

bonne SANTÉ mutualiste

“ La lutte contre les inégalités sociales est le grand dessein collectif qu'une nation devrait se donner ”
Jacques de Bourbon Busset

LA REVUE SOLIDAIRE DE VOTRE MUTUELLE

#100 JANVIER / FÉVRIER 2023

DOSSIER SPÉCIAL

RÉFORME DES RETRAITES

DES ENJEUX BIEN AU-DELÀ DE L'ÂGE DE DÉPART



P.3

Santé publique

Quels sont les effets des PLFSS sur nos vies ?

P.21

Territoires solidaires

L'ESS dans nos territoires : à la découverte de la Scop-Ti

P.22

Santé-Environnement

Le secteur de la santé doit se mettre au vert !

RETROUVEZ TOUTE L'ACTUALITÉ DE VOS MUTUELLES DANS LE CAHIER CENTRAL

JEU CONCOURS
**GAGNEZ
UNE SMARTBOX
BIEN-ÊTRE**
P.24

bonne SANTÉ mutualiste



Jean-Jacques Verchay

Président de la Mutuelle de France Unie
et de l'Union des Mutuelles de France Mont-Blanc

Chères adhérentes, chers adhérents,

L'année 2022 s'estompe et laisse la place à 2023, qui devra forcément être une année de lutte, contre des réformes délétères.

Dans ce numéro de Bonne Santé, il faudra lire notre dossier, sur la réforme des retraites prévue par le gouvernement. Purement idéologique, cette réforme ne repose sur aucun fondement économique.

Il convient de revenir à un départ à 60 ans parce que de nombreux actifs de plus de 60 ans sont au chômage. Avec les réformes des retraites et de l'assurance chômage, ils entreront dans une précarité absolue.

Il convient de revenir à un départ à 60 ans alors que l'espérance de vie en bonne santé d'un ouvrier est seulement de 59 ans. La précarité qui s'installe et l'accès aux soins de plus en plus difficile ne vont pas améliorer la situation.

Nous dénonçons avec vigueur le malhonnête argument qui voudrait que l'on travaille plus longtemps parce que l'on vit plus longtemps. Nous devons également penser aux jeunes qui, fortement touchés par la précarité, seront impactés par ce projet.

Pour toutes ces raisons, l'âge de départ en retraite doit être fixé à 60 ans, avec des pensions revalorisées et indexées sur l'inflation. Pour financer cette mesure: la lutte contre le capital, avec un meilleur partage des richesses. La lutte contre la fraude fiscale est essentielle – plus de 90 milliards d'euros perdus pour l'État chaque année – ainsi que l'arrêt des exonérations sur les cotisations sociales, qui diminuent les revenus du travail et mettent à mal l'équilibre de la Sécurité sociale.

Il ne faut pas tomber dans le piège du gouvernement qui va proposer un départ à 65 ans avec une porte de sortie à 64 ans, après sans doute des manifestations et d'après négociations. Il nous faut établir un rapport de force pour obtenir un départ à 60 ans.

Nos mutuelles, avec les forces qui sont les leurs, participeront à ce combat car c'est avant tout un combat pour la santé, pour la dignité, pour plus de justice.



Sommaire #100

Santé Publique

3. Quels sont les effets des PLFSS sur nos vies ?
4. Les rendez-vous manqués doivent-ils être payés ?
4. Un accès à la complémentaire santé de plus en plus compliqué
4. L'inscription de l'avortement dans la Constitution voté par les députés

Dossier Spécial

5. Réforme des retraites, des enjeux bien au-delà de l'âge de départ

Le cahier de vos mutuelles

L'asso qui crée du lien

17. Premiers secours en santé mentale France
17. Le Mouvement de la Paix 41

Société

18. Les seniors sont-ils sacrifiés ?
19. Logement: la solution de l'habitat partagé

Profession médicale

20. Infirmier anesthésiste diplômé d'État

Territoires Solidaire

21. L'ESS dans nos territoires: à la découverte de la Scop-Ti

Santé environnement

22. Le secteur de la santé doit se mettre au vert !

Ta santé t'appartient !

23. Halte au grignotage!
23. Le kiosque

Jeu concours

24. Avez-vous bien lu votre journal ?



www.mutuelledefranceunie.fr



www.mutuellesamir.fr



www.umfmb.fr



www.mutuellemth.fr



www.mutuale.fr



www.mutuelle-ensemble.fr



www.mutuelleloireforez.fr

Bonne Santé Mutualiste est la revue trimestrielle de l'UGM Entis, les mutuelles de l'être • Janvier / Février 2023 n°100
Directeur de la publication: Yannick Beaumont
Rédaction, conception et réalisation: Critères
Photographies: Adobe Stock et Critères
Imprimé en France sur papier recyclé.
Numéro de CPPAP: 0324 M 05566



Groupe
Entis

39, rue du Jourdil - Cran-Gevrier
CS 59029 - 74991 Annecy Cedex 9
Tél.: 09 69 39 96 96 - Fax: 04 50 57 98 02
www.groupe-entis.fr

Quels sont les effets des PLFSS sur nos vies ?



Chaque année, en octobre, est débattu le PLFSS, projet de loi de financement de la Sécurité sociale. Pour 2023, ce fut particulièrement houleux. L'occasion pour la rédaction de *Bonne Santé Mutualiste* de revenir sur la vocation des PLFSS: quand et pourquoi les PLFSS ont-ils vu le jour? À quoi servent-ils? Pourquoi nous concernent-ils toutes et tous?

Les "discussions" autour du PLFSS 2023 se sont closes le 3 décembre. Discussions entre guillemets car la Première ministre a usé dix fois de l'article 49.3 qui permet d'adopter un texte sans vote. Il faut dire que le projet de loi a suscité le dépôt de plus de 700 amendements par les élus d'opposition, accusés de freiner délibérément la lecture du projet. Le PLFSS soulève aussi généralement les corporations. Cette année, internes, pharmaciens, industriels du médicament se sont plaints. Aussi, dans la dernière ligne droite des débats, le ministre de la Santé a annoncé une rallonge budgétaire pour l'hôpital.

Les députés ont quant à eux supprimé le report de l'âge légal de départ à la retraite à 64 ans qui avait été voté au Sénat. Au milieu de ces allers-retours où les mesures semblent aussi vite rétablies que détricotées, difficile de s'y retrouver!

Le PLFSS, à quoi ça sert ?

Cette procédure a été mise en place en 1996 lors de la révision de la Constitution afin de permettre au Parlement d'avoir un droit de regard sur l'équilibre financier de la Sécurité sociale. Avec l'introduction de ressources nouvelles

(CSG, taxes et impôt) pour le financement de la Sécurité sociale, en plus des cotisations sociales issues du travail, l'État a souhaité accroître son intervention dans ce qui était jusque-là piloté par les partenaires sociaux. L'apparition et la persistance de déficit de la Sécurité sociale à la fin des années quatre-vingt ont achevé de légitimer ce droit de regard. Résultat, chaque année en octobre, le Parlement et le Sénat planchent sur le projet de loi du financement pour l'année suivante préparé par la direction de la Sécurité sociale et des intervenants ministériels. Il est déposé pour une première lecture à l'Assemblée nationale puis au Sénat. Une seconde lecture suit. Mais la Constitution au Parlement impose d'examiner les PLFSS dans un délai de 50 jours. Il s'agit de fixer dans ces textes les conditions de l'équilibre financier de la Sécurité sociale en faisant des prévisions des recettes et en déterminant des objectifs de dépenses.

Ces objectifs de dépenses ne fixent pas une limite de budget mais visent à maîtriser les dépenses. Ainsi, parmi ces objectifs se trouve le fameux Ondam, l'Objectif national de dépenses d'Assurance maladie, c'est-à-dire les dépenses de soins.

Le PLFSS, quel impact ?

Les PLFSS ont des conséquences sur la branche maladie, mais aussi sur les branches retraite, travail, famille, recouvrement, autonomie. Un PLFSS peut en effet décider des exonérations de cotisations pour les employeurs. Il peut être utilisé pour une réforme des retraites. Il peut modifier les prestations et leurs conditions (handicap, allocations). Ces décisions influent sur les ressources disponibles des résidents français. Elles ont à ce titre un impact sur le quotidien de tous: cela va de la qualité de prise en charge dans les hôpitaux poussés à faire des économies jusqu'à l'âge du départ à la retraite, en passant par le coût d'une auxiliaire de garde d'enfants. C'est pourquoi les PLFSS définissent véritablement les politiques sociales, leur mise en œuvre. L'enjeu est de taille. Chaque année, le PLFSS demande plus d'une quarantaine de séances de débat. Si un gouvernement éprouve des difficultés à obtenir une majorité pour faire adopter son projet de texte par le Parlement, il peut recourir à l'article 49.3 de la Constitution. Cela a été le cas cette année, le gouvernement faisant valoir la longueur des débats, bien que les chiffres montrent que ce millésime est finalement celui qui a été le moins discuté.

Les rendez-vous manqués doivent-ils être payés ?

