



SENIOR *La prévoyance dès aujourd'hui*

SANTÉVIE *Les agences font peau neuve*

LE **M**MUTUALISTE

PRÉSIDENTIELLES 2012

LA SANTÉ **AU CŒUR** **DES DÉBATS**

Pas de questionnaire médical
Ni d'examen de santé

à partir de
6,85€*
par mois

Mutex Accidents de la Vie

Soyez sûr d'être bien protégé

1 protection renforcée pour mettre votre famille et vous-même à l'abri des aléas de la vie courante et de leurs conséquences financières : accidents domestiques, accidents scolaires, accidents de sport amateur, etc.

1 assistance complète et efficace, quel que soit le niveau de garantie choisi.

2 formules adaptées à votre situation personnelle :

Formule « Individuelle », ou formule « Famille ».
L'adhésion est possible jusqu'à 60 ans.

3 niveaux de garantie pour vous protéger en toutes circonstances.

Une indemnité pouvant atteindre 1 million d'euros par victime.



www.santevie.fr

MUTEX

Société anonyme à directeur et conseil de surveillance au capital de 31 978 110 euros.
Entreprise régie par le code des Assurances / RCS nanterre 529 219 040.
Siège social : 125 avenue de Paris - 92227 Châtillon CEDEX.

Demande d'informations

A retourner sous enveloppe
non affranchie à
Mutuelle SANTEVIE
Libre réponse 21022
81015 ALBI cedex 9

Je souhaite obtenir des informations sur Mutex Accidents de la Vie sans engagement de ma part.

Nom _____ Prénom _____

Adresse _____

Code postal _____ Ville _____

Profession _____ Date de naissance _____

N° de téléphone _____



© Sven Bähren - Fotolia.com

P 6-9 QUOI DE NEUF

Votre mutuelle. Toutes les nouveautés.

P 10-13 DOSSIER

Présidentielles 2012.

La santé au cœur des débats.

P 14 SANTÉ

Allergies respiratoires. Mieux les connaître.

P 15-16 SANTÉ BRÈVES

Cerveau. Égalité entre jeunes et personnes âgées.

Maladies cardio vasculaires.

L'hygiène dentaire protège votre cœur.

P 17 GRAND ANGLE

Hospitalisation, retraite, épargne.

Soyez prévoyant.

P 18-19 REPORTAGE

Don du sang. 10 minutes

pour sauver des vies.

P 20-21 VIE MIDI-PYRÉNÉES

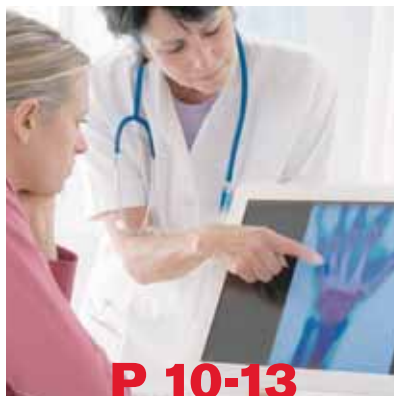
L'Isle-Jourdain.

Le vélo a pignon sur roue.

P 22 DROIT

Téléphone. Stop au démarchage.

P 6
Prévention
cancer.



© JPC-Prod - Fotolia.com

P 10-13
2012, la santé au cœur
des débats.

Pour les adhérents du Tarn, ce numéro est accompagné d'un supplément de 4 pages intitulé « Mutualiste SANTÉVIE, spécial Tarn »



Le Mutualiste Santévie : édité par la Mutuelle Santévie, régie par le livre II du code de la Mutualité - SIREN N° 777306226 - 9 rue de Metz, 31000 Toulouse - Tél. 0970 808 970 - Directeur de la publication : **Gabriel Guy** - Rédacteur en chef : **Alain Rey** - Rédacteur en chef délégué : **Jean-François Rebeyrol** - Secrétaire de rédaction : **Vanessa Pageot** - Pages Vie Midi-Pyrénées : **Alain Moreau** - Maquette, prépresse : **Ciem** - Dessins : **Jef** - Impression : **Maury Imprimeur** - Tirage : 137 000 ex. - Commission paritaire : 0314 M 06 788 - Prix : 0,60 € - Abonnement : 4 numéros 2,40 € - N° 106 mars 2012 - Dépôt légal à parution. La reproduction des articles de ce numéro est interdite, sauf autorisation expresse du directeur des rédactions. *Le Mutualiste* est une publication du Réseau des éditeurs de revues (RER). Photo de couverture : **DR.**

NAUFRAGE
SANITAIRE

Après le scandale du Médiator®, ceux du Bisphénol A et des implants PIP ont définitivement entamé la confiance des Français dans le système de santé et relancent la polémique sur la sécurité sanitaire. La loi renforcée sur le médicament, parue fin 2011, comporte un volet sur l'encadrement des dispositifs médicaux. Malgré les efforts consentis, ce texte se révèle insuffisant pour préserver la France de nouvelles affaires sanitaires. Des voix s'élèvent pour réclamer le renforcement de la réglementation. Les mutualistes demandent d'ailleurs, depuis plusieurs années, la mise en place d'une autorisation de mise sur le marché pour les dispositifs médicaux sur le modèle de celle en vigueur pour les médicaments. En effet, contrairement aux médicaments, aucune étude clinique n'est demandée pour ces dispositifs. Pire, l'obtention du seul marquage CE suffit comme pour de simples jouets... On est loin des exigences du médicament. Dans ce contexte, la Mutualité française vient de rendre publiques ses orientations pour un système de santé plus juste, plus efficace et pérenne (voir notre dossier en pages centrales). La santé est l'une des préoccupations majeures des Français, il est important de la placer au cœur du débat électoral de 2012 pour éviter un nouveau naufrage sanitaire.

Gabriel Guy,
président
de la Mutuelle SANTÉVIE



COURRIER DES LECTEURS

Le *Mutualiste SANTÉVIE*, courrier des lecteurs, 9 rue de Metz, 31000 Toulouse. E-mail: contact@santevie.fr

Rougeole

« J'entends parler de la campagne de vaccination de la rougeole. Or, j'ai perdu mon carnet de vaccination et je ne sais pas si je suis vaccinée ou non. Comment savoir si je suis bien protégée contre la rougeole ? » *Estelle J.*

Si vous n'avez plus votre carnet de vaccination, que vous n'avez jamais contracté la rougeole et que vous êtes née après 1980, vous devez considérer que vous n'êtes pas protégée contre la rougeole. Il est recommandé de se faire vacciner avec deux doses de vaccin ROR (Rougeole, oreillons, rubéole). La vaccination ROR peut être administrée aux personnes qui ont déjà eu une ou plusieurs de ces maladies ou qui ont déjà reçu un ou plusieurs de ces vaccins. Le vaccin contre la rougeole est remboursé à 100 % par l'Assurance maladie pour les enfants âgés de un à dix-huit ans,

et au minimum à 65 % pour tous les autres assurés.
Pour se faire vacciner, adressez-vous à votre médecin traitant ou à un centre de vaccination.

À noter: du 21 au 27 avril, semaine européenne de la vaccination,

<http://www.semaine-vaccination.fr/index.html>

Source: Ministère de la Santé et Inpes, l'institut national de la prévention et de l'éducation pour la santé, <http://www.info-rougeole.fr/index.html>



Aide à la complémentaire santé

« Quelles sont les conditions pour bénéficier de l'aide à l'acquisition d'une complémentaire santé ? »

Pierre D.

Pour bénéficier de l'aide, il convient d'être en situation régulière et de résider en France de façon stable depuis plus de trois mois.

Le plafond de ressources ouvrant le droit à cette aide a été relevé le 1^{er} janvier 2012.

Une personne seule vivant en métropole peut bénéficier de l'aide si elle perçoit entre 648 € et 874 € par mois. Le montant varie selon l'âge et la composition du foyer.

L'aide est de 100 € pour une personne âgée de moins de 16 ans, 200 € pour une personne de 16 à 49 ans, 350 € de 50 à 59 ans et 500 € pour une personne de 60 ans et plus.

Coloscopie

« Je dois subir une coloscopie prochainement dans une clinique. Comment cet examen est-il pris en charge ? » *Xavier B.*

Si votre garantie couvre l'hospitalisation, présentez votre carte mutualiste lors de l'admission pour bénéficier du tiers payant. Vous n'aurez pas d'avance d'argent à effectuer. Concernant le forfait journalier hospitalier, vous n'aurez rien à verser. Celui-ci n'est en effet dû que pour les séjours supérieurs à vingt-quatre heures, or la coloscopie ne nécessite, dans la majorité des cas, qu'une hospitalisation en ambulatoire d'une demi-journée à une journée. Une participation forfaitaire de 18 euros s'applique à tous les actes dont le tarif est égal ou supérieur à 120 euros, la mutuelle prend en charge ce forfait ainsi que le supplément de la chambre particulière entre 10 et 20 euros.

Magazine Rose

« Ma sœur est atteinte d'un cancer. La radio a parlé d'un nouveau magazine, à destination des femmes malades d'un cancer. Où le trouver ? » *Anne L.*

Rose magazine est un nouveau journal, pour les femmes atteintes d'un cancer et leur entourage. Il est distribué gratuitement dans les 101 comités départementaux de la Ligue contre le cancer, dans les centres de lutte contre cette maladie et dans les établissements de soins publics et privés. Ce magazine est riche en informations médicales, d'infos pratiques, de témoignages mais aussi de conseils beauté pour continuer à prendre soin de sa féminité, y compris pendant la chimio. Au-delà, le magazine se pose aussi comme porte-parole de toutes les femmes atteintes d'un cancer, avec la caution de professionnels de la santé. Le prochain numéro de *Rose Magazine* paraîtra en avril.

Extranet entreprises

« Correspondant de la mutuelle pour mon entreprise, ai-je un accès immédiat et permanent aux informations concernant notre contrat collectif? » *Pierre L.*

Les entreprises adhérentes, à l'instar des particuliers, peuvent gérer leur contrat en ligne en toute sécurité, vingt-quatre heures sur vingt-quatre, sept jours sur sept sur www.santevie.fr Depuis l'extranet entreprise, vous visualisez et pouvez mettre à jour les données de votre entreprise (adresse, téléphone, visualisation des garanties détenues et de l'effectif). L'extranet vous permet également de gérer l'effectif de l'entreprise (affiliation et résiliation de salariés et de bénéficiaires, mise à jour de leurs données personnelles). La visualisation de l'échéancier est accessible depuis la rubrique « suivi comptable ».



