partir du 1^{er} janvier 2016, nos contrats Complémentaire Santé (hors contrats Hospitalisation) évoluent pour répondre aux nouveaux critères des contrats responsables prévus dans le cadre de la Loi de Sécurité Sociale 2014.

Ainsi, si vous avez adhéré récemment à titre individuel (Août 2015 et après), votre contrat est conforme aux nouvelles dispositions.

Les autres adhérents seront accompagnés par les équipes Mutualia pour un changement en toute tranquillité. Ils recevront prochainement un courrier leur présentant les modifications imposées par la nouvelle réglementation.

Enfin, pour les entreprises, les délais de mise en conformité courent jusqu'en 2018. Mutualia a donc choisi un accompagnement spécifique et progressif jusqu'à cette date pour répondre au mieux aux spécificités de chaque partenaire.

Pour toutes informations complémentaires, contactez votre conseiller au 04.76.45.22.45.

MUTUALIA, VOTRE PARTENAIRE SANTÉ ET PRÉVOYANCE



Mutualia a pour mission de garantir un service de qualité en matière de complémentaire santé et de prévoyance à ses adhérents. Notre métier est d'être à l'écoute des particuliers, travailleurs non-salariés (TNS) et entreprises qui nous font confiance, pour offrir une protection innovante et au plus près de leurs besoins.

Offre santé Mutualia



Particuliers : une offre santé à composer

Mutualia a fait le choix d'offrir aux particuliers une offre santé complète, adaptée à vos besoins et à votre budget. Quelle que soit la formule choisie, vous bénéficiez du service Mutualia Assistance 7jours/7 pour vous aider en cas de coups durs : aide-ménagère, garde d'enfants...



Entreprises : une couverture santé innovante

Mutualia propose des garanties spécifiquement adaptées aux besoins de l'entreprise et de ses salariés. Nous mettons à disposition notre savoir-faire et nous engageons un suivi et des conseils personnalisés pour chaque entreprise. De part son rôle important dans la protection sociale, Mutualia développe également de nouveaux produits adaptés aux exigences des accords de branche.



Travailleurs non-salariés : des garanties personnalisées

Mutualia a conçu pour les artisans, commerçants, professions libérales, chefs d'entreprise et gérants non-salariés des garanties frais de santé personnalisées, éligibles à la Loi Madelin. Les TNS bénéficient ainsi de la déductibilité fiscale, dans les limites prévues par la loi.

Offre prévoyance



Particuliers

Mutualia Hospi : pour une hospitalisation en toute sérénité
Vous profitez d'une allocation pouvant aller jusqu'à 40€/jour pour des prestations de confort (frais de télévision, déplacements des proches...).

Mutualia Obsèques : l'esprit libre pour vous et vos proches
Cette garantie vous permet de constituer un capital destiné à couvrir les frais d'obsèques afin d'éviter une charge financière importante à vos proches.



Exploitants agricoles

Maintenir les revenus en cas d'accident de la vie
Partenaire historique du monde agricole, Mutualia met à la disposition des exploitants agricoles une solution adaptée à leurs besoins spécifiques pour les soutenir. Mutualia Prévoyance Agricole assure un complément de revenus, pour protéger leur activité et leur famille, qui s'ajoute à celui versé par l'AMEXA ou l'ATEXA.



TNS

Une aide financière face aux aléas de la vie
Mutualia propose aux TNS une solution de prévoyance visant à leur assurer un maintien de revenus en cas d'incapacité temporaire ou permanente, associée à une garantie décès pour apporter à leurs proches un soutien financier.



Entreprises

Des solutions de prévoyance collective.
Ces garanties permettent de couvrir les salariés et leur famille en cas de décès ou de perte d'autonomie. Des garanties optionnelles sont également disponibles : décès accidentel, rente éducation, rente pour le conjoint, incapacité/invalidité.



D'INFOS SUR CES OFFRES ?