C'est une revendication de l'Union française pour une médecine libre (UFML) : facturer aux patients les rendez-vous non honorés. Selon le syndicat, ce sont plus de 28 millions de rendez-vous médicaux qui ne sont pas honorés chaque année. Un problème qui touche aussi nos mutuelles, à travers les centres de santé mutualistes, pour lesquels ces rendez-vous non honorés coûtent cher et ébranlent leur organisation.

Pour les médecins, ces rendez-vous non honorés représentent un problème majeur dans leur organisation quotidienne. 79 % d'entre eux se plaignent de ce phénomène croissant qui bouleverse leur planning surchargé. Dans les déserts médicaux, cela fait bondir puisque ces rendez-vous manqués sont autant de rendez-vous manqués pour les autres patients qui n'ont pu obtenir qu'un créneau lointain. L'UFML a calculé que les 76 000 rendez-vous

non honorés par jour reviennent à rendre indisponibles 4 000 médecins par jour !

Une forme de consumérisme

L'UFML estime que cette tendance s'est accrue avec l'avènement des plateformes de prise de rendez-vous en ligne : les patients prennent le premier rendez-vous disponible, parfois sans connaître le médecin et lorsqu'ils en trouvaient un autre, ils n'ont pas la correction d'annuler. C'est

une forme de consumérisme qui touche davantage les villes, où l'anonymat est plus propice à ces incivilités.

Le syndicat plaide pour que soient sanctionnées les absences injustifiées en les facturant, car elles ont un coût pour les professionnels de santé. L'UFML préconise par exemple de mettre en place une option de prépaiement. Car, en l'état du Code de la santé publique, impossible de facturer une consultation qui n'a pas eu lieu. Même en télé-médecine.

L'UFML invite aussi les plateformes à rendre impossible la prise de deux rendez-vous simultanés dans la même spécialité. Les rappels par SMS, 24 heures avant le rendez-vous, se généralisent. Certains cabinets, au bout de plusieurs rendez-vous manqués, refusent de recevoir le patient en question. Certains médecins ont proposé une pénalité qui irait à un fonds pour lutter contre les déserts médicaux. Bref, les professionnels cherchent à endiguer cet incivisme qui coûte cher en temps de soins non prodigués.

CLASSES MOYENNES ET RETRAITÉS

Un accès à la complémentaire santé de plus en plus compliqué

Les classes moyennes et les retraités gagnent trop pour bénéficier du dispositif Complémentaire Santé Solidaire, mais pas assez pour faire face à l'augmentation des cotisations. En cause, la taxation des mutuelles et les transferts de charge vers les mutuelles, qui compromettent l'accès à la complémentaire santé d'une part grandissante de Français.

La Complémentaire Santé Solidaire est gratuite pour toute personne qui bénéficie de l'Assurance maladie obligatoire et qui perçoit des revenus mensuels inférieurs à 767 € pour une personne seule. Elle coûte entre 8 et 30 € par mois selon la tranche d'âge pour les personnes dont les revenus se situent entre 767 et 1 035 € par mois. Aussi, pour celles et ceux qui gagnent plus de 1 035 euros de revenus, mais dont les revenus restent modestes,

la complémentaire santé pèse, même avec une participation à hauteur de 50 % par l'employeur. 5 % des Français – travailleurs précaires, chômeurs, inactifs – renoncent même à être couverts. Pour les Français de la classe moyenne et les retraités, c'est compliqué, a fortiori avec les augmentations de cotisation. Des augmentations que vos mutuelles appliquent bien malgré elles ! Il ne s'agit pas de hausses liées à la rétribution d'actionnaires, comme dans le secteur assuran-

tiel, car vos mutuelles n'ont pas d'actionnaires. Deux causes principales expliquent la hausse de la cotisation : tout d'abord les taxes auxquelles elles sont soumises, auxquelles s'est encore ajoutée la taxe Covid votée en 2020 par le gouvernement. Cette taxe prévoit une contribution exceptionnelle de 1,5 milliards d'euros de la part des complémentaires santé. Une façon détournée d'imputer au final aux assurés sociaux le coût de la crise sanitaire.

Ensuite, le déploiement du 100 % Santé, qui doit permettre à l'assuré d'avoir un reste à charge zéro ou presque sur un panier de soin, est financé par l'Assurance maladie et les organismes complémentaires, dont il impacte lourdement les comptes. Les mutuelles ne peuvent absorber totalement de tels transferts de charges.

Aussi, ces transferts vers les mutuelles, sous couvert de diminution du reste à charge des assurés, a un coût pour les adhérents. Un tour de passe-passe qui passe mal !

L'INSCRIPTION DE L'AVORTEMENT DANS LA CONSTITUTION VOTÉ PAR LES DÉPUTÉS

Le texte de la proposition de loi pour l'inscription de l'avortement dans la Constitution a été adopté fin novembre à 337 voix pour et 32 contre. Un consensus qui rejoint le consensus au sein de la population.

Selon un sondage Ifop pour la Fondation Jean-Jaurès, 81 % des Français y sont favorables et une pétition réclamant cette constitutionnalisation a récolté plus de 165 000 signatures.

Le renversement de l'arrêt Roe v. Wade qui sécurisait le droit à

l'avortement aux États-Unis et la quasi-interdiction de l'IVG en Pologne ont sans doute joué en faveur de ce vote, puisque plusieurs textes similaires avaient été préposés par des groupes de gauche à la Chambre sans succès jusque-là.

Le texte est désormais entre les mains du Sénat où il devra être voté dans les mêmes termes, puis adopté par référendum. Cette dernière étape fait craindre l'émergence d'un discours réactionnaire dans le débat public. À suivre donc.



RÉFORME DES RETRAITES

DES ENJEUX BIEN AU-DELÀ DE L'ÂGE DE DÉPART

Malgré le retour à l'équilibre du système des retraites annoncé mi-septembre par le rapport annuel du Conseil d'orientation des retraites (COR), le gouvernement persiste dans sa volonté de le réformer. Quels sont par conséquent les enjeux ? En quoi cela implique-t-il non seulement l'âge du départ à la retraite, mais aussi les questions salariales, de répartition des richesses, de solidarité nationale et intergénérationnelle, de financement de la protection sociale ?

En guise de vœux pour ce début d'année, le gouvernement a décidé de lancer les débats autour de la réforme des retraites et du recul de l'âge légal de 62 à 64 ans minimum pour percevoir une pension. Fin novembre, le Sénat, majoritairement de droite, avait donné un signal positif au

gouvernement en introduisant dans le projet de loi de financement de la Sécurité Sociale le recul de l'âge de la retraite. Le Parlement avait supprimé cet amendement mais le ton était donné : ce sera pour 2023. Pour la Première ministre, il ne fait pas de doute que « pour assurer l'équilibre des dif-

férents régimes de retraite et donc la pérennité de notre système par répartition, nous allons devoir progressivement travailler un peu plus longtemps ». Elisabeth Borne jetait les deux termes de l'équation de cette réforme : "équilibre des différents régimes" et "travailler plus longtemps".



L'objectif fixé pour une retraite à taux plein s'éloigne avec l'allongement de la durée de cotisation et va augmenter le nombre de seniors devant se contenter d'une pension moindre puisqu'elle est calculée au prorata des années travaillées.



“L'équilibre des différents régimes”

La question sous-jacente étant celle de l'équilibre du système des retraites. Or quid de cet équilibre ? Mi-septembre, le rapport annuel du COR n'annonçait-il pas le retour à l'équilibre du système des retraites ? Un retour à l'équilibre déjà quasiment atteint en 2018, avec un déficit de 2,9 milliards d'euros, soit 0,1 % du produit intérieur brut.

C'est la pandémie de Covid-19 qui a grevé les comptes de la Sécurité sociale avec un déficit de 18 milliards d'euros, soit 0,8 % du PIB en 2020. Mais, dans son rapport, le COR estime que le coût de la crise sanitaire ne devrait pas peser durablement sur le système, lequel devrait pouvoir revenir à l'équilibre sans devoir mener une nouvelle réforme et malgré l'évolution démographique.

Le vieillissement de la population dû à la baisse des naissances et à l'augmentation de l'espérance de vie semble menacer en effet le système de répartition : il n'y aura en 2070 qu'1,3 actif pour 1 retraité (contre 2 actifs pour 1 retraité au début des années 2000). Mais, dans ses projections, le COR juge que les réformes de la retraite

précédentes et le relèvement de l'âge de la retraite qui avait été décidé suffiront pour assurer l'équilibre. Mieux (si l'on peut dire), le coût de retraite, à l'horizon 2070, devrait descendre entre 11 et 13 % du PIB contre 14,67 % en 2020.

Alors pourquoi continuer à laisser penser que notre système est un gouffre ?

“Travailler plus longtemps”, cotiser plus longtemps...

Les Français sont attachés à leur système de protection sociale. Dire que la Sécurité sociale, sa pérennité sont menacées par le vieillissement de la population, la dette, l'inflation est le seul argument qui peut amener les Français à accepter de travailler “un peu plus longtemps”, comme le formule le gouvernement. Dès lors, on creuse le déficit du système le privant de ressources, par exemple des exonérations de cotisation pour les entreprises, ou en lui allouant des dépenses supplémentaires (les mesures pendant la pandémie).