Prélèvement automatique

« Adhérent à titre individuel, quelles sont les démarches à effectuer pour payer ma cotisation par prélèvement? » *Alexis P.*

Le prélèvement automatique sur votre compte est efficace et sûr. Il suffit d'en faire la demande auprès de votre agence Mutuelle SANTÉVIE ou en téléphonant au **0 970 808 970** (numéro non surtaxé). Vous recevrez une autorisation de prélèvement à retourner complétée et signée, accompagnée d'un relevé d'identité bancaire ou postal.

Transport sanitaire

« Salarié, suite à un accident du travail, je dois régulièrement me rendre chez le kiné en ambulance. Est-ce que le transport est pris en charge? » *Laurent P.*

Vous êtes pris en charge pour les transports prescrits par un médecin et liés à une hospitalisation (entrée et sortie) complète, partielle ou ambulatoire, à des soins ou des traitements en rapport avec une affection de longue durée, à des soins en rapport avec un accident du travail ou une maladie professionnelle, à la nécessité d'être impérativement allongé ou sous surveillance constante. La prise en charge est également effective pour les transports prescrits de longue distance (plus de 150 km aller) ou en série (au moins 4 transports de plus de 50 km aller, sur une période de 2 mois, pour un même traitement). Il y a prise en charge aussi si vous vous rendez à une consultation médicale d'appareillage ou chez un fournisseur d'appareillage. Enfin, si vous accompagnez un enfant de moins de 16 ans ou toute autre personne dont l'état de santé nécessite l'assistance d'une autre personne, vos frais de transport peuvent être pris en charge si le médecin l'a précisé sur la prescription. En dehors de ces situations particulières, vos transports ne sont pas pris en charge, même s'ils sont prescrits par un médecin.

Archives

« Combien de temps dois-je conserver les documents de remboursements de mes frais de santé? » *Véronique L.*

Concernant les décomptes de l'Assurance maladie, il vous faut les conserver deux ans à compter du paiement des prestations. Pour les remboursements de la mutuelle, le délai est également de deux ans. Vous avez en effet jusqu'à deux années pour vous faire rembourser vos frais de santé ou porter une réclamation. Pour les ordonnances, la délivrance de la plupart des médicaments peut se faire dans l'année qui suit leur prescription. Pour les lunettes correctrices, la validité des ordonnances est de trois ans pour les plus de 16 ans. À propos du versement des indemnités journalières, le délai de conservation des justificatifs, court jusqu'à la liquidation des droits à la retraite dans l'hypothèse où la validation de ces périodes n'aurait pas été faite. Enfin pour le carnet de santé, le carnet de vaccination, les examens médicaux et les radiographies, il est fortement conseillé de les conserver toute sa vie.

ENTREPRENEURS

Une nouvelle offre pour la création

Afin d'aider les créateurs à développer leur entreprise, la Mutuelle SANTÉVIE, spécialiste de la protection sociale en entreprise, leur apporte un conseil global quant au choix de leur statut, de leur régime obligatoire, de leur complémentaire santé, de leur prévoyance et de la préparation de leur retraite. Des conseillers spécialisés accompagnent le créateur mais assurent aussi des formations pour l'installation dans les chambres des métiers de la région, et sont en relation avec les experts comptables. En 2012, la Mutuelle SANTÉVIE apporte une aide concrète aux créateurs: elle leur offre jusqu'à 3 mois gratuits sur leur complémentaire santé. Renseignements au service relation clients au **0970 808 970**, (numéro non surtaxé), du lundi au vendredi de 8 heures à 18 heures ou sur contact.pro@santevie.fr

PRÉVENTION

ON PEUT TOUS SE PROTÉGER DU CANCER

Le docteur Martine Sauvage anime les ateliers sur le cancer, organisés par SANTÉVIE, au cours desquels elle explique les mesures de prévention au quotidien.

Le Mutualiste - En France, depuis 2004, le cancer est la première cause de mortalité⁽¹⁾ en France chez l'homme et le deuxième chez la femme. Quelle est la situation aujourd'hui en Midi-Pyrénées ?

Dr Martine Sauvage - On estime à environ 15 000 le nombre annuel de nouveaux cas de cancers en Midi-Pyrénées. Ils causent chaque année plus de 7 000 décès. Mais notre région est moins touchée que celles du Nord-Pas-de-Calais ou de la Normandie par exemple. Depuis une dizaine d'années nous constatons un phénomène inquiétant: la forte augmentation des cancers du poumon chez la femme.

L.M. - Comment et dans quelle mesure peut-on se protéger ?

Dr M. S. - Il y a des facteurs de risque, scientifiquement établis, dont on peut se protéger comme le soleil et les rayons UVA et B, le tabac et l'alcool. Ces trois facteurs sont responsables du plus grand nombre de cancers en France. La nutrition peut jouer un rôle, le surpoids et l'obésité étant des facteurs de risque. La prévention dans les milieux professionnels s'est également beaucoup améliorée ces dernières années.



L.M. - Le dépistage est-il désormais bien ancré chez les Midi-Pyrénéens ?

Dr M. S. - Non, il reste encore beaucoup de progrès à faire en terme de participation aux campagnes de dépistage du cancer du sein et du côlon. Et pourtant, quand la tumeur est détectée suffisamment tôt, notamment grâce au dépistage, nous pouvons augmenter les chances de guérison. Dans notre région, nous disposons de huit structures de dépistage, une par département.

Propos recueillis par Vanessa Pageot

(1) Le cancer est responsable de 29,6 % des décès suivis des maladies de l'appareil circulatoire 27,5 %. Source: <http://www.e-cancer.fr>

Les ateliers prévention

- Jeudi 1^{er} mars, de 18 heures à 20 heures à Auch - Thème: Nutrition.
 - Jeudi 8 mars, de 18 heures à 20 heures à Foix - Thème: Cancer.
 - Jeudi 22 mars, de 18 heures à 20 heures à Albi - Thème: Nutrition.
 - Jeudi 29 mars, de 18 heures à 20 heures à Montauban - Thème: Sommeil.
- Renseignements et inscriptions sur le site: www.santevie.fr ou sur www.prevention@santevie.fr

PROXIMITÉ

Les agences font peau neuve

Les agences SANTÉVIE font peau neuve. L'hiver dernier, les agences de Réalmont et Lavelanet ont été rénovées, puis celles de Foix et Caussade. Côté Aveyron, SANTÉVIE s'est récemment installée dans de nouveaux locaux à Bourran pour proposer un accueil de proximité aux assurés Santévie Professions Indépendantes. Ces ouvertures d'agence interviennent dans une démarche globale: optimiser la proximité et le conseil en agence entre les habitants et leur mutuelle.

- **Réalmont**,
20 rue Général Ferret.
Tél.: 05 63 79 25 90.
- **Lavelanet**,
3 place de l'Europe.
Tél.: 05 61 02 06 20.
- **Foix**,
37 cours Gabriel Fauré.
Tél.: 05 61 05 02 10.
- **Caussade**,
34 bd Didier Rey.
Tél.: 05 63 93 23 00.
- **Rodez**,
10 rue de Bruxelles, quartier Bourran.
Tél.: 0970 808 970 (appel non surtaxé).

ENFANTS

Couverture santé au-delà de 18 ans



Vous avez des enfants majeurs à charge? Sachez qu'ils peuvent rester sur votre contrat santé. Si vous avez souscrit une garantie à titre individuel, il n'y a pas de limite d'âge maximum pour garder vos enfants sur votre contrat. Pour leur faire bénéficier d'une cotisation « enfants » entre 21 et 28 ans, il faudra transmettre un des justificatifs suivants: étudiants, demandeurs d'emploi, apprentis ou handicapés. À défaut, vos enfants bénéficieront d'une cotisation « adulte » déterminée en fonction de l'âge. Si vous bénéficiez d'une garantie dans le cadre de votre entreprise*, vos enfants peuvent rester couverts jusqu'à la fin de l'année civile de leurs 25 ans (ou 28 ans pour les étudiants, demandeurs d'emploi, apprentis, handicapés, sur présentation de justificatif). Au-delà, ils doivent souscrire une garantie à titre individuel.

* Hors cas exceptionnels. Voir conditions en agence.

INFIRMIERS

Une nouvelle convention



La Mutuelle SANTÉVIE est partenaire de la fédération nationale des infirmiers (FNI).

À ce titre, les infirmiers ont la possibilité de bénéficier d'une offre de complémentaire santé et prévoyance particulièrement étudiée pour eux. En novembre dernier, des conventions départementales ont été signées avec les représentants SANTÉVIE et de la FNI. Ce contrat rentre dans le cadre de la convention nationale collective négociée avec la Mutualité française.

Renseignements au 0970 808 970 (appel non surtaxé).

FOIX

UNE AGENCE PLUS PROCHE

Plus spacieuse et plus confortable, la nouvelle agence de Foix est restée proche de ses adhérents.

C'est désormais sur le cours Gabriel Fauré que SANTÉVIE accueille ces adhérents fuxéens. Après une année de travaux, c'est une toute nouvelle agence plus visible et accessible qui s'est installée sur l'artère principale de la préfecture Ariégeoise. « La particularité de l'agence de Foix est sa grande proximité avec les adhérents. Ces derniers préfèrent très souvent se déplacer plutôt que téléphoner. Nous sommes là pour répondre à leurs questions: les remboursements de soin, le détail de leurs garanties, les produits prévoyance ou d'épargne, etc. », précise Hanan Gourmaz, responsable du secteur Ariège et Haute-Garonne. Le dentaire et l'optique reviennent régulièrement dans les questions des mutualistes. « Nous conseillons toujours de demander des devis à plusieurs professionnels de santé et de les comparer. Nous pouvons les aider à décrypter ces devis et leur expliquer leur prise en charge par SANTÉVIE », explique l'une des conseillères.