CONTACTEZ VOTRE CONSEILLER MUTUALIA AU 04 76 45 22 45

ZIKA ARRIVE EN FRANCE

Comme la dengue et le chikungunya, le virus zika est transmis par la piqûre des moustiques tigres, ces moustiques bien particuliers du genre *Aedes*. Les symptômes sont proches : très forte fièvre, douleurs musculaires, éruptions cutanées. Dans quelques cas, il peut également y avoir des complications neurologiques graves, comme le syndrome de Guillain-Barré (maladie inflammatoire du système nerveux périphérique). Ce virus était déjà connu des territoires d'Outre Mer puisqu'une

épidémie de zika avait touché près de 32 000 personnes en Polynésie Française en 2013-2014. En métropole, ce sont les départements du sud de la France qui sont exposés car la présence des moustiques tigres y est la plus forte. A l'heure actuelle, il n'existe aucun traitement ni vaccin. **Les mesures de prévention** (lutte anti-vectorielle, moustiquaire, répulsifs, etc.) **resteront donc d'actualité l'été prochain. La vigilance est de rigueur si vous partez bientôt sous les tropiques.**



UNE MAIN EN IMPRESSION 3D

Maxence, un jeune isérois de 6 ans, est né sans main droite. **Une malformation que ses parents ont décidé de compenser grâce à l'impression en 3D d'une prothèse de main.** Peu coûteuse et ludique, elle reste cependant non médicalisée. Maxence devient ainsi le premier petit français à bénéficier de cette technologie, qui ouvre bien des possibles.