En faisant cotiser les Français plus longtemps, le gouvernement espère réaliser une économie de 9 à 15 milliards. En contrepartie, il promet l'indexation des pensions de retraite sur l'inflation et

l'augmentation du niveau de la retraite minimal à taux plein.

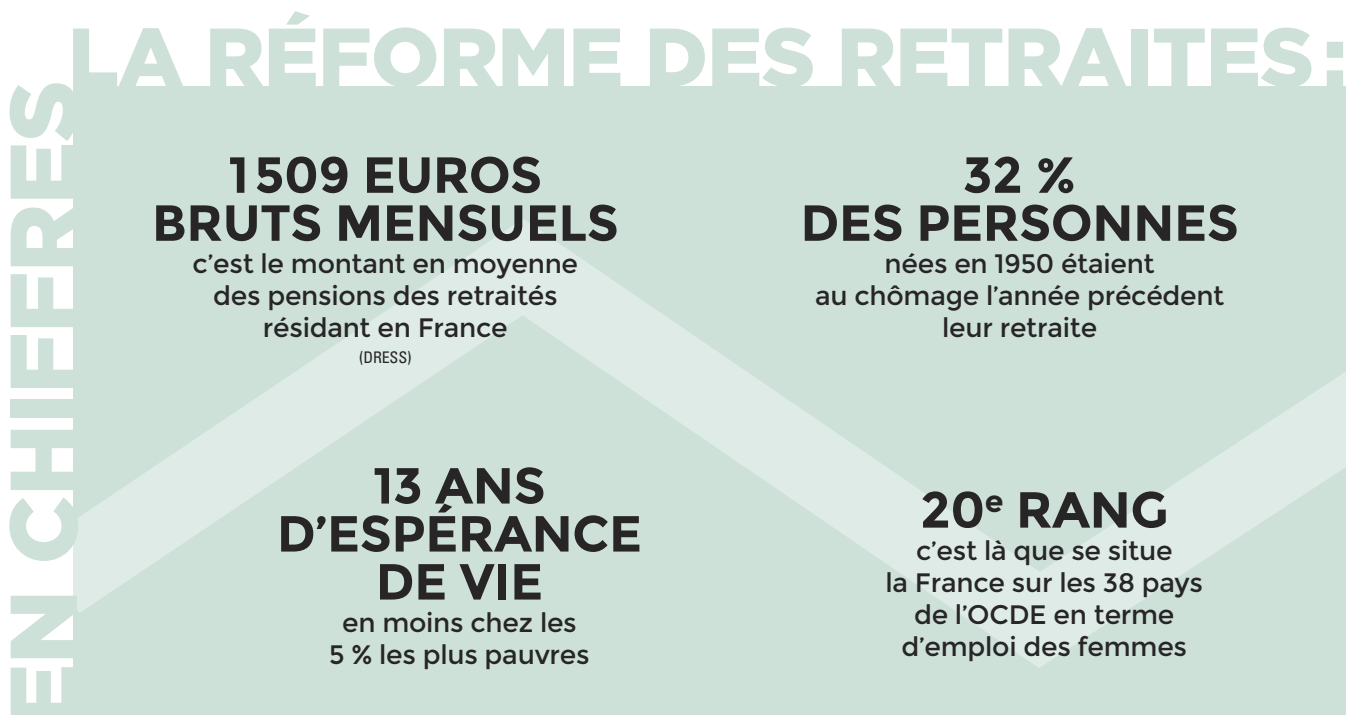
La piste de 64 ans semble se dessiner à l'heure où nous écrivons, mais, comme l'affirmait à l'automne Olivier Dussopt sur la chaîne Public Sénat, « 65 ans n'est pas un totem ou un tabou ».

Les régimes spéciaux

Avec l'objectif affiché d'aborder les questions relatives à “l'équité et à la justice sociale”, l'un des enjeux de la réforme est aussi de réunir à nouveau autour de la table partenaires sociaux et gouvernement sur la question des régimes spéciaux (RATP, IEG...), les petites pensions et le régime déséquilibré des fonctionnaires.

La France compte actuellement 42 régimes de retraite distincts, dont les régimes spéciaux des fonctionnaires, militaires, magistrats, agents de la SNCF, RATP, agents des industries gazières et pétrolières, parlementaires, mineurs, marins, salariés de la Banque de France, de la Comédie-Française...

La réforme souhaite aboutir à un régime simplifié qui s'appliquerait pour les générations futures, pour les nouveaux entrants, comme cela a été fait





praticable. Selon la Caisse nationale d'assurance vieillesse, en 2020, seules 3 086 personnes ont pu utiliser leur C2P pour un départ anticipé à la retraite sur un total de 690 000 nouveaux retraités, soit 0,45 %. Autant dire quasiment personne.

L'employabilité des seniors

Derrière la question de l'âge de la retraite se pose celle de la fin de carrière. En France, le taux d'employabilité des seniors est l'un des plus faibles de l'OCDE : seulement 53,8 % des personnes ayant entre 55 et 64 ans étaient en emploi en 2020, selon les données oubliées par la Dares en 2022. Ce taux chute à 33,1 % pour les 60-64 ans. On sait fort bien que, sur le marché du travail, on est très tôt senior et trop cher.

Sauf à imposer des quotas de seniors dans les entreprises, on voit mal comment la situation peut changer. Plusieurs pistes ont été évoquées : une assurance-salaire qui permettrait aux plus de 55 ans de conserver une partie de l'indemnité chômage s'ils acceptent un poste moins rémunéré que le précédent ; une retraite progressive où l'on travaille à temps partiel en percevant une partie de sa pension ; le cumul emploi-retraite qui permet de reprendre un emploi tout en touchant sa pension, mais, à l'heure où nous écrivons, les contours n'en sont pas fixés.

Le risque de la paupérisation des seniors

La réforme des retraites enfin concerne la solidarité nationale et intergénérationnelle. Car le faible

taux d'emploi des seniors entraîne une baisse de la durée de carrière déjà observable.

Si elle était en moyenne de 40,5 ans pour la génération 1955, elle n'est plus que de 38 ans pour la génération 2000. L'objectif fixé pour une retraite à taux plein s'éloigne avec l'allongement de la durée de cotisation et va augmenter le nombre de seniors devant se contenter d'une pension moindre puisqu'elle est calculée au prorata des années travaillées.

En 2021, le minimum contributif a d'ailleurs concerné plus de 4,8 millions de retraités, anciens salariés du privé et agricoles, artisans, commerçants. Ce minimum était de 678,71 euros. Il serait question d'augmenter la pension minimale (dite Mica) ainsi que l'allocation de solidarité aux personnes âgées (Aspa). Le risque de paupérisation des seniors est cependant réel.

Aussi les enjeux de cette réforme vont bien au-delà d'un simple recul de l'âge de la retraite...



POUR GAGNER DES POINTS DE PÉNIBILITÉ : DES SEUILS ABSURDES !

Pour avoir un Compte de Prévention (C2P) et gagner des points qui réduiront votre temps de travail, il faut vraiment, vraiment avoir un métier pénible. Car il ne suffit pas d'être exposés aux facteurs listés, il faut l'être au-delà de seuils qui ne sont pas sans rappeler *Les Temps Modernes* de Chaplin. En effet, les gestes répétitifs sont reconnus pénibles s'ils sont réalisés au moins 15 fois de façon identique et dans un cycle de 30 secondes ! Ou bien au moins 30 actions identiques en une minute. À ce rythme, on se demande qui d'autre qu'un robot peut prétendre à une retraite anticipée...

LES FEMMES, ENCORE ET TOUJOURS LÉSÉES ?

En raison des inégalités salariales, de la généralisation auprès des femmes du travail précaire et partiel, du sacrifice de leur carrière au profit de leur famille, les femmes sont lésées par le système de retraite. Ainsi, les femmes retraitées touchent une pension, en moyenne, inférieure de 40 % par rapport à celle des hommes. La pension moyenne brute d'une femme est de 1 150 euros, alors que la pension d'un homme est de 1 931 euros. Ces inégalités se trouvent légèrement compensées par les pensions de réversion, c'est-à-dire par la part de la pension du conjoint décédé que touche le veuf ou la veuve, puisque, dans 9 cas sur 10, ce sont les femmes qui en bénéficient. Les statistiques indiquent que l'écart hommes/femmes n'est plus que de 28 % quand les femmes bénéficient d'une pension de réversion. En l'état actuel des dispositifs, il faut compter sur les décès des maris et la longévité des femmes pour avoir un peu plus d'équité ! Que les femmes célibataires se le tiennent pour dit



Les six sections du Groupe Mutuale vivent, innovent, bougent, prennent position et sont présentes à vos côtés. Dans le débat pour une protection sociale pour tous, dans l'information des adhérents, dans les actions de prévention santé et bien-être, dans les manifestations culturelles et sportives, dans sa vie démocratique, votre mutuelle est là... avec vous à chaque instant.
Ce cahier aux couleurs de Mutuale est le témoin de l'activité et de la proximité de votre mutuelle.



« Ensemble, défendons notre bien humain! »

Bien sûr, 2022 n'est que la continuité de 2020 et de 2021 concernant la pandémie et ses conséquences sur la santé publique et notre système de santé...