Un coin enfants

« Nos adhérents sont fidèles, surtout chez les personnes âgées, constate Hanan Gourmaz, ils nous ont suivis à Gabriel Fauré et sont très satisfaits de la nouvelle agence. Nous avons aussi pensé aux jeunes et en particuliers aux jeunes parents en aménageant un coin enfant avec du mobilier adapté et en mettant à disposition des livres, des jeux ». Enfin, les professionnels et les entreprises pour des contrats collectifs trouvent, eux aussi, leur interlocuteur dans cette nouvelle agence.

Agence de Foix, 37, cours Gabriel Fauré, ouverte du lundi au vendredi de 8 h 30 à 12 heures et de 13 h 30 à 17 h 30. Tél.: 05 61 05 02 10.



De gauche à droite: Hanan Gourmaz, responsable; Cécile Roucaries, agent gestion; Laëticia Baltazard, conseillère particulier; Laurence Poma, agent gestion; Bruno Andres, conseiller contrat collectif entreprises; Nicole Galy; conseillère particulier et Sylvie Laguerre; conseillère pour les professionnels.

Les trois autres agences en Ariège

Pamiers – 26 av. 9^e RCP. Tél.: 05 61 67 92 15.

Lavelanet – 3 place de l'Europe. Tél.: 05 61 02 06 20.

Saint-Girons – 45 rue Villefranche. Tél.: 05 34 14 30 56.



GERs
Des services
ouverts à tous

À Auch, un centre dentaire et un magasin Les Opticiens Mutualistes sont gérés par la Mutualité Française-Gers.

Ils garantissent l'accès à des soins de qualité aux prix les plus justes. Le relais Cajou, accueil de jour pour les personnes atteintes d'Alzheimer ou d'une maladie apparentée, est également un service de la Mutualité Française-Gers. En plus de ses ateliers quotidiens, le relais propose une prise en charge thérapeutique.

• **Centre dentaire mutualiste.**

Ouvert du lundi au vendredi de 8 heures 30 à 18 heures, 8 place Jean-David. Tél. : 05 62 61 66 42.

• **Les Opticiens Mutualistes.**

Ouvert du mardi au vendredi de 8 h 30 à 18 h 15 et le samedi matin de 8 h 45 à 11 heures, 8 place Jean-David. Tél. : 05 62 61 66 41.

• **Relais Cajou.**

Ouvert du mardi au vendredi de 9 h 30 à 17 h 30, 44 rue du 8 mai à Auch. Tél. : 05 62 60 89 20.

TOULOUSE – BASSO CAMBO
DES LASERS POUR SOIGNER VOS YEUX

Depuis le 1^{er} mars, le pôle ophtalmique du centre médical de La Mutualité française Haute-Garonne dispose d'une salle de microchirurgie et de trois nouveaux lasers.

Trois nouveaux lasers, une salle de microchirurgie et un angiorétinographe, c'est la nouvelle unité de pointe du pôle ophtalmologique du centre médical de Basso Cambo à Toulouse. Cette unité prend en charge les dégénérescences de la rétine, principalement celles liées à l'âge⁽¹⁾ ou au diabète⁽²⁾ et complète l'offre de consultation ophtalmique classique. Les praticiens ont constaté de nombreuses pathologies liées au diabète. La Mutualité Française Haute-Garonne s'est équipée pour proposer un service de qualité et ainsi répondre aux besoins de soins des assurés. Les quatre ophtalmologues, comme tous les autres professionnels de santé du centre, sont tous conventionnés secteur I, c'est-à-dire sans dépassement d'honoraires. Sur présentation de la carte Vitale et de la carte d'adhérent, les patients bénéficient du tiers payant et n'ont donc pas à faire l'avance des frais.

Un centre rénové et dynamique pour tous

Le centre médical de Basso Cambo propose une offre sanitaire étendue, regroupant la médecine générale et des spécialités comme la cardiologie, la gynécologie ou le dentaire. Cette spécificité permet la prise en charge globale du patient. À côté de l'offre de soins, la Mutualité française Haute-Garonne s'implique dans la prévention, à travers le dépistage des cancers du sein ou colorectal ou des ateliers de voix chantée, destinés aux malades atteints de Parkinson.

(1) DMLA, dégénérescence maculaire liée à l'âge.
(2) Rétinopathie diabétique.

Le service ophtalmologique de Basso Cambo dispose aussi d'un appareil qui analyse le nerf optique, très utile, par exemple, dans le suivi d'un glaucome.



L'offre médicale du centre de Basso-Cambo

- Médecine générale - Médecine spécialisée : cardiologie, orthopédie, dermatologie, endocrinologie, diabétologie, gastro-entérologie, gynécologie médicale et obstétrique, neurologie, ophtalmologie, pédiatrie, psychiatrie, orthophonie, orthoptie.
- Dentaire - Radiologie, échographie, mammographie.
- Prélèvements et soins infirmiers. Les consultations sont avec ou sans rendez-vous. Accueil médical au 05 61 76 62 17. Accueil radiologie : 05 61 76 62 20. Accueil dentaire : 05 61 76 61 30.

HAUTE-GARONNE
Un réseau
de 16 crèches

La Mutualité Française Haute-Garonne gère 16 crèches dans le département. Un programme de prévention santé et d'accueil d'enfants porteurs de handicap fait la spécificité de ce groupement.

Berat :

05 61 76 59 99.

Boussens :

05 61 97 13 53.

Castelnau

d'Estrefonds :

05 62 22 76 28.

Flourens :

05 61 20 00 21.

Le Fousseret :

05 61 97 90 75.

Lherm :

05 61 56 78 52.

Longages :

05 61 87 75 86.

Rieumes :

05 61 76 98 31.

Ste-Foy-de-

Peyrolières :

05 82 95 18 07.

Toulouse :

• 2 espace des Glières :

05 34 46 16 42.

• 17 rue de l'Aspin :

05 61 40 44 65.

• 6 ter rue Paul

Verlaine :

05 61 13 72 88.

• 31 rue des Martyrs

de la Libération :

05 61 53 25 95.

• 116 bis bd Déodat

de Séverac :

05 61 43 96 19.

Venerque :

05 34 47 08 15.

Saint-Jean :

05 62 89 05 95.

ARIÈGE

Des lunettes de sport, à votre vue

En alpinisme, cyclisme, parachutisme ou sport nautique, il est difficile de garder ses lunettes de vue classiques... Les Opticiens Mutualistes ariégeois se sont spécialisés dans l'optique de sport. Tous les produits sont adaptés à la vue: masque de ski ou de plongée, lunettes de piscine, lunettes de cyclisme, d'alpinisme... Les contraintes techniques des différents sports sont aussi prises en compte: branches flexibles, mousse protectrice, étanchéité, etc. « *Nous sommes les seuls aujourd'hui, sur tout le département, à proposer ces produits d'une haute technicité* », explique Richard Vasseur, directeur de la Mutualité française Ariège.

Les Opticiens Mutualistes ariégeois viennent également à la rencontre des sportifs lors des manifestations sportives:

- Du 12 au 15 mars à la Transpyrénéenne à Beille.
- Le 8 avril au Trail des Citadelles à Lavelanet.
- Le 24 juin au Triathlon de Mercus.
- Les 29 et 30 juin à la Cyclo ariégeoise à Tarascon et à Beille.
- Les 18 et 19 août au Marathon de Montcalm à Tarascon et à Auzat.

OPTIQUE ARIÈGE

Meilleur magasin de France

Foix est le meilleur magasin « Les Opticiens Mutualistes » de France, d'après une étude qualitative de Visaudio. Les 686 magasins, répartis sur l'Hexagone, sont régulièrement contrôlés sur plusieurs critères de qualité: accueil téléphonique et en magasin, agencement, choix des lunettes, conseils techniques, informations sur la prise en charge de l'Assurance maladie et des complémentaires santé, satisfaction du client, etc. Foix a obtenu la note maximale de 1 000 sur 1 000.



Le président de Mutualité Ariège Services, Pierre Carayol, remet à l'équipe du magasin de Foix le trophée du meilleur magasin de France.

TARN-ET-GARONNE

L'INFORMATIQUE FACILE

Ils ont entre 60 et 77 ans et l'informatique n'a plus de secrets pour eux grâce aux cours à la cyberbase.

Concentrés, ils tapotent sur leur clavier, naviguent d'une fenêtre à l'autre. Le Clic (Centre local d'information et de coordination gérontologique) de Caylus organise, depuis l'automne dernier, des cours d'informatique, en partenariat avec la mairie, le conseil général et la Mutualité française - Union territoriale 82⁽¹⁾. Quatre groupes accueillent déjà une dizaine de personnes chacun. La participation, pour chacun, est de 30 euros pour 6 cours d'une heure et demie.

L'atelier informatique accueille tous les élèves, néophytes ou non, la seule condition étant d'être âgé de plus de 60 ans. « *Pour les personnes qui n'ont jamais utilisé d'ordinateurs il faut, avant tout, qu'elles s'émanicipent de la machine, de la souris et du clavier pour que leur utilisation devienne peu à peu naturelle comme chez un enfant* », analyse Jean-Marie Jacquesson, l'animateur.



Se mettre au goût du jour

« *Aujourd'hui, pour avoir un complément d'information, les magazines ne vous donnent plus de numéro de téléphone mais une adresse mail. Je me suis dit qu'il était temps de se mettre au goût du jour* », témoigne Claude, 64 ans. Marthe, 77 ans, est la présidente du club des aînés de Caylus. Pour elle, l'utile se joint à l'agréable: « *Dans le cadre de l'association, nous avons besoin de maîtriser l'ordinateur pour communiquer et puis, nous sommes venus entre amis* ». Michèle, 67 ans, confirme cette dynamique: « *Je n'ai pas encore d'ordinateur personnel mais j'avais envie de découvrir cette technologie. Je vais suivre le deuxième module de perfectionnement, car à la retraite, nous avons du temps, n'est-ce pas?* ».

Renseignements pour l'atelier informatique du Clic au **05 63 67 01 57**.

(1) La mairie est gestionnaire de la cyberbase, la Mutualité française diffuse et gère les inscriptions de cet atelier du Clic. Le conseil général est partenaire du Clic à travers une convention et des subventions.