Sources : <http://fr.ubergizmo.com>

VIH : LE GOUVERNEMENT FRANÇAIS FAVORABLE À UN TRAITEMENT PRÉVENTIF

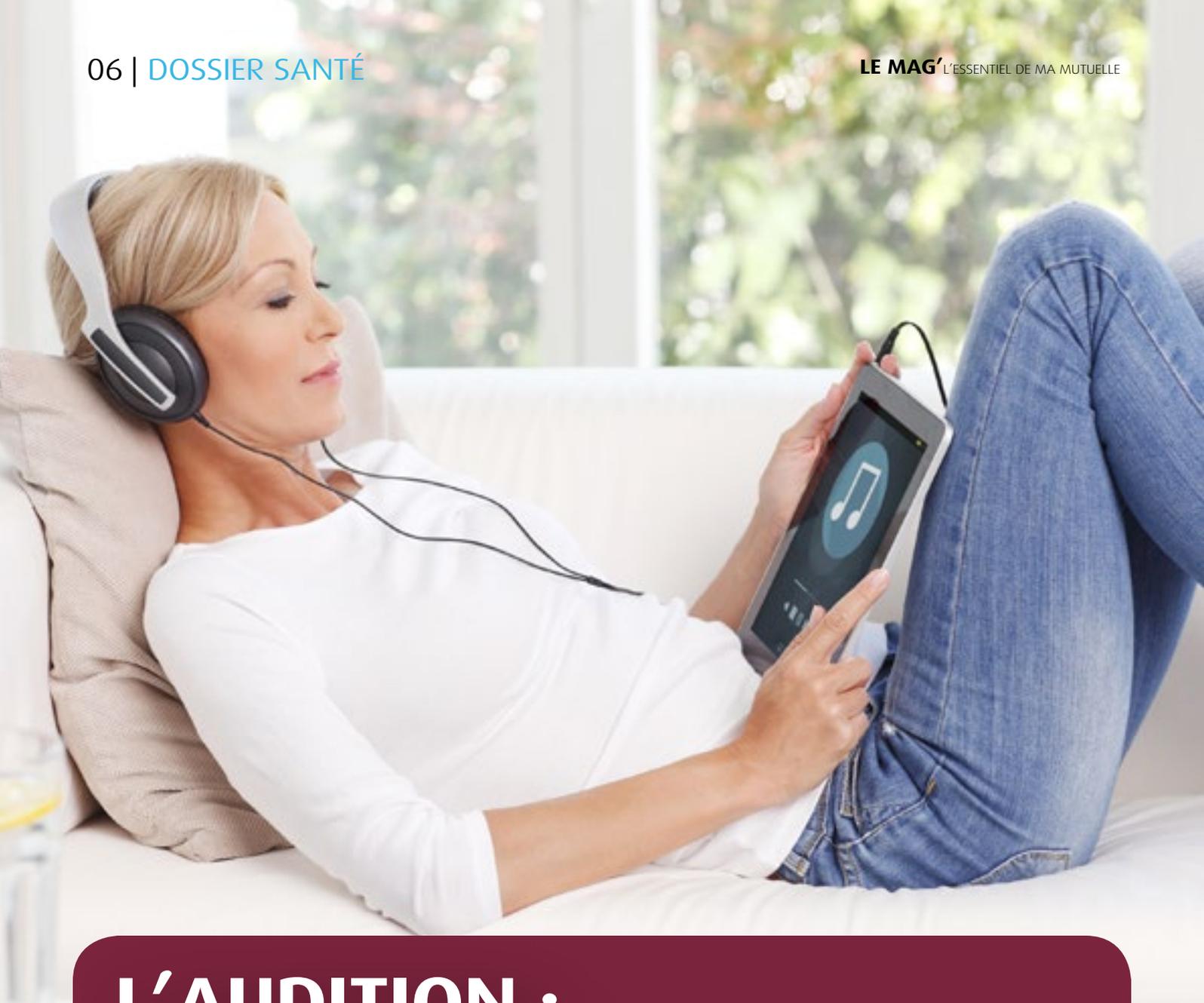


Dans le cadre de l'examen du projet de budget de la Sécurité sociale pour 2016, la ministre de la Santé, Marisol Touraine, a déclaré à quelques jours de la journée mondiale de lutte contre le sida, le 1^{er} décembre à l'Assemblée : **« Je suis favorable à la publication d'une recommandation temporaire d'utilisation du Truvada, un médicament qui doit nous permettre d'avancer significativement dans la lutte contre le VIH ».**

Cette autorisation ne serait valable que pour les personnes à haut risque.

La ministre a également précisé que le traitement, dont les effets sont « probants » pour réduire les contaminations, serait pris en charge à **« 100 % au début de l'année 2016 »**. Ce traitement, mis sur le marché en 2005, est déjà autorisé aux États-Unis comme traitement préventif.

Les associations françaises anti-sida et gay réclamaient depuis des mois l'autorisation de ce traitement préventif, rappelant qu'en France, chaque mois, plus de 500 personnes découvrent leur séropositivité au VIH.



L'AUDITION : MIEUX LA CONNAÎTRE POUR MIEUX LA PROTÉGER

PAR BLANDINE MELLOUET-FORT
MÉDECIN EN SANTÉ PUBLIQUE

Pour les êtres humains, l'audition est un puissant moyen d'alerte. Elle est aussi incontournable dans la communication avec les autres. Restons donc à l'écoute de l'un de nos cinq sens dont il faut particulièrement prendre soin.

SON ET DÉCIBELS

Le son est une onde qui résulte de la perturbation de la pression atmosphérique sous forme de rapides fluctuations. Ces vibrations sont perçues par le système auditif humain si leur fréquence est comprise entre 20 et 20000 hertz (Hz). Selon la fréquence, on distinguera des sons plus

ou moins graves ou aigus. Leur intensité peut aussi varier : elle est exprimée en décibels (dB). L'échelle part de 0 dB, le seuil de perception humaine. Le seuil de risque pour l'oreille est à 85 dB. A partir de 120 dB, l'intensité sonore devient douloureuse et extrêmement traumatisante pour l'oreille.

LE SYSTÈME AUDITIF

L'oreille comprend trois parties : l'oreille externe, moyenne et interne. **L'oreille externe** est un capteur, composée d'un pavillon et d'un conduit auditif. Elle sert à transmettre les sons vers le tympan. **L'oreille moyenne** agit comme un micro. Les vibrations du tympan sont transmises mécaniquement à trois petits osselets : le marteau, l'enclume et l'étrier. Cette chaîne transmet les mouvements du tympan à **l'oreille interne**. Celle-ci est la partie la plus fragile. Elle est constituée de canaux circulaires (organe de l'équilibre) et de la cochlée (organe de l'audition). La cochlée abrite les cellules sensorielles de l'audition, les cellules ciliées. Grâce à elles, les vibrations sonores vont être amplifiées, dirigées vers les fibres nerveuses qui lui sont connectées et transformées en message interprétable pour le cerveau.