Bien sûr, 2022 a vu la guerre revenir en Europe, entraînant des « conséquences humaines désastreuses » selon l'ONU...

Bien sûr, 2022 a définitivement sonné l'urgence de protéger une planète qui brûle, surchauffe et se noie...

Bien sûr, 2022 a montré que sans mobilisation, les inégalités croissent autant que les superprofits...

Mais pour le nouveau président de Mutuale, Éric Rafael, dans les interstices de ces inquiétudes, les élans de solidarité, les mobilisations pour le climat, pour consommer autrement, pour l'humain sont un souffle d'espoir, que 2023 verra assurément grandir et s'imposer.

Bonne Santé Mutualiste: Éric Rafael, vous êtes depuis 6 mois le nouveau président de Mutuale. Malgré une année 2022 au contexte compliqué pour une majorité d'entre nous, n'y a-t-il pas quelques espoirs ?

Éric Rafael: Par le biais de leur mutuelle, nos mutualistes sont acteurs de nombreux changements. Ils contribuent à de meilleurs choix de consommation, au respect de l'environnement et à faire perdurer le système social français. C'est là que réside notre différence chez Mutuale. Nous défendons un système social global et agissons pour le préserver. Défendre la Sécurité sociale, c'est aussi défendre son pouvoir d'achat et les valeurs de solidarité qui nous sont chères. Aujourd'hui on le voit, il y a un mouvement de solidarité et d'entraide que nous n'avions pas connu depuis longtemps et qu'il faut faire perdurer. Sans cela, nous ne pourrions lutter contre les guerres, contre les inégalités qui augmentent, contre le réchauffement climatique et changer les choses. Tout est interdépendant, il nous faut trouver des solutions communes !

B.S.M.: En cela, le modèle mutualiste est donc, selon vous, un exemple à appliquer à la société dans son ensemble...

É.R.: Nos valeurs mutualistes sont le cœur de notre métier, ce sont elles qui guident chacune de nos décisions et de nos actions. Le modèle que nous avons mis en place avec Mutuale doit être pris en exemple car il se place dans la logique de ce

que le Conseil national de la Résistance a mis en place au sortir de la guerre. C'est notre singularité et nous devons nous mobiliser pour la défendre. Nous avons la chance d'avoir des bénévoles qui œuvrent tous les jours auprès d'associations qui luttent contre les inégalités sociales et qui promeuvent notre modèle en menant des initiatives solidaires qui ont du sens. Mutuale fait partie de l'Économie Sociale et Solidaire (ESS) et à ce titre, notre but n'est pas de faire de l'argent mais de changer la donne pour le bien et la santé de tous.

B.S.M.: Que peut-on souhaiter pour 2023 ?

É.R.: Déjà, que nos mutualistes soient en bonne santé ! Qu'ils accèdent plus facilement aux soins, aux loisirs, à la culture, pour une meilleure émancipation de tous. Il nous faut une prise de conscience globale que la santé n'est pas une dépense. Nous ne pourrions pas être en bonne santé tant que nous ne sortirons pas de la logique financière qui est menée depuis de nombreuses années. Il faut que la Sécurité sociale reprenne son rôle solidaire, une meilleure rémunération pour tous les travailleurs et une retraite décente. Reculer l'âge de la retraite, c'est couper une branche de l'ESS en retirant la possibilité aux retraités de rentrer dans le monde associatif et mutualiste. Pour un vrai changement, il faut relocaliser l'emploi en France pour nourrir, grâce aux cotisations sociales, notre système solidaire incarné par la Sécurité sociale. En définitive, je vous souhaite, ensemble, de nous mobiliser pour défendre notre bien humain !

Octobre Rose: Mutuale et la MFOS se mobilisent

Nous sommes tous concernés par le cancer du sein, les femmes en grande majorité, mais aussi les hommes (moins de 1%). Les élus, les salariés et les adhérents de Mutuale se sont mobilisés durant tout le mois d'octobre pour sensibiliser au dépistage de ce cancer dans le cadre d'Octobre Rose.

Dans tous les territoires où Mutuale est implantée, les sections se sont mobilisées en faveur de la lutte contre ce cancer qui fait chaque année plus de 12 000 victimes et touche 59 000 nouvelles personnes.

Les salariés mis au défi

Comme chaque année depuis 2020, les salariés de Mutuale et de la MFOS ont été nombreux à relever le défi lancé par les deux mutuelles: faire une action solidaire et se prendre en photo, afin de récolter de l'argent pour les antennes locales de la Ligue contre le cancer. Réalisation de gâteaux, sensibilisation des proches ou encore challenges sportifs, ils n'ont pas manqué d'inventivité pour relever le défi!

En Auvergne, toute une section mobilisée

Mutuale Auvergne s'est mobilisée auprès de la commune de Lusigny qui a organisé trois jours de festivités pour Octobre Rose. Le 14 octobre, la conférence sur le thème "cancer et alimentation" animée par deux diététiciennes et par le Dr Marc Voiteiller, président de la Ligue contre le cancer de l'Allier, a été suivie d'un atelier de sensibilisation à l'autopalpation animé par une sage-femme. L'occasion pour Mutuale de remettre un chèque de 500 € au comité départemental de l'Allier de la Ligue contre le cancer. Le lendemain, la section apportait son soutien avec la prise en charge des repas artistes venus se produire bénévolement devant les 200 personnes présentes.



À Lusigny, la salle était comble pour assister à la conférence sur le cancer et l'alimentation dont Mutuale était partenaire. Après l'atelier de sensibilisation à l'autopalpation, Mutuale Auvergne a fait un don à la Ligue contre le cancer de l'Allier.

Le 23, la marche caritative La Lusignoise, organisée par le centre social de Chevagne, a offert aux participants deux parcours, un de 5 et un de 8 km, sur la musique de la Banda de Jenzat, qui ont joué toute la matinée dans les rues de Lusigny.

En Bretagne, la Lorientaise fait sa 13^e édition

Ce sont 9 000 femmes qui se sont réunies le dimanche 9 octobre dans les rues de Lorient pour cette course réservée aux femmes dont Mutuale est partenaire, au profit de la Ligue contre le cancer. L'agence Mutuale de la ville en a profité pour ravitailler de douceurs les participantes et présenter les knockers de Paulette Guianvarc'h, des prothèses mammaires externes qu'elle tricote et offre aux personnes ayant subi une mastectomie.



À Lorient, les membres de la section Bretagne ont ravitaillé les coureuses avec des douceurs.

Dans le Centre-Val de Loire, marcher pour sensibiliser

À Vineuil, le 2 octobre, 300 personnes se sont mobilisées à l'occasion de la Marche Rose organisée par Mutuale et ses partenaires, la Ligue contre le cancer 41, le CRCDC Centre-Val de Loire, Vineuil Sports Athlétisme 41 et la MFOS. Dans sa démarche environnementale et sa volonté de voir fonctionner l'économie circulaire, Mutuale a offert à tous les participants des œillets vivaces, cultivés par la pépinière La Pensée Sauvage à Blois. À Saint-Amand-Montrond, les équipes de Mutuale ont répondu présentes le samedi 8 octobre pour les marches



Présente sur le village santé, Mutuale et son défi-vélo ont permis de remettre un chèque de 200 € à l'association Flamme en Rose Berry.

solidaires (4, 8 et 12 km) organisées par le CCAS de la commune. Sur le stand de Mutuale, le défi vélo a permis de récolter 200 € reversés à l'association Flamme en Rose Berry, qui agit au quotidien pour sensibiliser et inciter les femmes à la prévention. À Vendôme, le 30 octobre, plus de 300 personnes sont venues faire les parcours roses (soit 5, 10 ou 15 km en plus du parcours cyclo de 40 km) organisés par Mutuale en partenariat avec la Ligue contre le cancer, Kérvie et USV. Enfin, le 10 novembre, la Ligue contre le cancer

41 a organisé sa soirée de remise des dons au siège social de Mutuale à la Chaussée Saint-Victor. L'occasion d'asseoir ce partenariat entre la mutuelle et la Ligue qui dure depuis maintenant cinq ans. Pour Éric Rafael, président de Mutuale, c'est également «*la concrétisation de notre volonté d'être acteurs auprès d'associations luttant contre les problèmes de santé*».

DUODAY : POUR UNE SOCIÉTÉ PLUS SOLIDAIRE ET INCLUSIVE

Judi 17 novembre, Mutuale et la Mutuelle Familiale des Œuvres Sociales ont accueilli cinq personnes en situation de handicap pour une immersion au sein de leurs équipes. Au programme de cette journée, nos salariés volontaires leur ont fait découvrir les métiers mutualistes de gestionnaire courriers, d'assistant ressources humaines et direction, de conseiller mutualiste et d'assistante dentaire. Cette immersion a été possible grâce à l'opération DuoDay, qui place en immersion des personnes en situation de handicap dans des entreprises volontaires pour dépasser les préjugés sur le handicap et permettre les rencontres. C'est avec fierté que nos mutuelles ont participé à ce dispositif solidaire pour une société plus inclusive.

Stratégie Mutuale 2024 : soyons tous acteurs de notre stratégie !