© JPC-Prod - Fotolia.com



© N. Mergui



© Bryan Creely - Fotolia.com

Présidentielles 2012

LA SANTÉ AU CŒUR DES DÉBATS

À quelques semaines de l'élection présidentielle, la Mutualité française rend publiques ses orientations pour un système de santé plus juste, plus efficace et pérenne. Parmi ses propositions, elle défend notamment le droit à une complémentaire santé, indispensable pour permettre l'accès de tous à des soins de qualité.

Aujourd'hui les mutuelles sont indispensables pour accéder aux soins, cela nous confère de nouvelles responsabilités. La santé est l'une des préoccupations majeures des Français, il est temps de la placer au cœur des élections de 2012! » explique Étienne Caniard, président de la Mutualité Française. La Mutualité s'invite dans le débat présidentiel et compte bien faire entendre sa voix et ses propositions, articulées autour de quatre grandes thématiques.

Un système de santé plus juste

Difficile, en France, d'être en situation précaire et bien soigné! L'absence de couverture complémentaire est le principal facteur de renoncement aux soins. 7 % des Français ne bénéficient d'aucune complémentaire santé et 15,4 % déclarent avoir renoncé aux soins pour des raisons financières*. Si la CMU et l'intervention des complémentaires santé ne gommant pas toutes les inégalités, elles améliorent l'accès aux soins.

CHIFFRES CLÉS

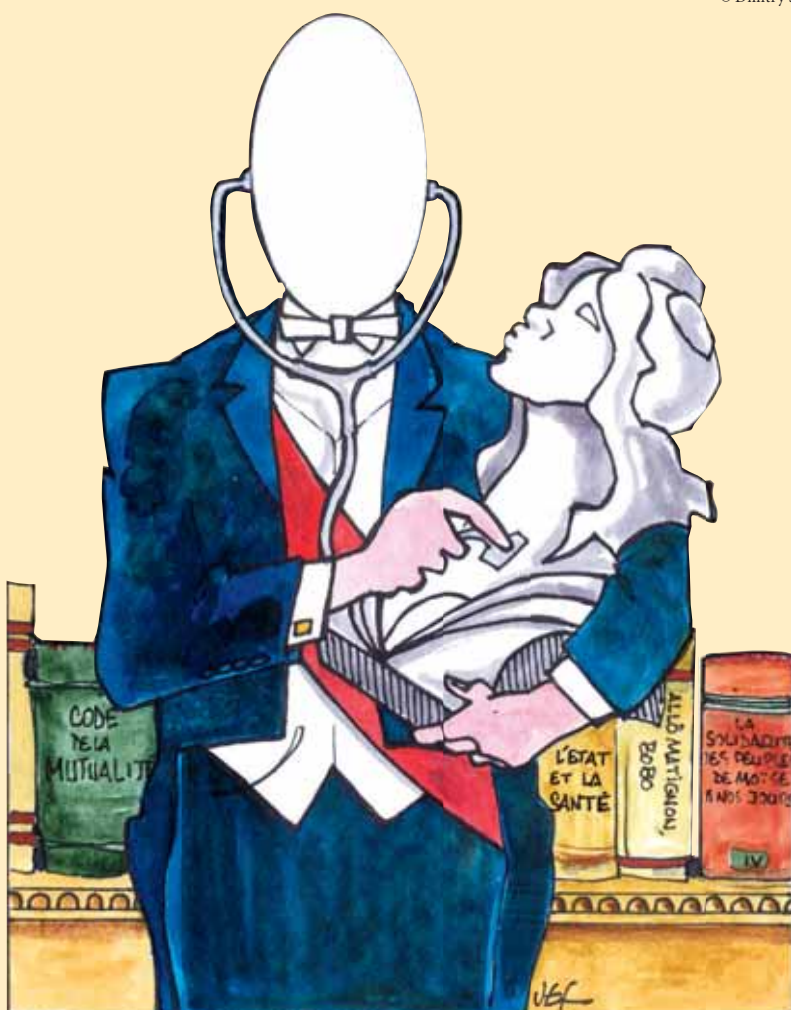
15,4 %
déclarent avoir renoncé aux soins pour des raisons financières.
(source IRDES)

Pour **100 €** de cotisations mutualistes, **13,27 €** de taxes sont versées à l'État.

La Mutualité défend une santé plus juste en faisant, notamment, de l'accès à la complémentaire santé un droit pour tous. Mais un droit à la protection complémentaire santé solidaire implique de renforcer son accessibilité. Les conditions d'accès aux différents dispositifs à destination des ménages à revenu modeste (couverture maladie universelle, de base et complémentaire, aide à la complémentaire santé...) doivent être simplifiées. La Mutualité Française défend également le développement des conventionnements avec les professionnels de santé alliant qualité et prix (soins, qualité du séjour, dépassements de tarifs ou non et dans quelle limite), en priorité dans les secteurs pour lesquels l'accès aux soins pose le plus de difficultés, comme l'optique, le dentaire ou l'hôpital. Par ailleurs la santé est désormais taxée à 13,27 %, bien plus que les biens de consommation courante... rendant encore plus difficile l'accès aux soins pour toutes les catégories de population, en particulier pour les plus fragiles économiquement. Sans un dispositif régulé pour l'ensemble des acteurs de la complémentaire santé, la solidarité restera



© Dmitry Sunagatov - Fotolia.com



limitée! À ce titre, le mouvement mutualiste s'interroge sur la possibilité de création d'un fonds de mutualisation entre actifs et retraités ou encore sur la modulation de la fiscalité en fonction de la population couverte.

Un système de santé plus efficace

Les récentes affaires du Médiateur[®] ou des implants mammaires ont révélé les défaillances et les dysfonctionnements de l'organisation des soins et entamé la confiance des Français dans le système de santé. La Mutualité Française souhaite conforter la médecine de premier recours et la télémédecine qui constitue un levier de coopération professionnelle. Favoriser la synergie entre les différents acteurs et organiser la permanence des soins doit aussi permettre de recentrer l'hôpital sur les soins de haute technicité en limitant le recours massif et non maîtrisé aux urgences hospitalières.

D'autre part, la disponibilité de l'offre de soins constitue un enjeu national. La désertification médicale revêt deux visages aujourd'hui: celui de la pénurie de médecins dans les zones rurales et la difficulté d'accès à des spécialistes de secteur 1 dans les grandes villes, débouchant sur la pratique de tarifs excessifs. Pour y remédier, la Mutualité Française préconise une meilleure répartition territoriale des professionnels de santé, les mesures incitatives devant être complétées

TAXE SUR LES COMPLÉMENTAIRES

Mobilisation des mutualistes

L'ensemble des mutuelles et des mutualistes se sont mobilisés pour protester contre la taxation supplémentaire des contrats de complémentaire santé. Plus d'un million de Français ont ainsi signé la pétition de protestation lancée par la Mutualité Française à l'automne dernier. Rappelons que le gouvernement, dans le cadre de son plan d'économies, a décidé de faire passer de 3,5 % à 7 % la taxe sur les contrats dits « solidaires et responsables ». Cette seconde augmentation en moins d'un an représente un nouveau surcoût de 1,1 milliard d'euros pour les mutuelles et leurs adhérents. Cette mesure, prise sans aucune concertation, a de quoi choquer tous ceux qui consacrent une part croissante de leur budget à la santé de leur famille. Une décision qui pèse lourdement sur le budget des ménages, ayant entraîné une augmentation inéluctable des cotisations des mutuelles. Ce nouvel impôt injuste dégrade un peu plus l'accès aux soins et la protection sociale des Français.

par des mesures plus contraignantes si elles s'avéraient insuffisantes. Cette meilleure répartition pourrait être complétée par l'utilisation des nouvelles technologies et le développement de prises en charge et de diagnostic à distance. Concernant la politique du médicament, les propositions formulées par la Mutualité visent à rendre la prescription plus sûre et efficiente en limitant l'influence de l'industrie pharmaceutique sur les autorités sanitaires, les médecins et leurs patients. Elle milite également pour un meilleur encadrement des conditions de délivrance de l'information, que ce soit auprès des professionnels de santé ou du grand public. Enfin, en matière de maladies chroniques (diabète, hypertension, maladie d'Alzheimer...), la Mutualité soutient la mise en place de services innovants pour améliorer l'efficacité de la prise en charge : programmes d'éducation thérapeutique, développement de plates-formes de détection et de réadaptation...

Un système de santé pérenne

Donner toute sa place à la prévention et à la promotion de la santé, c'est aussi travailler à la pérennité et la solidarité du système de protection sociale pour les générations futures. Et la Mutualité l'a bien compris en mettant en place dès 2009 le service Priorité Santé Mutualiste (*voir encadré*). Accessible par téléphone, ce dispositif, animé par des experts, conseille les assurés. Parallèlement, des conférences-débat et des ateliers prévention sont organisés régulièrement par les mutuelles sur des thématiques de santé publique. En fait, il s'agit de donner à la prévention et à la promotion de la santé toute leur place dans les stratégies sanitaires et médico-sociales, développer les actions de prévention tout au long de la vie et pour tout type de perte d'autonomie et agir en faveur de la protection de la santé des personnes, dans leur environnement de vie et de travail. Sur ce dernier point, les toutes récentes annonces liées aux dangers de l'utilisation du Bisphénol A démontrent la nécessité d'appliquer, aux problématiques liées à l'environnement de vie, une dimension similaire à celle promue pour les médicaments. C'est un changement d'état d'esprit qui doit être opéré, à la fois chez les professionnels de santé et le grand public, en associant pleinement la prévention et le soin. Ce changement ne sera possible qu'accompagné d'un effort pédagogique important, dans une perspective de développement de la démocratie sanitaire.

J.-F. Rebeyrol

(*) Etude de l'Institut de recherche et documentation en économie de la santé (IRDES).



© N. Mergui - FNMIF

Étienne Caniard, président de la Mutualité Française « *La santé n'est pas une affaire politique mais un véritable enjeu de société* ».

Le Mutualiste – Notre modèle social français est-il en danger?