LES DIFFÉRENTS TROUBLES

Lors d'une surexposition à une intensité élevée, une surdité totale ou partielle peut apparaître prématurément et de façon définitive. Les acouphènes, sorte de bourdonnement ou de sifflement entendus en continu, peuvent également être handicapants. Certains peuvent devenir intolérants au moindre bruit, et souffrir donc d'hyperacousie. L'hypoacousie, quant à elle, correspond au phénomène de vieillissement qui dégrade progressivement la qualité auditive. Mais elle n'est pas la seule responsable de perte auditive. Les « bouchons » de cérumen gênent également l'audition. Ce lubrifiant, produit par le conduit auditif, assure une protection antibactérienne et antifongique. Il s'élimine naturellement, mais il peut arriver qu'il s'accumule et s'assèche, formant



un bouchon. Certaines maladies infectieuses sont également responsables d'une baisse de l'audition voire d'une surdité. La toxoplasmose, les infections à cytomégalovirus, l'herpès ou la rubéole, contractées lors de la grossesse, peuvent induire une surdité chez l'enfant. Des otites à répétition ou une méningite peuvent également altérer l'audition.

LES CONSEILS DE MUTUALIA

Nous disposons à la naissance d'un capital des cellules sensorielles de l'audition. Voici quelques conseils pour préserver ce contingent tout au long de la vie !

- Évitez l'exposition à des volumes sonores supérieurs à 85 dB, qui est le seuil de risque.
- Eloignez-vous des enceintes lors d'un concert. Soyez vigilants sur le volume sonore de la musique lors de soirées privées mais aussi dans votre voiture.
- Limitez la durée d'écoute avec casque et écouteurs. Réglez leur volume sonore à la moitié.
- Protégez-vous avec le port de bouchons d'oreilles ou de casque anti-bruit qui va atténuer le volume sonore, de 20 à 30 dB selon les dispositifs.
- Installez du matériel Hi Fi qui dispose d'une spatialisation afin d'éviter de monter le son.
- Réalisez des « pauses auditives » pour récupérer. Lors d'un concert par exemple, faites des pauses de 30 min toutes les deux heures ou 10 min toutes les 45 minutes dans une zone calme.
- Évitez l'utilisation de coton tige. Il ne doit être employé que pour nettoyer le pavillon de l'oreille et la partie externe du conduit auditif, comme un gant de toilette. « Ramoner » le conduit auditif n'est pas recommandé car il entraîne une sursécrétion de cérumen et peut repousser du cérumen asséché, voire des fibres de coton, près du tympan.
- Consultez un médecin lors de sifflement, d'un bourdonnement continu ou l'impression d'une oreille cotonneuse.
- Contrôlez régulièrement votre audition grâce à un audiogramme auprès de votre O.R.L.

ÉCHELLE DES DÉCIBELS



0

40

70

90

110

CALME

- 0 : seuil d'audibilité
- 10 : vent léger dans les arbres
- 20 : chuchotements
- 30 : conversation à voix basse

AGREABLE / SUPPORTABLE

- 40 : bureau tranquille
- 50 : conversation courante
- 60 : restaurant calme, magasin

FATIGUANT

- 70 : salle de classe bruyante
- 80 : automobile, circulation à fort trafic

PENIBLE / RISQUE DE SURDITE

- 90 : quad, tondeuse, aboiement
- 100 : baladeur à puissance maximale, klaxon
- 110 : concert, discothèque

DOULOUREUX

- 120 : marteau piqueur
- 130 : avion au décollage à 100M

LA CUEILLETTE DES CHAMPIGNONS

LE CHAMPIGNON, UN ALIMENT QUI VOUS VEUT DU BIEN



En poêlée, en salade, en brochette, à la grecque, au bouillon, farcis, avec des œufs, du riz, des pâtes : cuisiner des champignons se décline à l'infini. Les champignons sont faibles en calories, mais riches en valeur nutritive.

En effet, ils contiennent de nombreuses vitamines, notamment celles du groupe B, indispensables à l'équilibre nerveux et au fonctionnement musculaire. Ils ont une teneur élevée en minéraux et oligo-éléments, comme le sélénium aux propriétés anti-oxydantes, mais ils restent pauvres en sodium. Sources de fibres, ils facilitent la digestion.