Changer durablement les choses commence bien souvent en interne. C'est le pari de Mutuale, engagée depuis quelques années dans une démarche RSE, dont les salariés sont partie prenante. Une stratégie et des valeurs qui ont été défendues au Salon du Made In France (MIF Expo) de Paris, du 10 au 13 novembre.

En juin 2021, la direction de Mutuale présentait à ses salariés le projet stratégique de la mutuelle pour les trois années à venir, avec la volonté que chacun joue un rôle dans l'élaboration et la mise en place de la stratégie. En octobre 2022, cette démarche collaborative va plus loin avec la mise en place de groupes de travail sous forme d'ateliers internes qui placent l'humain et l'environnement au cœur des réflexions.

Fédérer les salariés autour de projets communs

Le 18 octobre dernier, Julien Nolière, directeur général de Mutuale, et Mélodie Deshayes, directrice générale adjointe, ont présenté la démarche ainsi que l'organisation du pilotage du projet auprès de la trentaine de salariés volontaires. Chaque groupe de salariés travaille, depuis le mois de novembre, sur un des quatre grands thèmes définis en lien avec la démarche RSE de Mutuale. Le premier thème, "Adhérent et développement", permettra d'engager un dialogue avec les parties prenantes externes. Le deuxième et le troisième, intitulés tous les deux "Engagement responsable", auront pour objectif la réalisation de deux projets de

biodiversité et la création d'une charte de bonnes pratiques. Enfin, le quatrième thème, "Humain", s'attachera à créer une charte entreprise Mutuale, entre les salariés et les managers. Pour Julien Nolière, « la stratégie de notre mutuelle ne peut se conduire sans nos salariés. Ce sont eux qui portent nos valeurs mutualistes au quotidien, auprès de nos adhérents. Depuis quelques années déjà, nous avons tous entamé une réflexion commune pour devenir la mutuelle que nous souhaitons être. Les thèmes sur lesquels nous travaillons ont été choisis par nos salariés lors d'ateliers organisés en juin et nous continuons ce travail aujourd'hui pour concrétiser nos valeurs à travers des pratiques plus respectueuses de l'humain et de l'environnement ».

Le Salon du Made In France à Paris

Du 10 au 13 novembre, Mutuale s'est rendue à Paris au Salon MIF Expo. Au Parc des Expositions de la Porte de Versailles, le MIF Expo a réuni plus de 1000 exposants qui ont fait le pari du "fait en France". L'occasion pour Mutuale, première mutuelle certifiée Service France Garanti, de présenter au public ses valeurs et les actions solidaires qui en découlent. Comme au mois de mars, où Mutuale était déjà présente au



Le 12 novembre, Julien Nolière, directeur général de Mutuale, était sur le plateau de la WebTV du Salon du Made In France pour parler de la certification Service France Garantie que Mutuale a obtenu le 26 mai 2021.

MIF Expo de Bordeaux et aux Assises du Produire en France, elle a défendu auprès des professionnels et du public ses choix stratégiques, éthiques et solidaires.

Le 12 novembre, le directeur général de Mutuale, Julien Nolière, est intervenu sur le plateau de la WebTV du salon pour en dire plus sur la certification Service France Garanti ainsi que sur les engagements et démarches de Mutuale en faveur de la réindustrialisation. Le salon était en outre l'occasion de croiser les marques Linaé et Elia Lingerie, que Mutuale a fait le choix de soutenir dans le cadre de ses placements financiers éthiques et responsables.

Les voisins, une association qui agit pour le développement du territoire

Dynamiser le territoire et donner du sens aux actions, tels sont les maîtres mots de l'association

Les Voisins : Cercle des entreprises de la Chaussée Saint-Victor, dont le secrétaire n'est autre que Julien Nolière, directeur général de Mutuale.

C'est en juin 2021 que l'association Les Voisins a été créée, pour pérenniser ce que les entreprises de la Chaussée Saint-Victor faisaient depuis longtemps : travailler ensemble en synergie et mettre en place des actions communes en faveur du développement économique et social du territoire.

Une journée pour donner son sang

Après une journée don du sang organisée en avril puis en septembre, une nouvelle journée solidaire a été organisée le 29 novembre, chapeautée par l'Établissement français du sang. Tous les salariés des entreprises membres de l'association étaient invités à venir donner leur sang au siège de Mutuale. Un acte de générosité, qui sauve de nom-

breuses vies, alors que les réserves de sang sont encore trop basses.

Le rameur solidaire

S'il n'y avait pas d'équipe spécifique aux Voisins pour le défi rameur organisé en faveur du Club d'aviron blésois, plusieurs entreprises Voisines ont participé à ramer. Mutuale était bien évidemment de la partie et avait organisé le 4 octobre une animation sportive et solidaire avec Les Voisins et des joueurs de l'ADA Blois Basket dont Mutuale est partenaire en plus d'être la mutuelle santé de l'équipe. Tous ont relevé le défi de parcourir le plus de distance possible en 15 minutes de rameur.



Chaque kilomètre permettait de collecter 1 € pour la création d'une section parasportive au sein de l'Aviron blésois. À l'issue du défi qui s'est déroulé sur plusieurs semaines, ce sont 132 kilomètres qu'ont parcouru les salariés de Mutuale et plus de 4 000 kilomètres qu'ont parcouru les salariés des 26 entreprises participantes.

La semaine de la mobilité

L'association Les Voisins s'est engagée dans la démarche lancée par Agglopolys et la CCI en septembre, via une enquête sur le covoiturage qui a rassemblé 264 réponses. Le Bus Infos Azalys a permis aux intéressés d'obtenir des informations et d'exprimer leurs attentes quant aux trajets de bus, pour aller travailler en laissant sa voiture au garage.

Une Voisinade au Carroir

Le 8 décembre, la Voisinade organisée par les Voisins a rassemblé au Carroir tous les membres de l'association. L'occasion d'évoquer, grâce aux nombreux intervenants locaux présents, des thèmes autour des ressources humaines, du recrutement et de la formation. L'Assemblée générale de l'association s'est également tenue lors de cette soirée.



Mutuale Solidarité: quatre projets lauréats en 2022

L'appel à projets 2022 de Mutuale Solidarité, a permis de faire émerger quatre projets lauréats qui seront soutenus financièrement par le fonds de dotation.

Ce sont quinze projets que Mutuale Solidarité a reçu lors de son appel à projets. Un chiffre exceptionnel pour un tout jeune fonds de dotation. L'équipe de Mutuale Solidarité a dû faire un choix, se référant aux valeurs de solidarité et d'entraide. Une fierté pour Mutuale de soutenir des structures et des projets qui favorisent la cohésion sociale et l'accès à la santé et au bien-être.

Préserver le littoral de la pollution : Depuis 2013, l'association Les mains dans le sable agit sur le littoral du Morbihan pour le nettoyage des plages en organisant des ramassages de déchets réguliers. En outre, elle met en place des actions

pour sensibiliser à la préservation du littoral et à la préservation de sa biodiversité.

www.lesmainsdanslesable.com

Une chorale inclusive : L'association Bulles de Théâtre, basée depuis plus de 30 ans à Amiens, a décidé de créer une chorale inclusive, destinée aux personnes cérébro-lésées et leurs aidants, qui permet grâce au chant de travailler à la fois la diction et le mouvement.

www.bulles-de-theatre.com

Un jardin nourricier et solidaire : L'association Terre Zen a pour projet de créer un jardin permaculturel et nourricier qui permettra aux habitants

et aux personnes en situation de vulnérabilité du quartier gare la vallée d'Amiens de se rencontrer, d'apprendre à cultiver eux-mêmes leurs légumes et à les valoriser.

www.ile-aux-fruits.fr

Lutter pour l'égalité des chances : L'association Zup de Co est née en 2005 de l'ambition de réduire le décrochage scolaire et concrétiser l'égalité des chances. Dans le Loir-et-Cher, elle a décidé d'apporter à 600 jeunes issus de milieux modestes un accompagnement scolaire tout au long de l'année.

www.zupdeco.org

Mutuale, engagée pour le mois de l'Économie Sociale et Solidaire

Tous les ans, le mois de novembre est traditionnellement le mois de l'Économie Sociale et Solidaire (ESS). Cette année, les sections de Mutuale ont organisé plusieurs événements autour de l'ESS dans leur territoire.

En tant que mutuelle, Mutuale est une actrice majeure de l'ESS et promeut au quotidien les valeurs et les changements que cette forme d'économie apporte à la société. Le mois de l'ESS permet, durant trente jours, de mettre en lumière les savoir-faire locaux, les projets et les innovations solidaires de demain.

En Centre-Val de Loire, un marché pour rencontrer les producteurs

Le 29 novembre, Mutuale a organisé sur le parking de son siège social un mini-marché bio et local, de 11h à 14h. De nombreux producteurs étaient présents pour proposer une large gamme de produits locaux : paniers de légumes bio, confitures et sirops bio, miel local, fromages de chèvre bio, pâtisserie bio et artisanale et savons artisanaux. L'occasion parfaite pour les salariés de Mutuale et des entreprises alentour ainsi que

nos adhérents, de consommer autrement en valorisant le savoir-faire et l'artisanat local.