Étienne Caniard – Oui un Français sur cinq déclare renoncer à des soins pour des raisons financières. Nous défendons l'égalité d'accès de tous à des soins de qualité. Cette volonté est d'autant plus forte que notre pays traverse une crise sociale profonde. Il ne s'agit pas de prendre parti politiquement. La santé n'est pas

INFORMER, ORIENTER, ACCOMPAGNER

Le service Priorité Santé Mutualiste

Où trouver un établissement performant pour se faire soigner d'un cancer? Comment arrêter la cigarette? vers quelle structure se tourner pour aider un parent dépendant. Ces questions, les mutualistes peuvent les poser à Priorité Santé Mutualiste. Accessible par téléphone du lundi au vendredi de 9 heures à 19 heures au **39 35** (prix d'un appel local depuis un poste fixe) ou sur Internet **www.prioritesantemutualiste.fr**, ce dispositif, animé par des experts, conseille les assurés pour choisir un établissement de soins, obtenir des informations sur la santé ou un accompagnement personnalisé (sevrage tabagique par exemple). Les services proposés concernent le cancer, les maladies cardio-vasculaires, les addictions, le maintien de l'autonomie des personnes âgées ou en situation de handicap, le médicament ainsi que la santé visuelle.



ÉTIENNE CANIARD, PRÉSIDENT DE LA MUTUALITÉ FRANÇAISE

« La santé est un véritable enjeu de société »

Étienne Caniard, président de la Mutualité Française, fait le point pour *Le Mutualiste* sur les enjeux d'une réforme en profondeur du système de protection sociale.

une affaire politique mais un véritable enjeu de société. C'est pourquoi, au-delà de la contestation, il est temps de placer la santé au cœur des élections présidentielles de 2012!

Il en va de l'avenir de la protection sociale de tous les Français.

L. M. – Pourquoi faire du droit à la complémentaire santé pour tous le point central des propositions mutualistes?

E. C. – Les complémentaires santé sont aujourd'hui indispensables pour accéder aux soins courants, puisqu'elles en remboursent presque la moitié. Ce droit à la complémentaire santé ne pourra voir le jour que s'il est placé dans un cadre de régulation. Cette régulation doit permettre d'améliorer

l'accès aux soins et d'aborder la question des dépassements d'honoraires, celle du remboursement des médicaments ou encore l'organisation des soins. Le système actuel n'a plus aucune logique. Prenons l'exemple de la CMU.

Aujourd'hui, ce sont les mutuelles qui en assurent le financement, permettant aux plus démunis d'accéder aux soins. Mais ce financement se répercute sur le coût des garanties et limite ainsi l'accès aux mutuelles. C'est le serpent qui se mord la queue! Il faut remettre à plat les mécanismes de financement.

L. M. – Justement, que propose la Mutualité pour réformer le financement de la protection sociale?

E. C. – La dette cumulée de la Sécurité sociale est de plus de 136 milliards

d'euros et les besoins de financement sont croissants. Aujourd'hui, la pérennité de l'Assurance maladie ne paraît plus assurée. Pour sortir de la spirale de l'endettement, il faut accélérer le remboursement de la dette sociale par des fonds publics pour dégager des marges de manœuvre. 40 % de la contribution au remboursement de la dette sociale est aujourd'hui affectée au seul paiement des intérêts! Ce n'est plus possible. La Mutualité veut également redonner à la CSG ses ambitions d'origine. Peu à peu, des exonérations et des niches fiscales ont perverti le système. Nous demandons que la CSG soit progressive en fonction des revenus.

Propos recueillis par J.-F. Rebeyrol

EN SAVOIR PLUS

Une réforme du financement de l'Assurance-maladie

Le déficit prévisionnel pour 2011 de l'assurance-maladie avoisine une nouvelle fois les 10 milliards d'euros. 10 milliards qui s'ajoutent aux 136 milliards d'euros de déficits cumulés... Cette situation d'insécurité financière entraîne une fragilisation du socle solidaire de l'Assurance-maladie obligatoire. En d'autres termes, la pérennité de son financement n'est plus assurée. Aujourd'hui, la principale ressource de l'Assurance-maladie provient des cotisations sociales prélevées sur les salaires. Il existe aussi d'autres taxes et cotisations qui constituent les sources de financement secondaires : taxes fiscales, contribution sociale généralisée (CSG), contribution au remboursement de la dette sociale (CRDS)... L'efficacité du prélèvement social est remise en cause par l'importance des dispositifs dérogatoires, que ce soient les exonérations de cotisations sociales, les exemptions d'assiette ou encore les différences de taux. Dans ces conditions, la Mutualité Française milite pour une limitation de ces exonérations et une réforme de la CSG en la rendant progressive par l'introduction de taux différenciés par tranches et revenus. Elle propose également d'élargir l'assiette des cotisations sociales et d'augmenter le taux de la CRDS pour rembourser le plus rapidement possible les déficits versés à la Caisse d'amortissement de la dette sociale. Objectif de ces propositions : augmenter les recettes de l'Assurance-maladie obligatoire afin de pérenniser le système.

ALLERGIES RESPIRATOIRES

BIEN LES CONNAÎTRE POUR MIEUX VIVRE AVEC

Entre 20 et 30 % des Français⁽¹⁾ sont touchés par les allergies respiratoires. Elles sont déclenchées par les pollens, les poils et plumes d'animaux ou les acariens.

Les premiers pollens du printemps riment avec crises d'éternuements, nez bouché ou gêne respiratoire. Les allergies dites « aériennes » sont une réaction aux différents pollens présents dans l'atmosphère : celui des arbres, dès le mois de février (cyprès, platane, tilleul...), celui des graminées, entre mai et juillet (ivraie, blé, seigle, roseaux...) ou celui des herbacées, jusqu'en automne, (ambrosie, plantain, oseille...). Les acariens et les phanères animales (poils, plumes, ongles...) sont eux aussi des allergènes potentiels.

Rhinite et asthme

Les deux principales allergies respiratoires sont la rhinite et l'asthme. La première se manifeste par des éternuements répétés, un nez qui coule ou se bouche régulièrement, accompagnés de démangeaisons au niveau des narines. Des picotements aux yeux et des larmoiements peuvent s'y ajouter. La plus connue des formes de rhinite est le « rhume des foins », dû aux pollens des graminées pendant l'été. L'asthme, quant à lui, est caractérisé par une gêne respiratoire avec des sifflements pulmonaires qui peuvent être associés à une toux.

	Stades	Symptômes
Rhinite	Intermittent	Durée inférieure à 4 jours par semaine et/ou 4 semaines par an
	Persistant	Durée supérieure à 4 jours par semaine et/ou 4 semaines par an
Asthme	Intermittent	Moins d'une fois par semaine
	Persistant léger	Plus d'une fois par semaine
	Persistant modéré	Quotidien. Activité plus ou moins modérée

Comment les prévenir

Le réseau national de surveillance aérobiologique diffuse chaque semaine un bulletin allergo-pollinique, disponible sur le site www.pollens.fr/accueil.php. Il permet d'identifier tous les pollens présents dans sa région sur une durée donnée. En période de pollinisation, il est conseillé de fermer les fenêtres, d'éviter de jardiner ou sécher son linge au grand air. Dans le cas des acariens, il est recommandé d'aérer les pièces



quotidiennement (les acariens ne supportent pas les climats secs et froids), de choisir une literie synthétique ou d'opter pour des sols lisses et des murs lavables. Enfin, pour les allergènes de source animale, éloignez les compagnons à quatre pattes⁽²⁾ des lieux de vie (chambres, salon).

Comment se soigner

Aux premiers signes, il est conseillé de consulter son médecin traitant qui pourra, éventuellement, orienter le patient vers un confrère allergologue. La rhinite est souvent améliorée par des antihistaminiques et des traitements locaux. L'asthme, quant à lui, est surtout soigné avec des antileucotriènes. Enfin, les corticoïdes peuvent être prescrits pour leurs propriétés anti-inflammatoires tant pour les rhinites que pour les asthmes.

Vanessa Pageot

(1) Source: Actualités, Innovations, Médecines, mars 2008.

(2) Le chien et le chat sont les principaux animaux responsables de pathologies allergiques. Les petits rongeurs (hamsters, lapins, souris...) sont aussi la cause de manifestations allergiques.

Sources: www.ameli-sante.fr/allergies; Agence nationale de sécurité sanitaire de l'alimentation, de l'environnement et du travail.

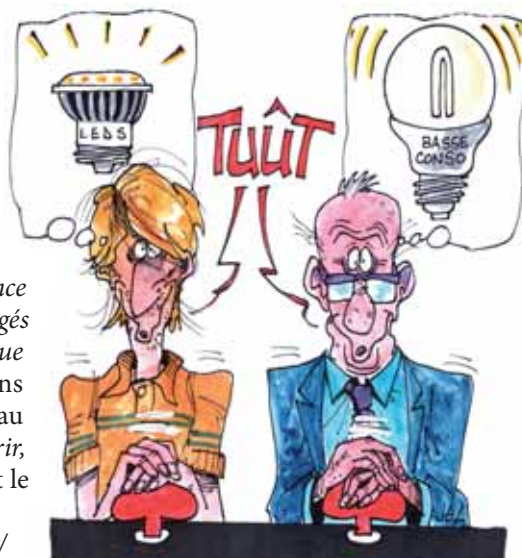
<http://www.anses.fr/index.htm>, <http://allergiesrespiratoiresagir.org>

PERFORMANCE DU CERVEAU

ÉGALITÉ ENTRE LES JEUNES ET LES PERSONNES ÂGÉES

« Le cerveau des personnes âgées n'est pas plus lent, mais plus avisé que celui des jeunes, ce qui lui permet d'atteindre un niveau de performance équivalent » expliquent les docteurs Monchi et Martins, de l'Institut universitaire de gériatrie de Montréal. Leur étude clinique portait sur deux groupes de personnes, le premier âgé entre 18 et 35 ans et le second, entre 55 et 75 ans. « Le cerveau âgé a acquis de l'expérience et sait qu'il ne sert à rien de se mettre en action trop tôt. (...) Le cerveau des plus âgés peut, pour certaines tâches, réaliser les mêmes performances à peu près aussi bien que celui des plus jeunes, » a déclaré le docteur Monchi. Après étude des indications neurobiologiques, les deux chercheurs ont constaté, qu'en vieillissant, le cerveau apprenait à mieux répartir ses ressources. « L'adage voulant qu'il ne sert de courir, mais qu'il vaut mieux partir à point, caractérise fort bien le vieillissement », conclut le duo de scientifiques montréalais.