CUEILLIR SES CHAMPIGNONS EN TOUTE SÉCURITÉ : ATTENTION AUX INTOXICATIONS

212 cas d'intoxications liées à la consommation des champignons ont été répertoriés du 29 juin au 31 août 2015 (source InVS). Chaque année, on observe environ 3 décès et une vingtaine de cas graves. Les régions les plus concernées sont celles du sud : Aquitaine, Midi-Pyrénées et Rhône Alpes. Dans la majorité des cas, ces intoxications résultent d'une confusion avec des champignons comestibles. La vigilance est donc de mise. Quelques principes simples sont à respecter pour limiter les risques liés à la cueillette des champignons.

- ➔ **Ne ramassez que les champignons que vous connaissez. Soyez particulièrement vigilants, certains champignons hautement toxiques ressemblent aux espèces comestibles.** En cas de doute, il faut bien évidemment faire contrôler sa récolte avant toute consommation. Des spécialistes comme les pharmaciens ou les associations et sociétés de mycologie peuvent vous être utiles. Les champignons doivent être prélevés en totalité, pied et chapeau, pour permettre leur identification. Seuls ceux en bon état doivent être ramassés. Évitez de cueillir les champignons près des sites pollués comme les bords de route, les décharges ou les sites industriels, car ils peuvent concentrer les polluants. Si vous ramassez plusieurs espèces, pensez à les séparer : **un champignon vénéneux peut en effet contaminer les autres.** Placez-les dans un panier, une caisse ou un carton, mais évitez les sacs plastiques qui favorisent le pourrissement. N'oubliez pas de vous laver soigneusement les mains après la récolte.
- ➔ **Les champignons doivent être conservés au réfrigérateur et être consommés dans les 48h suivant la cueillette.** Contrairement aux champignons de Paris qui peuvent être consommés crus, les espèces sylvestres doivent bénéficier d'une cuisson suffisante. Enfin, limiter la quantité consommée peut minimiser les risques sanitaires en cas d'intoxication. De même, évitez de les proposer aux tous jeunes enfants.
- ➔ **En cas de symptômes évocateurs d'une intoxication (par exemple des signes digestifs ou neurologiques comme des tremblements ou des vertiges), il est recommandé d'appeler le 15 ou le centre antipoison.**



Centre de Lyon : 04 72 11 69 11
Centre de Marseille : 04 91 75 25 25



EN CAS D'ACCIDENT CAUSÉ PAR UN TIERS, AYEZ **LE BON RÉFLEXE : PRÉVENEZ MUTUALIA !**

LES CAS D'ACCIDENTS
CAUSÉS PAR UN TIERS
PEUVENT ÊTRE MULTIPLES



Si vous êtes victime d'un accident causé par un tiers et générant des dépenses de santé

- Vous avez été victime
- de coups et blessures volontaires (déclarés à la police ou la gendarmerie) ;
 - de morsures par un animal ;
 - d'un accident de la circulation que vous soyez conducteur, passager, piéton, cycliste ;
 - d'un accident sportif... etc.

Le bon réflexe est de prévenir votre Caisse d'Assurance Maladie mais **également MUTUALIA.**

Vous êtes remboursé pour vos éventuelles dépenses de santé liées à l'accident, dans les conditions habituelles.

MUTUALIA pourra ainsi se retourner vers le responsable de l'accident ou son assureur. Cette intervention, appelée Recours contre tiers, permet à Mutualia de récupérer auprès de l'assureur de la personne responsable de l'accident le coût des dépenses médicales.



RECOURS



ASSURANCE
DU FAUTIF

En informant MUTUALIA de votre accident, vous faites un geste simple, utile et citoyen pour éviter à votre Mutuelle et donc à ses adhérents de supporter des coûts qui ne leur incombent pas.



Comment prévenir ma mutuelle ?

Par mail : contentieux-sse@mutualia.fr
ou au 04 73 43 75 76



PORTRAIT D'UN ADHÉRENT ENGAGÉ DANS LE MONDE DE LA SANTÉ

ENTRETIEN AVEC M^{ME} ODILE TOCHON QUI ŒUVRE AU SEIN DE L'ASSOCIATION RESA

Dans le cadre de son activité d'assistante sociale, Odile Tochon a été touchée par les difficultés rencontrées par des aidants, confrontés aux questions de la perte d'autonomie ou de la fin de vie de l'un de leurs proches. Aujourd'hui retraitée, elle s'est engagée dans une démarche d'entraide en participant à la création d'une association de visiteurs bénévoles : ainsi est née l'association RESA que nous vous présentons aujourd'hui.