En Bretagne, de la fourche à la fourchette

La section Bretagne a organisé le 9 novembre à Auray une conférence gesticulée sur le thème de la Sécurité sociale alimentaire, avec Mathieu Dalmais, membre d'AgriSTA, Ingénieurs sans frontières et ancien agronome. La quarantaine de personnes présente a pu profiter de sa conférence gesticulée De la fourche à la fourchette... Non ! L'inverse ! Pour le responsable régional Bretagne Marc le Bruchec, « il était intéressant de mettre en lumière l'idée de la Sécurité sociale de l'alimentation, qui, à son niveau, peut peut-être apporter une solution à nos problématiques alimentaires, agricoles, écologiques et sociales futures. » La conférence gesticulée s'est poursuivie par un débat avec le public et par une dégustation de pain et de produits bios et locaux transformés par les maraîchers des Graines de Saint-Germain, une micro-ferme fondée par quatre passionnés désirant tendre vers plus de résilience alimentaire locale.

Dans le Nord-Pas-de-Calais, une réunion publique sur la protection sociale

La section Nord-Pas-de-Calais de Mutuale s'est associée au centre hospitalier Techer de Calais et à l'Union des Familles Laïques (UFAL) pour proposer une réunion publique et ouverte à tous sur le thème de la protection sociale et de l'accès aux soins. À partir de 18h, Nicolas Pomiès, président de la section, Dominique Tollet, de l'UFAL, le Dr Margaux Becard, gynécologue, et le Dr Laurent Tartar, chirurgien, ont débattu avec le public sur l'avenir de notre système de santé et les changements solidaires nécessaires pour le renforcer.

En Auvergne, la monnaie locale est valorisée

La monnaie locale bourbonnaise Soudicy existe depuis 2019, à l'initiative de l'association éponyme, pour dynamiser l'activité économique du territoire, favoriser la production des biens et des services locaux et échapper à la spéculation financière. La section Auvergne de Mutuale a accompagné ce projet puis sa mise en place en faisant de son agence mutualiste de Vichy un comptoir de change. Désormais, les agences mutualistes de Moulins et de Montluçon le deviennent également.

LES CONSEILS DE MUTUALE

HONORAIRES DE DISPENSATION: LES ADHÉRENTS PAIENT LE PRIX FORT

Depuis 2015, les pharmaciens perçoivent, pour chaque ordonnance qu'ils traitent, des honoraires de dispensation, destinés à les rémunérer. Des honoraires pris en charge par l'Assurance maladie et votre complémentaire santé.

C'est un dispositif bénéfique pour les pharmaciens puisqu'il permet de les rémunérer de manière cumulative à chaque présentation d'une ordonnance, à la boîte vendue, selon l'âge et l'état de santé des patients...

Si la prise en charge est assurée en partie par l'Assurance maladie (aux taux de remboursement de 65 %, 35 %, 15 % ou 100 % selon le type de médicament), le reste est ce que l'on appelle le "ticket modérateur", soit la partie de dépense qui reste à charge de l'assuré.

Les complémentaires santé prennent une partie ou la totalité de ce ticket modérateur à leur charge. Depuis leur mise en place, les tarifs des honoraires ont globalement augmenté, passant parfois du simple au triple ! Qui paie en

réalité ces hausses ? L'assuré social ! Via les cotisations de Sécurité sociale et via sa complémentaire santé lorsqu'il en a une. S'il n'en a pas, c'est à lui qu'il revient de régler le reste à charge.

EN CHIFFRES

En 2021, les honoraires de dispensation ont représenté 3 958 millions € (contre 2 702 millions € en 2016) ■ Présentation d'une ordonnance : 0,51 € ■ Ordonnance complexe (plus de 5 médicaments) : 0,31 € ■ Âge du patient (moins de 3 ans ou plus de 70 ans) : 1,58 € ■ Boîte de médicament spécifique : 3,57 € ■ Chaque boîte de médicament : 1,02 € ■ Conditionnement pour 3 mois : 2,76 €.

La section Auvergne de Mutuale partenaire de l'association Lanimaxions

Reconnue d'intérêt général, Lanimaxions est une toute jeune association créée à l'été 2022 que soutient désormais la section Auvergne de Mutuale.

L'association Lanimaxions a été créée par Xavier Belhoste que la section Auvergne connaît bien, puisqu'il participe depuis 2018, en tant que magicien, à redonner le sourire aux enfants de l'hôpital de Vichy. À l'été 2022, celui-ci a créé son association dont l'objectif est d'orga-

niser des loisirs et des instants bien-être destinés aux personnes en situation de handicap, malades ou dépendantes ainsi qu'à leurs aidants familiaux et professionnels. L'association intervient à la fois dans les hôpitaux, dans les structures médico-sociales et auprès des as-

sociations de l'Allier et des départements limitrophes. La section Auvergne a décidé de soutenir l'association pour qu'elle puisse faire connaître les animations qu'elle propose : médiation animale, spectacle de musique et danse, spectacles de clowns et de magie.

En savoir +
lanimaxion@gmail.com

Un succès pour la journée découverte des Chiffres et des Lettres !

Le 10 octobre dernier, la section Auvergne organisait, en partenariat avec le club des Chiffres et des Lettres de Domérat, une journée découverte de ce jeu de réflexion.

Vingt-cinq personnes ont relevé le défi lancé par la section Auvergne de Mutuale dans le cadre de la semaine blue, pour découvrir le jeu des Chiffres et des Lettres. Accompagnés du président de la section Alexandre Di Cioccio, de l'ancien président de Mutuale Pierre Zilber, et de deux conseillères mutualistes de Mutuale, Laetitia et Valérie, tous ont pu découvrir et s'exercer à cette gymnastique de l'esprit. Le club de Domérat avait tout de même aménagé les règles du jeu en allongeant un peu le temps de réflexion pour que ce moment soit aussi ludique que convivial. La séance s'est poursuivie par un apéritif convivial offert par Mutuale.



Des chiffres, des lettres, et vingt-cinq personnes pour s'initier au célèbre jeu, grâce au club Des Chiffres et des Lettres de Domérat et la section Auvergne de Mutuale.

Mutuale, partenaire du Sidaction à Moulins

Comme chaque année, la section Auvergne s'associe au CeGIDD de Moulins pour la Journée mondiale de lutte contre le Sida.

De 14h à 19h, Mutuale Auvergne a donné rendez-vous à ses adhérents à la salle des fêtes de Moulins pour la Journée mondiale de lutte contre le Sida.

Dans le cadre du Sidaction, une après-midi festive était organisée : de nombreux groupes de musiques se sont produits sur scène et Nicolas Aragona, fondateur de l'association SuperSero



était présent pour sensibiliser au dépistage du VIH.

La section avait ainsi financé des TROD (Tests rapides d'orientation diagnostique) dont se sont servies les équipes du CeGIDD de Moulins pour dépister rapidement et gratuitement les volontaires.

Mutuale a également remis un don de 500 € à l'association Information Prévention Sida de Moulins.

De la magie à l'hôpital de Vichy

Parce que les fêtes de fin d'année peuvent être délicates pour les enfants hospitalisés, les élus de Mutuale jouent chaque année au Père Noël, en leur offrant un après-midi magique !

Le 16 décembre à Vichy, les lutins du Père Noël ont donné aux élus de Mutuale la mission d'émerveiller les enfants du service pédiatrie en leur offrant un spectacle de magie avec le magicien Xavier Belhoste, un goûter et des cadeaux. Sous le sapin en effet, Mutuale avait déposé des

livrets d'activité sur le thème du potager et du développement durable, fabriqués en France par l'entreprise partenaire Sloli.

Mutuale a également financé et décoré un sapin de Noël qui a été installé dans le service de néonatalogie de l'hôpital de Vichy.

À SAINT-POURÇAIN-SUR-SIOULE, LES PERMANENCES MUTUALISTES ONT COMMENCÉ

Depuis le mois de septembre, Mutuale a mis en place des permanences mutualistes à la mairie de Saint-Pourçain-sur-Sioule, dans le cadre de son offre Mut'Village. Après une réunion publique qui a rassemblé une centaine de personnes, les permanences ont débuté le 23 septembre, assurées par les conseillères mutualistes des agences de Vichy et de Moulins. À ce jour, 21 permanences ont été organisées grâce au soutien de la commune, et plus d'une cinquantaine de personnes ont choisi Mutuale pour leur complémentaire santé.

AVANT NOËL, LES VICHYSOIS ONT DONNÉ LEUR SANG

Une grande collecte de don du sang a été organisée à Vichy le mardi 13 décembre, dans un contexte de réserves de sang très basses. Pour soutenir cet acte de solidarité et de générosité, la section Auvergne a financé la collation d'après don sur le thème de Noël. En outre, les conseillères mutualistes de Mutuale ont participé bénévolement à cette collecte.

L'ACCÈS À LA CULTURE, C'EST AUSSI DE LA SANTÉ !

Parce que la santé est bien plus large que le fait de ne pas être malade, et concerne aussi les loisirs et la culture, Mutuale a soutenu le festival Jean Carmet dont elle est partenaire. Pour l'occasion cette année, elle a offert des places gratuites à ses adhérents pour aller voir les films sélectionnés. Ces places ont été remises par l'association Ciné Bocage qui organise depuis 1995 ce festival dédié aux actrices et aux acteurs francophones.