<http://www.synapse.umontreal.ca/recherche/rien-ne-sert-de-courir-il-faut-partir-a-point/>



Des céréales trop riches en sucre

Vous donnez des céréales à vos enfants en pensant contribuer à leur équilibre alimentaire ? Selon l'étude de Environmental Working Group⁽¹⁾, certaines céréales pour enfant contiennent plus de 50 % de sucre ! Une tasse de Smacks de Kellogs représenterait entre 8 à 10 morceaux de sucre. C'est cinq fois plus que les normes de l'Organisation mondiale de la santé qui préconise un seuil de 10 %. L'étude américaine rappelle que la consommation de sucre actuelle est trois fois trop élevée par rapport aux besoins. Un excès de glucose agirait comme une drogue pour les enfants qui connaîtraient, alors, plus de difficultés à l'école.

<http://www.ewg.org/release/kids-cereals-pack-more-sugar-tinkies-and-cookies>

(1) Environmental Working Group est une organisation indépendante américaine de santé publique à but non lucratif.



Les restos du cœur

Plus de 100 millions de repas distribués dans toute la France par 60 000 bénévoles,

c'est le bilan de la campagne d'hiver des Restos du cœur qui prendra fin le 23 mars prochain. L'association reste plus que jamais mobilisée : ces trois dernières années, le nombre de bénéficiaires a augmenté de 25 %. Les enfants de Coluche ne ferment pas pour autant aux beaux jours, une distribution alimentaire partielle étant assurée tout l'été. Les autres activités de l'association (logement, insertion par l'emploi, activités culturelles, etc.) sont également maintenues toute l'année.

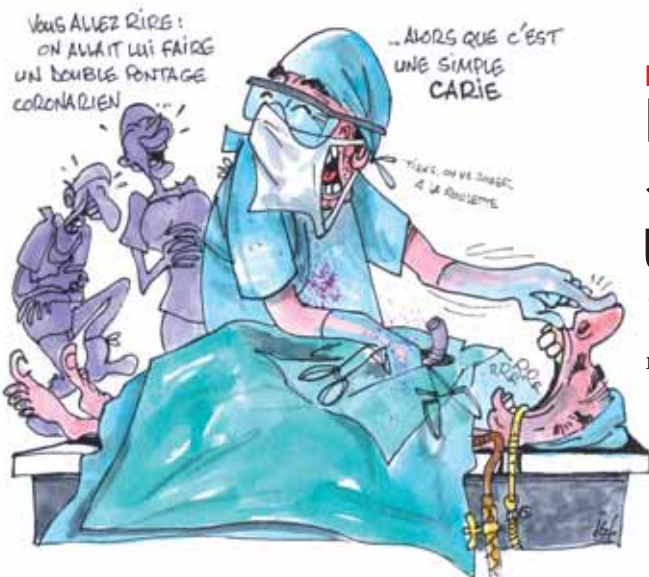
Un nez-rouge à l'hôpital

Depuis 20 ans, les clowns de l'association « Le rire Médecin » redonnent aux enfants hospitalisés le pouvoir de jouer et de rire pour mieux faire face à la maladie.



À cette occasion, l'association sort un livre de témoignages et de photos, intitulé *Nez rouges, blouses blanches* de B. Mathieu et J. Grison. Cet ouvrage retrace plus de 68 000 interventions par an dans 37 services pédiatriques et 14 hôpitaux de France. En duo, deux jours par semaine, les 87 clowns professionnels redonnent de la vie à ces enfants comme en témoigne ce petit garçon de 5 ans : « On ne peut pas faire ma piqûre, les clowns ne sont pas là ! ».

Nez rouges, blouses blanches (208 p., 29,90 €).



HYGIÈNE DENTAIRE BIEN PROTÉGER SON CŒUR

Une bonne hygiène dentaire prévient les maladies cardio-vasculaires. C'est ce qu'il ressort d'une étude taïwanaise présentée lors du dernier congrès annuel de l'association américaine de cardiologie. Cette étude, portée sur plus de 50 000 personnes pendant une moyenne de 7 ans, démontre une diminution de 24 % du risque de crise cardiaque et de 13 % du risque d'accident vasculaire pour celles qui effectuent un nettoyage et détartrage régulier (au moins une fois par an). Une meilleure hygiène dentaire permet, en effet, de diminuer la croissance des bactéries. Ces dernières, qui peuvent engendrer un état inflammatoire, favorisent l'apparition des maladies cardio-vasculaires.

Les prothèses mammaires PIP défectueuses

En décembre dernier, huit cas de cancer ont été signalés chez des patientes porteuses d'implants mammaires pré-remplis de gel de silicone de marque PIP. En

France, 30 000 femmes sont porteuses de ces prothèses.

« À ce jour l'imputabilité n'a (pas) été établie entre ces cas de cancer et le port de prothèses mammaires PIP », précise le

ministère de la Santé. Mais

« le risque de rupture et le pouvoir irritant du gel sont bien établis »

estime le comité d'experts réuni le

22 décembre par l'Institut national du Cancer (INCA). La Direction générale de la Santé préconise le retrait de ces prothèses mammaires par mesure de précaution, même sans signe clinique de détérioration de l'implant.

Pour toute question, un numéro vert national 0800 636 636 est disponible, ouvert du lundi au samedi de 9 heures à 19 heures.

Épidémie de rougeole Blanchiment des dents : danger

La rougeole, devenue rare en France

au début des années 2000, a amorcé son retour depuis 2008.

L'Institut national de veille sanitaire s'attend à un nouveau pic de l'épidémie pour le printemps.

Sur les années 2010 et 2011, plus de 16 000 cas ont été recensés. Pour rappel, seulement 47 cas avaient été relevés en 2007.

Cette épidémie n'est pas sans conséquences :

près d'un tiers des malades a été hospitalisé en raison de complications graves et dix en sont morts depuis le début de l'épidémie en 2008.

La rougeole est très contagieuse : un seul malade peut contaminer quinze à vingt personnes, contre deux à quatre pour la grippe.



Un sourire plus blanc que blanc peut être dangereux pour la santé. C'est l'avertissement du ministère de la Santé face au succès des « bars à sourire » et de la pratique du blanchiment des dents. Les produits utilisés sont, la plupart du temps, du peroxyde d'hydrogène, c'est-à-dire de l'eau oxygénée. Le ministère de la Santé rappelle que le blanchiment dentaire « est susceptible d'exposer les consommateurs à des risques pour leur santé, surtout si le traitement est renouvelé fréquemment ». Ces produits peuvent en effet entraîner une hypersensibilité des dents : apparition de douleurs, altération de l'émail pouvant conduire à une usure prématurée, fragilisation des dents et irritation des muqueuses liée à la causticité du produit.

SENIOR

LA PRÉVOYANCE, C'EST QUAND TOUT VA BIEN QU'IL FAUT Y PENSER

SANTÉVIE propose des solutions pour vous épauler et soulager vos proches en cas d'accident, de dépendance ou de décès.

L'an dernier, mon frère est resté paralysé en tombant de son toit. Toutes ses économies sont passées dans le réaménagement de son domicile. Il n'a perçu aucune indemnité puisqu'il était seul responsable de sa chute... », témoigne Jérôme S. Les accidents domestiques sont aujourd'hui responsables de 20 000 décès et de 300 000 hospitalisations par an. Pour se protéger des aléas de la vie et de leurs conséquences financières, *Mutex Accidents de la Vie* propose une assistance et des indemnités en cas de blessures ou de décès. Si le taux d'invalidité est supérieur ou égal à 10 %, les frais de prothèse et de fauteuil roulant sont pris en charge à hauteur de 20 000 euros, les frais d'aménagement du logement à hauteur de 60 000 euros et ceux du véhicule, à 30 000 euros. La souscription est possible jusqu'à 60 ans.

Rester indépendant à tout âge

Plus d'1 million 200 000 personnes sont dépendantes en France aujourd'hui. Selon la projection de l'Insee, la population des plus de 75 ans, en 2040, atteindra 10 millions de personnes. Or, les aides publiques sont trop largement insuffisantes pour couvrir la totalité des frais. Grâce à la garantie *Mutex Indépendances Services*, une rente est versée dès la dépendance constatée : elle est de 300 € à 2 000 €



par mois, suivant l'option de garantie choisie. Elle permet de rester chez soi, sans être une charge pour ses proches. Tous les services à domicile sont alors déployés : aide ménagère, livraison de repas et de médicaments, aménagement du domicile ou prise en charge des déplacements d'un proche à votre chevet en cas d'hospitalisation supérieure à 4 jours. L'adhésion est possible dès

50 ans et jusqu'à 74 ans inclus. Les cotisations n'augmentent pas en fonction de l'âge et s'arrêtent dès la constatation de la dépendance lourde ou totale.

Un capital pour ses obsèques et une assistance pour ses proches

Prévoir ses obsèques, c'est rassurer son conjoint et ses proches. Le contrat *Mutex Capital Obsèques* permet à la fois de financer tout ou partie des obsèques et offre une assistance pour les proches qui seront aidés lors des démarches à accomplir. Il permet de choisir un capital garanti (entre 1 500 € et 6 000 €), transmis au(x) bénéficiaire(s) choisi(s).

La souscription de ce contrat est sans questionnaire ni examen médical, ouvert aux personnes entre 40 et 84 ans. Enfin, il permet aux proches de bénéficier d'une aide pour la préparation des obsèques, de

conseils sur les formalités administratives ou encore d'informations juridiques (défiscalisation par exemple). À savoir : le capital versé dans le cadre de ce contrat est exonéré des droits de succession (dans la limite fixée par la législation en vigueur).

Pour plus d'informations sur ces garanties, contactez votre conseiller SANTÉVIE.

DON DU SANG

DIX MINUTES POUR SAUVER DES VIES

Les dons de sang, de plasma ou de plaquettes ;
sauvent chaque jour des vies.

Plus de 300 points de collectes sont organisés,
par an en Midi-Pyrénées, par l'Établissement français du sang.