QUELLES SONT LES MISSIONS DE VOTRE ASSOCIATION RESA ?

RESA est une association de solidarité et de proximité qui intervient sur 4 cantons de l'avant-pays savoyard. Notre première mission est de rendre visite aux personnes âgées, dépendantes ou non, à domicile ou en EHPAD, pour rompre la solitude, échanger et partager des activités. Par exemple, aux personnes qui ne s'expriment pas, nous proposons des échanges basés sur l'art-thérapie ou

le jeu. Notre deuxième mission est de soulager les aidants naturels, souvent les enfants ou conjoints. Le temps d'une sortie, nos bénévoles peuvent prendre le relai de l'aidant pour offrir à celui-ci un peu de répit. C'est aussi l'occasion d'apporter notre soutien et d'échanger. Nous intervenons vraiment en complément des aidants naturels et des autres professionnels, nous apportons une énergie supplémentaire et un regard extérieur.

LA FIN DE VIE EST UN SUJET TRÈS DÉLICAT, COMMENT LES BÉNÉVOLES SE PRÉPARENT À L'ABORDER ?

Tous les bénévoles RESA reçoivent une formation initiale dispensée par des psychothérapeutes spécialisés en gériatrie et gérontologie, complétée par d'autres formations tout au long de l'année, pour pouvoir appréhender la psychologie de la personne âgée, comprendre ses problématiques, savoir se positionner par rapport à l'entourage et aussi aborder les questions liées à la mort. Vous savez, il est souvent plus facile pour une personne âgée d'aborder librement ce sujet avec un bénévole plutôt qu'avec des proches très liés affectivement. L'accompagnement des bénévoles RESA a donné lieu à de très belles évolutions,

a permis à des personnes âgées de retrouver leur entrain et à des aidants de pouvoir s'exprimer également.



AVEC RESA, LES BÉNÉVOLES RECRÉENT UN VRAI LIEN SOCIAL INTERGÉNÉRATIONNEL

Oui, nous sommes vraiment dans une démarche de partage et d'échange. Les personnes qui s'engagent à RESA viennent avec la volonté de faire mieux que ce qui a pu exister pour nos aînés. Les personnes âgées font partie de la société et nous souhaitons être à leurs côtés jusqu'à la fin de leur vie. Il faut dire aussi que nous apprenons énormément à leur contact, autant que l'on donne ! Le fait d'être en groupe est formidable : le groupe a énormément de ressources et fait émerger de très belles choses ! C'est d'ailleurs une grande partie de ma motivation à m'investir autant.



LES INFOS CLÉS SUR RESA

RESA existe depuis 2006 et intervient sur 4 cantons de l'Avant-Pays Savoyard : Yenne, Saint-Genix-sur-Guiers, Le Pont de Beauvoisin et Les Échelles. L'association compte aujourd'hui près de 40 bénévoles.

Plus d'informations pour vous, vos proches ou devenir bénévoles :
en téléphonant au 04 76 31 82 42 ou 04 76 31 18 12
et par mail resa.asso@yahoo.fr

RESA collabore avec d'autres structures comme par exemple Bulle d'air, créée à l'initiative de la MSA Alpes du Nord et qui propose un service de répit aux aidants appelé le baluchonnage sur l'Isère, la Savoie et la Haute-Savoie : <http://www.repit-bulledair.fr/>

VOTRE ESPACE ADHÉRENT ÉVOLUE !

Votre espace personnel se métamorphose pour vous offrir une meilleure ergonomie et une utilisation plus simple.

Découvrez prochainement des rubriques plus claires et fonctionnelles avec toutes vos informations habituelles : suivi de vos remboursements, actualités de la mutuelle, parrainage, et bien plus encore !