LE CHAMP DES POSSIBLES : LES PREMIERS TRAVAUX SONT INAUGURÉS

Lauréate de l'appel à projets du fonds de dotation Mutuale Solidarité en 2021, l'association Le Champ des Possibles vient d'inaugurer les premiers travaux du local "Le Repaire des Possibles" qui se veut un réseau social non digital pour mettre en relation des personnes, des associations ou d'autres structures. L'objectif est, ensemble, de réfléchir et agir pour le bien commun.



MUTUALE BRETAGNE

Un nouveau succès pour les Marceles !

C'est une vague bleue qui a envahi les rues de Plescop le dimanche 23 octobre ! En effet, les participants à la course des Marceles sont venus en nombre pour soutenir la lutte contre les cancers masculins.

1 750 hommes le dimanche et 250 enfants le samedi étaient réunis pour cette 10^e édition de la course des Marceles, orchestrée par l'association Courir, Marcher pour Donner, et soutenue par Mutuale. L'objectif de l'association est de sensibiliser

les hommes au dépistage des cancers masculins. Les élus et salariés de Mutuale Bretagne étaient bien évidemment présents pour soutenir, sous un ciel aussi bleu que les t-shirts des coureurs, ce rassemblement solidaire et convivial.

Pour cette 10^e édition, l'association a battu un record, celui de redistribuer 57 000 euros, répartis entre 5 structures associatives et hospitalières. Ces dons seront utilisés pour le bien-être des patients, l'aménagement d'espaces de soins palliatifs, pour mener des actions auprès des enfants et investir dans du matériel destiné au traitement du cancer de la prostate.

EN BREF

À CLÉGUÉREC, UNE JOURNÉE PRÉVENTION POUR LA POPULATION

En tant que mutuelle de village de Cléguérec, Mutuale a organisé le mardi 4 octobre une journée prévention à la mairie. De 14 heures à 18 heures, une cinquantaine de personnes sont venues tester leur audition et leur vision grâce à la présence d'un audioprothésiste de Pontivy et des salariés du Pôle Optique Cléguérec. Un stand aux couleurs de Mutuale était également installé pour répondre aux questions des visiteurs et les conseiller.



La mairie de Cléguérec s'est transformée en centre de prévention le 4 octobre dernier, avec la possibilité de faire tester sa vue et son audition par des professionnels.

Mutuale et la Littorale : un partenariat qui dure

Le 24 novembre, la section Bretagne a renouvelé sa convention de partenariat avec l'association En famille contre le cancer, qui organise tous les ans La Littorale 56 et les Micro-Littorales.

L'association En famille contre le cancer aide au quotidien les malades du cancer et leurs proches et organise depuis 2011 la course La Littorale 56. Entre Fort-Bloqué et Guidel Plages, cet événement annuel se veut familial, intergénérationnel, multi-activité et adapté à tous. Depuis la pandémie, l'association organise également les Micro-Littorales, permettant à tous de multiplier les actions de solidarité en courant, en marchant, en faisant du roller, du vélo ou encore du surf. Chaque année, les salariés et les élus de la section participent activement à La Littorale et aux Micro-Littorales. L'édition 2022 a permis de récolter 36 000 euros, remis à cinq associations. L'association et Mutuale préparent déjà la prochaine édition de cette course mythique, qui sera la dixième et qui se déroulera le dimanche 16 avril 2023 au départ de Guidel Plages

MUTUALE CENTRE - VAL DE LOIRE

L'Indre-et-Loire a tenu son assemblée de section

Pour la section Mutuale d'Indre-et-Loire, l'organisation de son assemblée est toujours un temps fort à laquelle, cette année encore, une cinquantaine d'adhérents étaient présents le 20 octobre.

Dans son rapport moral, la présidente de la section Joëlle Guérin a dénoncé les mesures gouvernementales qui ne répondent pas aux inquiétudes concernant le pouvoir d'achat, mais qui, au contraire, privent, à coups d'exonérations de cotisations et de défiscalisations, de ressources la protection sociale. Comment bien se chauffer, manger, se soigner dans ces conditions ? Ce sont les citoyens qui en pâtissent, mais également les services publics et notamment l'hôpital. En effet, le PLFSS 2023 prévoit une augmentation du budget de la Sécurité sociale de 3,5 % seulement, bien éloignée de l'inflation que nous connaissons actuellement et qui atteindra un taux bien plus élevé à la fin de l'année 2023. Pour faire des économies, le PLFSS prévoit des réductions de dépenses de soins et des transferts de charges plus importants

sur les mutuelles, ce qui entrainera de facto pour les adhérents une augmentation du prix des cotisations. Pour la présidente de la section, c'est tout bonnement inacceptable ! Elle est également revenue sur l'engagement de la section auprès de Convergence des services publics 37 et des citoyens pour la sauvegarde de l'hôpital de Chinon,

en proposant aux adhérents présents de signer une pétition. Une motion pour la défense du système hospitalier dans son intégralité et de la Sécurité sociale a été approuvée par les personnes présentes. Après de nombreux échanges, l'assemblée de la section Indre-et-Loire s'est terminée par deux sketches joués par la comédienne amatrice Florence Andres sur la Sécurité sociale et la Sécurité sociale de l'alimentation et par un moment de convivialité autour d'un cocktail.



MUTUALE CENTRE - VAL DE LOIRE

La section Indre-et-Loire de Mutuale présente au congrès du Mouvement de la Paix

Attachée à la paix et aux conséquences bénéfiques qu'elle apporte à l'humanité, Mutuale a participé au congrès national du Mouvement de la Paix, du 18 au 20 novembre à Tours.

Durant ces trois jours, les membres de la section ont installé un stand aux couleurs de Mutuale et participé au Forum international de la Paix le 18 novembre et aux deux jours de congrès de l'association.

“Soyons des citoyens de la Paix”

À l'issue du Forum international de la Paix, dont le slogan était “Qui veut la Paix, prépare la Paix !”, le vernissage des expositions présentées par la galerie L'art et la Paix a été l'occasion au président de Mutuale, Éric Rafael, de prendre la parole. Dans son discours, il est revenu sur l'attachement de Mutuale aux valeurs de paix, rappelant que le président de la République parlait déjà de guerre en 2020 pour la lutte contre le Covid. Presque trois ans plus tard,

rien n'est fait pour l'hôpital quand, dans le même temps, le budget de l'armement explose : « *Cela montre une fois de plus que la santé comme la guerre sont considérées comme des activités marchandes, mais que la guerre est préférée par nos dirigeants politiques puisque plus rentable* ».

Le président de la mutuelle a rajouté : « *défendre la paix ne peut être que bénéfique pour l'être humain, il résoudra les problèmes de précarité, de santé et de toutes formes d'inégalités.*

Ainsi, être partenaire du Mouvement de la Paix, c'est ancrer des valeurs humanistes et mutualistes auxquelles est attachée Mutuale », avant de conclure : « *Nous sommes des citoyens du Monde, alors soyons également des citoyens de la Paix* ».

L'agglomération de Bourges a choisi Mutuale comme mutuelle de territoire

Avec sa solution santé Mut'Village, Mutuale a remporté l'appel à partenariat de la Communauté d'agglomération Bourges Plus. Un partenariat qui s'est officialisé le 15 octobre 2022.

Parce que Mutuale répondait parfaitement aux critères de solidarité, d'entraide, d'accompagnement et de proximité que Bourges Plus désirait pour ses administrés.

Désormais, tous les habitants de l'agglomération qui le souhaitent peuvent bénéficier de la solution santé Mut'Village. Les garanties de cette offre permettent ont été conçues pour favoriser l'accès aux soins et accompagner au quotidien les populations dans leurs besoins de santé, tout en préservant leur pouvoir d'achat.

Durant les mois d'octobre, de novembre et de décembre, les élus de la Communauté d'agglomération Bourges Plus ont mis en place des réunions publiques où Mutuale a présenté en détail tous les avantages de son offre Mut'Village.

Des permanences ont été mises en place dès novembre et vont continuer sur les prochains mois.

Les dates seront communiquées sur nos canaux de communication et dans les communes concernées.

MUTUALE NORD

Un maillot aux couleurs de Mutuale

Le 6 novembre dernier, la section Picardie de Mutuale a remis des maillots à l'Officiel Esclams BB (Étoile Sportive des Cheminots de Longueau Amiens Métropole Somme Basket Ball), aux couleurs des partenaires du club de basket.

Ce n'est pas la première fois que Mutuale remet officiellement des maillots à ses couleurs aux petits basketteurs du club de basket Esclams BB.

Le 6 novembre dernier, la section a prolongé ce partenariat avec le club sportif longacoissien en offrant

à l'école de basket leur nouveau maillot. L'occasion de fêter la récente labellisation du club “École Française de Minibasket”, pour son approche pédagogique auprès des enfants de 5 à 10 ans et les valeurs prodiguées de partage et de solidarité.