La première fois où je suis venu donner, c'était par solidarité. L'enfant d'un collègue avait une leucémie et avait besoin de plaquettes... Depuis, je viens régulièrement donner mon sang... », témoigne Dominique, de Toulouse. Comme lui, près de 5 000 personnes donnent chaque semaine sur les régions Midi-Pyrénées et Languedoc-Roussillon, gérées par l'Établissement français du sang de Pyrénées-Méditerranée (EFS) situé à Toulouse Purpan. Si un don du sang peut prendre une dizaine de minutes, pour un prélèvement moyen de 450 ml, toute une logistique se met en place avant, pendant et après. En préambule, le donneur s'inscrit et remplit un questionnaire pour préparer l'entretien médical. Ce dernier est obligatoire, pour des questions de sécurité transfusionnelle, tant pour le donneur que pour le receveur.

Bénévolat, anonymat et traçabilité

Le don peut se faire dans des sites « fixes » de prélèvement (cf. carte) ou lors de collectes « mobiles ». « 80 à 90 % des prélèvements se font en mobile. Nous nous déplaçons dans plus de 300 villes sur l'ensemble de la région Midi-Pyrénées ». L'EFS recueille les dons de sang total, de plaquettes et de plasma. Si le don de sang est une nécessité,



En 2010, plus de 3 millions de dons ont été recueillis sur toute la France.

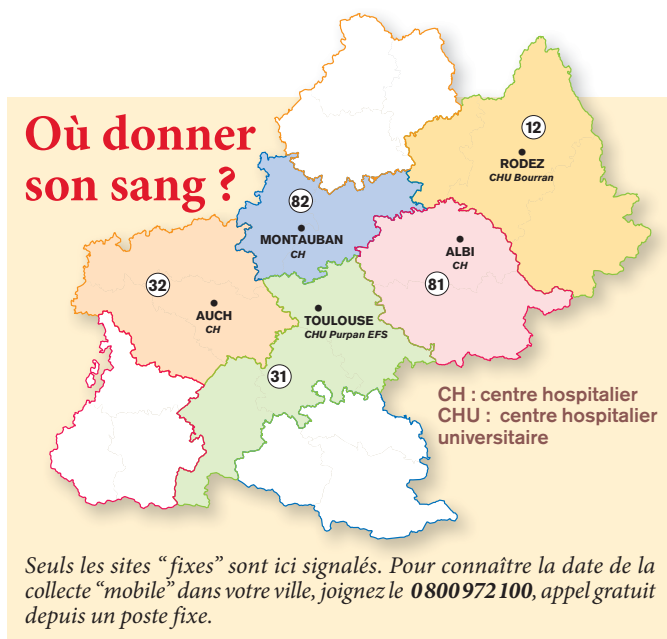
celui du plasma et de plaquettes sont tout aussi importants. Le don de plasma permet, par exemple, de soigner les grands brûlés et les hémophiles. Celui des plaquettes, lui, est vital pour les personnes atteintes d'une leucémie où la transfusion régulière de plaquettes évite les risques d'hémorragie.

Si tous les dons sont bénévoles et anonymes, les produits sanguins, eux, sont suivis du début à la fin. Une traçabilité qui se traduit par un code-barres présent à la fois sur les produits sanguins recueillis mais aussi sur les échantillons de sang prélevés à chaque don. Ces échantillons sont envoyés pour analyse au laboratoire de Montpellier. C'est l'étape

Les conditions pour donner son sang

- De 18 à 70 ans et jusqu'à 65 ans pour un don de plasma ou de plaquettes.
- Se munir d'une pièce d'identité.
- Être reconnu médicalement apte au don par le médecin de prélèvement.
- Avoir un poids minimum de 50 kg.
- Un taux d'hémoglobine suffisant.





À partir d'un don de sang total, on sépare les différents composants (globules rouges, plaquettes, plasma) pour fournir au malade le seul produit dont il a besoin.

de la qualification biologique du don qui permet de dépister les éventuelles maladies et agents transmissibles: VIH-sida, hépatite B, syphilis, hépatite C, paludisme... Si la moindre anomalie est détectée, l'unité prélevée est détruite.

Course contre la montre

Une fois le prélèvement terminé, le donneur part en salle de repos et de collation. Son don, lui, part à l'unité de préparation des produits sanguins labiles⁽⁶⁾ à Toulouse. Car aucun don de sang, de plasma ou de plaquette n'est transfusé directement au patient. Tous les produits sanguins sont, systématiquement, qualifiés et préparés. Et là, c'est une véritable course contre la montre qui commence. « Pour le don total du sang, nous avons seulement 24 heures pour filtrer les globules blancs puis séparer les composants du sang par centrifugation (globules rouges, plasma et plaquettes). Quand un don a lieu à 10 heures à Nîmes, il nous arrive à 1 h 30 du matin et nous avons seulement jusqu'à 10 heures pour le préparer. Nous fonctionnons sept jours sur sept et 24 heures sur 24 », explique Sébastien Bocchi, responsable de la préparation des produits sanguins labiles.

Tous les dons suivent des règles strictes de traçabilité. À toutes les étapes, les informations sont vérifiées.



Du plasma pour la préparation des médicaments

L'unité de préparation toulousaine enregistre, prépare, stocke et envoie les produits sanguins aux établissements de santé selon leurs besoins. Il faut alors gérer « l'offre et la demande » tout en respectant des délais stricts de stockage. En moyenne, les globules rouges se conservent jusqu'à 42 jours. « Mais dans le cas d'une transfusion pour un nourrisson, les globules doivent avoir moins de 5 jours », précise Sébastien Bocchi. Les plaquettes, elles, ont une durée de vie de seulement cinq jours. Quant au plasma, congelé à moins 30 °C, il se conserve une année. En plus de son utilisation thérapeutique, le plasma est très demandé dans la préparation des médicaments. Enfin, quand les produits arrivent aux hôpitaux ou cliniques, ils sont de nouveau contrôlés avant toute transfusion pour éviter tout risque d'incompatibilité entre le donneur et le receveur. La sécurité transfusionnelle est à ce prix. **Vanessa Pageot**

Pour tout renseignement sur le don du sang, les sites de prélèvements et les conditions du don: <http://www.dondusang.net/>

(6) Labile: instable, qui se modifie aisément. Les produits sanguins labiles se distinguent des produits sanguins stables qui sont eux considérés comme des médicaments.

(Source: AFssAPS).



RÉGION
Un campus, taille Europe

Depuis 2004, 4 régions européennes (Midi-Pyrénées, Languedoc-Roussillon, Catalogne et Baléares) mènent une véritable coopération dans l'enseignement supérieur, la recherche et l'innovation. Traduction concrète, par la création d'Eurocampus, 1^{er} sur notre continent et 7^e au rang mondial, au potentiel d'un demi-million d'étudiants. La structure couvre 87 établissements et dispose de 45 000 chercheurs. L'Eurocampus favorise l'échange des connaissances et la mobilité. Il renforce la coopération, valorisant les ressources, facteur de développement et de compétitivité. Un site Internet, véritable campus numérique, propose de nombreux services, comme la mise en ligne d'offres de formation et de cours, des infos et avantages pour les étudiants (stages, logement, déplacements).
Info: www.eurocampusweb.eu

TARN
LES TARNAIS ET LE MÉDICAMENT

Une étude récente montre que, globalement, les Tarnais ont des connaissances et des pratiques insatisfaisantes du médicament.

Bernard Champanet, président du syndicat des pharmaciens du Tarn, a profité de la thèse de doctorat d'un jeune assistant pharmacien, Jean-François de Cazes, pour lui demander d'inclure à son analyse du bon usage du médicament en France, un questionnaire sur ce thème destiné à la population tarnaise. Début 2011, 3 000 questionnaires, bien sûr anonymes, ont été distribués dans les 146 officines du département, suscitant 820 réponses. La finalité de l'opération était double. D'abord, définir les situations où les connaissances et les pratiques du grand public ne sont pas adaptées au bon usage du médicament. Puis, proposer différents moyens d'y remédier, en promouvant les bons comportements par une éducation thérapeutique, des campagnes d'info et de sensibilisation. Que retenir essentiellement des résultats? Globalement, toutes catégories confondues, la population tarnaise n'a pas suffisamment de connaissances du bon usage. C'est surtout vrai pour les médecines naturelles et les médicaments en vente libre, pour l'information aux patients sur l'arrêt du traitement ou la nature d'autres traitements, sur la bonne conservation et, enfin, sur la conduite d'un véhicule pendant la prise d'un traitement (15 % des interrogés l'ont fait alors que cela leur était fortement déconseillé!). Maigre consolation : plus de 80 % de bonnes réponses sur la vaccination, les contre-façons Internet, les antibiotiques, l'alcool, et la grossesse.



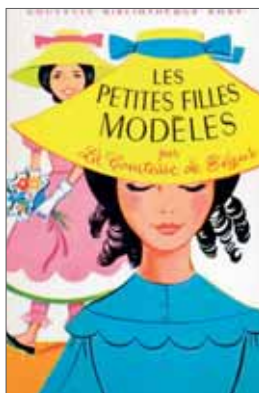
TARN-ET-GARONNE
Découvrir Fermat? Un bon calcul...

Pierre de Fermat était un homme plein de nuances. Tout d'un bloc magistrat consciencieux et intègre, mais aussi, en contraste, brillant en maths, la passion de sa vie, qu'il débuta à Beaumont-de-Lomagne autour de 1607 (curieusement, sans... exactitude sur la date!) pour la clore à Castres en 1665. Une controverse l'opposa à Descartes (qui prit un peu la tangente), un différen... tiel qui lui fit découvrir le calcul du même nom. La polémique ne l'abattit pas plus que la peste. Avec Pascal, par contre, il partagea des pensées qui le conduisirent sur la piste du calcul des probabilités. Il y a donc de fortes chances que tout ceci vous donne envie de découvrir les animations que propose toute l'année, dans la maison natale du génie, l'association « Fermat Science ». Expos pour tous, jeux de logique et manipulations, chasse au théorème pour les enfants, ateliers sur réservation.
Info: 05 63 26 52 30.
www.fermat-science.com

HAUTE-GARONNE

Verfeil, une commune modèle

Bastide de 3000 habitants nichée au cœur du Lauragais, proche de Toulouse et de Lavaur, Verfeil déploie nombre de charmes propices à la visite: son château du X^e siècle et ses portes Renaissance, une jolie église. Mais c'est surtout la présence, en son cimetière, de deux dépouilles prestigieuses



qui en fait un pôle d'attraction. Celles de Camille et Madeleine de Malaret, inoubliables « Petites filles modèles » que leur grand-mère, Sophie Rostopchine, Comtesse de Ségur en écriture, transforma en héroïnes littéraires. Le musée d'histoire locale en est le témoin, comme la demeure où elles vécurent. Et même si tout n'y fut pas toujours rose, la bibliothèque vaut le coup d'œil...