NOUVEAU

Mutualia vous propose désormais de retrouver de nouvelles fonctionnalités pour faciliter votre quotidien. Vous pouvez :

- consulter toutes les informations sur votre contrat : garanties, règlement mutualiste, etc.
- réaliser vos demandes de changement d'adresse ou de coordonnées bancaires, télécharger les justificatifs et les envoyer directement à votre conseiller Mutualia.

• réaliser une demande d'étude de remboursement optique avec Carte Blanche ou dentaire :

nos partenaires vous indiquent dans un délai de 48h, le reste à charge éventuel de vos frais de santé à venir.

• découvrir nos offres en cours et demander un devis à votre conseiller dédié.



VOUS N'AVEZ PAS ENCORE D'ESPACE ADHÉRENT ? POUR OUVRIR UN COMPTE, RIEN DE PLUS SIMPLE!

Rendez-vous sur www.mutualia.fr rubrique « espace adhérent » munis de votre numéro de Sécurité sociale et demandez vos codes d'accès. Vous les recevrez par courrier, directement à votre domicile.



POUR TOUTE QUESTION, contactez votre conseiller Mutualia au **04 76 45 22 45**

L'AIDE À LA COMPLÉMENTAIRE SANTÉ ÊTES-VOUS CONCERNÉS ?

La Loi de Sécurité sociale 2014 fait évoluer l'Aide à la Complémentaire Santé (ACS) qui donne désormais accès à des contrats de complémentaire santé sélectionnés sur des critères de qualité et de prix. Pour les adhérents concernés, pensez à vous mettre en conformité avec la loi pour continuer à en bénéficier.

Qu'est-ce que L'ACS ?

C'est un dispositif d'aide à l'accès à une complémentaire santé qui permet :

- de bénéficier d'une dispense d'avance des frais

- d'être exonéré des participations forfaitaires et franchises médicales.

Désormais, les bénéficiaires du chèque santé disposent d'une offre labellisée auprès de Mutualia avec des formules spécifiques.

Qui bénéficie de l'ACS ?

Les critères d'accès sont élargis, sont éligibles les personnes qui remplissent ces conditions :

- résider en France de manière régulière et stable

- avoir des ressources inférieures ou égales aux montants suivants :

NBRE DE PERSONNES	PLAFOND ACS*	
	ANNUEL	MENSUEL
1	11670 €	973 €
2	17505 €	1459 €
3	21006 €	1751 €
4	24507 €	2042 €
5	29175 €	2431 €
Par personne en +	+ 4668 €	+ 389 €

* Toutes les ressources, imposables ou non imposables, perçues au cours des 12 mois précédant la demande sont prises en compte, exceptées celles mentionnées à l'article R. 861-10 du code de la sécurité sociale.



Pour plus de renseignements concernant vos droits, contactez votre régime obligatoire (CPAM, MSA, RSI...).

LE PROGRAMME MÉCÉNAT DE MUTUALIA

Comme annoncé dans votre Mag' de Juillet 2015, MUTUALIA Santé Sud Est a lancé cet été son premier appel à projet dans le cadre de son action mécénat. L'appel à candidatures a été clôturé le 30 septembre dernier et nous avons reçu de nombreux dossiers présentant des projets particulièrement intéressants.

Nous tenions à remercier tous les candidats et à les féliciter pour l'ensemble des actions menées sur le territoire.

La sélection des dossiers et donc des projets soutenus par Mutualia Mécénat est faite par la Commission Mécénat. Celle-

ci est composée d'élus de la mutuelle, administrateurs choisis parmi chacun de nos secteurs mutualistes, permettant ainsi une représentativité de l'ensemble de nos adhérents.

A travers ses choix, la commission s'efforce de respecter l'engagement de la mutuelle dans son action de mécénat, afin de soutenir des projets inscrits dans les domaines de l'entraide, de l'éducation ou de la préservation de notre terre et de notre patrimoine culturel.

Les projets retenus seront très prochainement connus. Nous vous ferons décou-

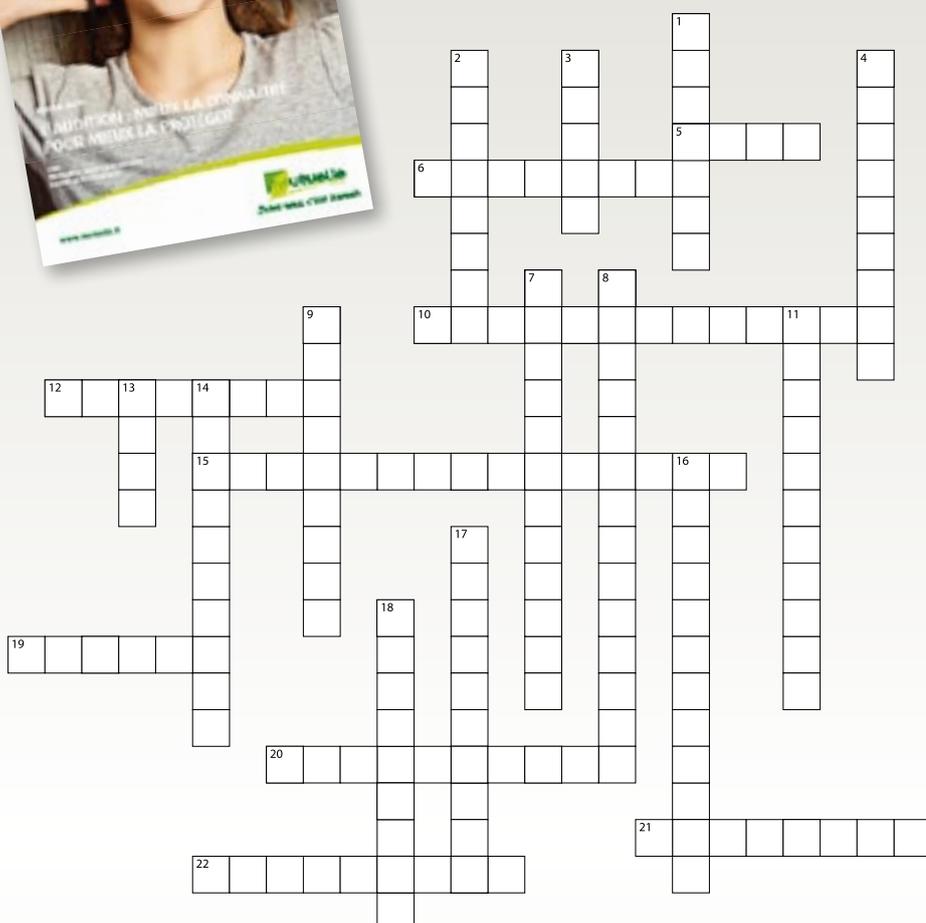
vrir le détail de leurs actions dans votre prochain Mag' Mutualia du mois de juillet 2016.



NOUVEAU LES MOTS CROISÉS DE MUTUALIA



TROUVEZ LES RÉPONSES AUX DÉFINITIONS
CI-DESSOUS EN RAPPORT AVEC LE CONTENU DE VOTRE MAG'



DÉFINITIONS

- 1 Soutien de projets
- 2 Mutualia est la votre
- 3 Pourvu qu'elle soit bonne
- 4 Actuellement plus de 118 000 au sein de Mutualia Santé Sud Est
- 5 Engagés et acteurs de la mutuelle
- 6 Bonne, mauvaise, peut également être troublée
- 7 Mutualia Santé Sud Est prépare le sien
- 8 Mutualia l'est en santé
- 9 Un nouveau a été élu pour Mutualia Santé Sud Est
- 10 Axe commercial, croissance
- 11 Qu'elles soient petites, moyennes ou grandes, une offre leur est dédiée
- 12 Rural
- 13 Association accompagnant les personnes âgées
- 14 Bon pour la santé, l'automne en est la meilleure saison
- 15 Elus, représentants des adhérents
- 16 Nouvelle réglementation pour ce type de contrats au 1er janvier 2016
- 17 Anticiper l'avenir
- 18 Valeur essentielle pour Mutualia, peu distante
- 19 Entre nous, ça l'est
- 20 Valeur de Mutualia, entraide
- 21 Mesure de la pression acoustique
- 22 Remboursements contractuels

Retrouvez la solution sur notre site internet www.mutualia.fr sur la page Actualités de Mutualia Santé Sud Est et dans votre prochain Mag'.