Info: Office de Tourisme de Verfeil.
Tél. : 08 77 57 75 30.
www.tourisme-verfeil.net

ARIÈGE

Du neuf pour les centres-bourgs

Depuis 2006, le conseil général met en application son « Plan Ariège 2020 », qui contient 72 mesures concrètes pour le développement du territoire. Parmi elles, la volonté affichée de « redynamiser les centres anciens, afin d'éviter leur dépeuplement ». Un programme, basé sur des critères pour le logement et l'aménagement urbain, définit les aides possibles pour les particuliers comme pour les collectivités locales (logements sociaux).

Info: www.cg09.fr

Voir: « Tous les communiqués », dépliant « La reconquête des centres-bourgs en Ariège ».

GERS

À L'ISLE-JOURDAIN, LE VÉLO A PIGNON SUR ROUE

L'Isle-Jourdain devient la « Silicon Valley » du vélo. S'y développe un complexe mêlant économie, culture, sport et aménagement du territoire.

L'Isle-Jourdain doit son nom au fils d'un croisé né et baptisé en terre sainte. Et c'est un autre enfant du pays, le bien appelé Denis Briscadieu, qui depuis dix ans semble avoir trouvé dans la cité gasconne, la terre promise pour en faire sa vallée du vélo. Car le PDG de Cyclelab, aujourd'hui fort de 125 franchisés, travaille à convaincre industriels, importateurs et grossistes du cycle d'installer leurs sièges sociaux dans le bassin gersois. Avec des arguments forts: l'essor du vélo à assistance électrique, l'usage croissant du vélo pliant en ville pour les déplacements domicile-travail et les projets de pistes cyclables, de BMX et d'un nouveau vélodrome pour la ville. Au total, 4,5 millions d'euros d'investissement. En mai 2011, cet échafaudage a trouvé un édifice auquel s'adosser: le Vélopôle. Un complexe porté depuis l'origine par la Communauté de Communes de la Gascogne toulousaine, et labellisé il y a un an, « Pôle d'excellence rurale », bénéficiant de subventions de l'État et de l'Europe. Le Vélopôle s'appuie sur deux braquets: pour l'un, une sorte de Grande Ecole, « Sup de Vélo », formant aux métiers de la moderne draisienne, avec magasin et atelier école. Et pour l'autre, le « Véloscope », espace de 1000 m² disposant d'un « ring », un des trois seuls mini-vélodromes au monde. Outre cet aspect ludique, le lieu fait œuvre de muséographie (expos, objets, histoire) et de pédagogie (écrans tactiles, fresques de sensibilisation aux évolutions du vélo et de sa pratique).

Véloscope Zone Pont Peyrin, 2, rue Commandant Cousteau, 32600 L'Isle-Jourdain. contact@veloscope-fr, www.veloscope.fr



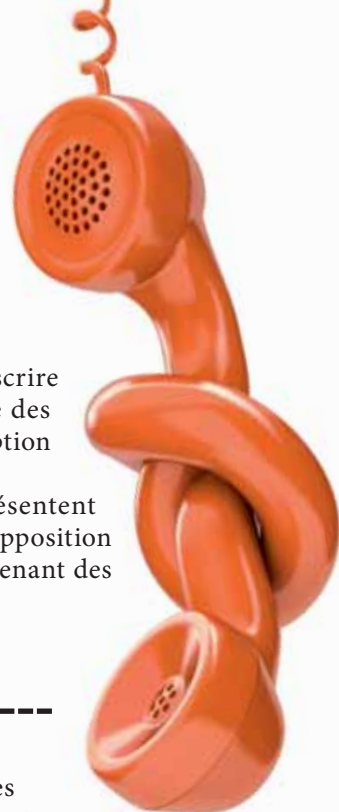
TÉLÉPHONE

STOP AU DÉMARCHAGE

Vous ne voulez plus être démarché par téléphone ? Vous pouvez désormais vous inscrire sur Pacitel. Cette association regroupe les numéros de téléphone fixe et mobile des consommateurs qui ne souhaitent plus faire l'objet de prospection commerciale. L'inscription est entièrement gratuite.

Les entreprises membres des fédérations professionnelles, adhérant à Pacitel, représentent potentiellement 80 % des acteurs du démarchage téléphonique. Fondée sur le droit d'opposition classique de la loi de 1978, l'association met les consommateurs à l'abri des appels provenant des entreprises auxquelles ils n'ont pas donné leur consentement.

www.pacitel.fr

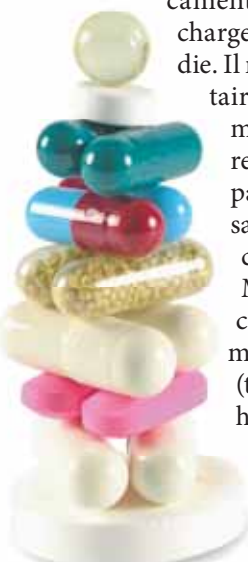


DÉREMBOURSEMENT

80 médicaments concernés

Depuis décembre dernier, 80 médicaments ne sont plus pris en charge par l'Assurance maladie. Il n'y a aucun risque sanitaire lié à ces médicaments mais leur service médical rendu est jugé insuffisant par la Haute autorité de santé. Parmi ces 80 médicaments, on retrouve le Myolastan® (tétrazépam) contre les contractures musculaires, le Protolog® (trimébutine) contre les hémorroïdes ou les bains de bouche Alodont® (Cétylpyridium).

La liste complète est disponible sur www.has-sante.fr/



de la France, ce sont 400 établissements et services pour personnes âgées qui y sont répertoriés. Côté petite enfance, ce sont 182 structures qui sont listées, 164 pour les personnes handicapées. Enfin 11 adresses relèvent d'initiatives locales comme le logement pour les jeunes ou les activités d'insertion par exemple.

Pour plus de renseignements, www.generationsmutualistes.fr

Ces voies permettent à des étudiants d'accéder directement en 2^e ou 3^e année de médecine, enrichissant ainsi le profil universitaire des futurs médecins. Le numerus clausus est augmenté progressivement chaque année. Il était de 4 300 places en 2001.

Source : www.sante.gouv.fr

NUMERUS CLAUSUS Plus de médecins demain

300 étudiants supplémentaires en médecine sont prévus pour la rentrée de septembre 2012. Le gouvernement a augmenté de 100 places le numerus clausus, qui passe ainsi à 7 500 par an en France.

En parallèle, 200 places de plus sont ouvertes pour les voies dites passerelles qui passent de 300 à 500 places au total.



BONNES ADRESSES

Un site Internet pour aiguiller les familles

La Mutualité française vient de lancer un nouveau site Internet, entièrement dédié aux familles : www.generationsmutualistes.fr Il est accessible à tous et permet, en un clic, de trouver l'établissement ou la structure mutualiste la plus proche de chez soi avec toutes les coordonnées. Sur l'ensemble

SÉCURITÉ SANITAIRE

UNE NOUVELLE AGENCE DU MÉDICAMENT

Suite au scandale du Mediator®, l'Assemblée nationale a adopté le projet de loi relatif au renforcement de la sécurité sanitaire du médicament et des produits de santé. Ce texte prévoit la création d'une Agence nationale de sécurité du médicament et des produits de santé (ANSM). Elle sera dotée de pouvoirs renforcés par rapport à l'actuelle Agence française de sécurité sanitaire des produits de santé (Afssaps). **Ce texte de loi instaure également plus de transparence dans les liens d'intérêt entre industriels et experts sanitaires, modifie le dispositif d'autorisation de mise sur le marché des médicaments (AMM) et renforce la pharmacovigilance.**

Besoin d'être guidé dans le monde de l'audition ?



Demandez-le dans votre centre Audition Mutualiste

LE GUIDE ÉVOLU'SON

Le premier guide* des solutions auditives

A chaque profil auditif et à chaque style de vie correspond une solution adaptée à votre besoin. C'est pourquoi, les experts du réseau Audition Mutualiste ont sélectionné, pour vous et avec le plus grand soin, les équipements auditifs les plus performants.

Pour connaître les centres les plus proches de chez vous :

0 811 91 92 93

(coût d'un appel local)

www.auditionmutualiste.fr

AUDITION MUTUALISTE,
LA RÉFÉRENCE AUDITION.



Pas de questionnaire médical
Ni d'examen de santé

à partir de
4,76€*
par mois

Mutex Capital Obsèques

Garantir la sérénité de vos proches

Prendre ses dispositions pour organiser, régler ses obsèques est fondamental. Tout prévoir aujourd'hui, c'est s'assurer sa tranquillité d'esprit et celle de son entourage.

Avec **Mutex Capital Obsèques**, vous accédez à une double garantie alliant prestation financière et assistance pour vos proches au moment de votre décès.

- Le versement d'un capital garanti toute votre vie.
- Une assistance complète et efficace pour vous aider le moment venu.



www.santevie.fr

MUTEX

Société anonyme à directeurs et conseil de surveillance au capital de 31 978 110 euros.
Entreprise régie par le code des Assurances - RCS Nanterre 529 219 040.
Siège social : 125 avenue de Paris - 92327 Châtillon CEDEX

Demande d'informations

A retourner sous enveloppe
non affranchie à
Mutuelle SANTEVIE
Libre réponse 21022
81015 ALBI cedex 9

Je souhaite obtenir des informations sur Mutex Capital Obsèques sans engagement de ma part.

Nom _____ Prénom _____

Adresse _____

Code postal _____ Ville _____

Profession _____ Date de naissance _____

N° de téléphone _____

Direction Innovation & Communication, Mutuelle soumise aux dispositions du livre II du code de la Mutualité, inscrite au répertoire Sirene - Cédex - Shafterlock - Contribution mensuelle 2012 pour une période de 40 ans souscrivant au produit Mutex Capital Obsèques (cotisation viagère, capital de 1 500 €) - Document non contractuel