UNE CONFÉRENCE DE PRESSE POUR COMPRENDRE LE PLFSS

À Tours, la section Indre-et-Loire de Mutuale a organisé avec Convergence des services publics 37 une conférence de presse le jeudi 17 novembre.

L'objectif était de faire le point sur le Projet de loi de finance de la Sécurité sociale (PLFSS) 2023 et ses conséquences pour l'accès aux soins dans le département et ses hôpitaux publics.

L'occasion également de revenir sur la mobilisation importante concernant l'avenir de l'hôpital de Chinon, dont les urgences et la maternité ont fermé faute de personnels et de moyens suffisants.

BASTIEN AUGUSTO, UN ATHLÈTE DANS LE TOP 10

L'athlète de demi-fond Bastien Augusto, dont Mutuale est le partenaire-santé depuis quelques mois, vient de valider sa sélection en équipe de France.

Ainsi pour les 10 km de la Kiprun Race de Lille, il est devenu le septième meilleur performeur français de l'histoire de la distance.

Durant les championnats du monde militaire de cross qui se sont déroulés au Portugal, l'athlète a confirmé le gros travail de préparation qu'il a effectué à Font Romeu, une performance confirmée par celle du cross de sélection pour les championnats d'Europe à Allonnes le 20 novembre.

LA SÉCURITÉ SOCIALE DE L'ALIMENTATION, UNE AUTRE AGRICULTURE

À Saint-Jean-Saint-Germain, en Indre-et-Loire, Mutuale, en partenariat avec la Confédération Paysanne, l'UFAL, la section PCF de Loches et le journal *La Terre*, a organisé une conférence-débat sur le thème de la Sécurité sociale de l'alimentation.

Romain Henry, co-porte parole de la Confédération Paysanne d'Indre-et-Loire, et Olivier Morin, paysan dans l'Indre et chroniqueur à *La Terre*, sont intervenus pour présenter le projet de Sécurité sociale de l'alimentation.



MUTUALE MFOS

Prévenir les problèmes dentaires : quelques règles à suivre

Pour prévenir les problèmes dentaires à tout âge, il faut adopter au quotidien les bons réflexes ! On vous explique tout.

1/ Bien choisir son matériel

Une brosse à dents de qualité est une des clés d'une bonne santé dentaire. Préférez-la souple ou médium, avec une petite tête pour bien passer partout, et n'oubliez pas de la remplacer tous les deux mois. Côté dentifrice, on le choisit avec du fluor, qui contribue à la reminéralisation de la surface des dents, attaquée par la plaque dentaire.

2 / Adopter les bons gestes

Le geste est aussi important que le matériel. Chaque mâchoire doit être brossée séparément. Le mouvement de la brosse doit être rotatif et aller de la gencive vers la dent, avec une brosse à dents placée en oblique par rapport à la dent (et non perpendiculaire). Attention à bien brosser l'intérieur et le dessus des dents !

N'oubliez pas, un bon brossage, c'est 3 minutes, 2 à 3 fois par jour.

À partir de 6 ans

La méthode B.R.O.S.



Brossez haut et bas séparément



Rouleau ou mouvement rotatif pour brosser dents et gencives du rose vers le blanc



Obliques : on incline la brosse à 45° sur la gencive



Suivez un trajet pour faire le tour de toutes les dents sans oublier le dessus

3 / Adopter de bonnes habitudes alimentaires

L'alimentation joue un rôle important dans la santé de vos dents ! Il faut qu'elle soit variée et équilibrée, pas trop sucrée et le repas toujours suivi d'un bon brossage.



La santé, notre métier

Les 15 agences de Mutuale se répartissent sur les territoires des six régions où votre mutuelle est là pour vous accueillir, vous conseiller et vous aider. Un réseau de soins, constitué de trois centres dentaires et de trois centres optiques, géré par la Mutuelle Familiale des Œuvres Sociales.



AGENCES MUTUALE, LA MUTUELLE FAMILIALE

AUVERGNE

Agence de Montluçon:

73, avenue de la République - 03100 Montluçon 04 70 05 89 15

Agence de Moulins: 87, rue d'Allier - 03000 Moulins 04 70 46 22 57

Agence de Vichy: 30, boulevard Gambetta - 03200 Vichy 04 70 31 41 18

BRETAGNE

Agence de Lorient: 72, rue Lazare Carnot - 56100 Lorient 02 97 64 17 99

Agence de Plescop: 1, rue Marguerite Pery - 56890 Plescop 02 54 56 41 41

CENTRE - VAL DE LOIRE

Agence de Blois Verdun: 26, avenue de Verdun - 41000 Blois 02 54 56 46 00

Agence de Bourges: 11, avenue du 11 Novembre 1918
18000 Bourges 02 48 69 82 19

Agence de Romorantin: 4, rue de la Tour
41200 Romorantin-Lanthenay 02 54 76 91 20

Agence de Saint-Gervais-la-Forêt:
129, route Nationale - 41350 Saint-Gervais-la-Forêt 02 54 56 41 41

Agence de Tours: 13-15, rue Marceau - 37000 Tours 02 47 20 26 27

Agence de Vendôme:
43, rue du Change - 41100 Vendôme 02 54 80 27 03

NORMANDIE

Agence de Grand-Couronne:
8, chemin de l'Antenne Les Essarts - 76530 Grand-Couronne 02 54 56 41 41

NORD-PAS-DE-CALAIS

Agence de Calais:

34, Place d'Armes - 62100 Calais 02 54 56 41 41

PICARDIE

Agence de Abbeville: 18, place Max Lejeune - 80100 Abbeville 02 54 56 41 41

Agence de Amiens: 16, rue Jean Catelas - 80000 Amiens 02 54 56 41 41

RÉSEAU DE SOINS - MFOS MUTUELLE FAMILIALE DES ŒUVRES SOCIALES

CENTRES DENTAIRES

La Chaussée Saint-Victor:

8, rue Galilée - 41260 La Chaussée Saint-Victor 02 54 78 04 46

Romorantin:

2 bis, rue de la Résistance - 41200 Romorantin-Lanthenay 02 54 76 90 77

Vendôme:

22, rue Marcel Proust - 41100 Vendôme 02 54 89 01 01

CENTRES OPTIQUES

Comptoir Visuel Saint-Gervais-la-Forêt:

181, rue des Perrières - 41350 Saint-Gervais-la-Forêt 02 54 78 04 40

Comptoir Visuel Vendôme:

1, rue du Général de Gaulle - 41100 Vendôme 02 54 73 11 59

Comptoir Visuel Romorantin:

9, rue Georges Clemenceau - 41200 Romorantin-Lanthenay 02 54 76 33 80

SIÈGE

6, rue Galilée - 41260 La Chaussée Saint-Victor 02 54 56 41 41

RETROUVEZ-NOUS SUR NOTRE APPLICATION MOBILE MUTUALE, DISPONIBLE SUR LES STORES APPLE ET ANDROID

PREMIERS SECOURS EN SANTÉ MENTALE FRANCE

Apprendre à aider

Parce que la santé mentale est un enjeu majeur de santé publique souvent oublié, l'association Premiers Secours en Santé Mentale (PSSM) France entend prévenir et faciliter le soin en formant la population à ces premiers secours. Présente en métropole, elle l'est aussi aux Antilles. Nous avons rencontré Pascal Arnaud, formateur en Martinique.



« **L**a PSSM a pour objectif de déstigmatiser les troubles psychiques, tout en familiarisant le public à adopter les bons réflexes pour que chaque secouriste ait la capacité de participer avec bienveillance au bien-être de son entourage. »

Les Antilles, un contexte particulier

Issue d'une méthode australienne reconnue, la PSSM a déjà formé plus de 36 000 personnes, mais l'association espère en former plus de 750 000 d'ici 2030. « Dans les Antilles, la situa-

tion est particulière car il y a des problématiques supplémentaires : les déchets chimiques causés par l'orpaillage provoquent des problèmes de santé mentale conséquents par exemple. Les influences magico-religieuses bloquent parfois la prise en charge ; nous n'avons pas été épargnés par le Covid et les confinements plus longs qu'en métropole. »

Une méthode reconnue

Tout le monde peut souffrir de troubles mentaux, mais tout le monde peut également devenir se-

couriste. La formation de quatorze heures permet d'approcher avec les bons mots, d'écouter, de réconforter et de conseiller un individu en détresse psychologique.

En effet, le formateur passe en revue les différents cas de troubles de santé mentale et apprend au public comment agir.

Prévenir les troubles en santé mentale

Des recherches montrent que l'intervention précoce permet de limiter l'impact de la maladie mentale. Les formateurs ne sont pas des professionnels de santé mais des "préventeurs", « nous savons détecter les troubles avant la crise et conseiller les personnes avec empathie ». Une mission importante car, en France, le suicide tue chaque année plus que la route.



L'ASSOCIATION PREMIERS SECOURS EN SANTÉ MENTALE ET ENTIS

Le service Promotion de la Santé d'Entis a rencontré les membres rhodaniens de l'association Premiers Secours en Santé Mentale au salon Préventica à Lyon en septembre 2022. De ce lien créé, des projets se bâtissent en matière de prévention pour la santé mentale.



En savoir +
www.pssmfrance.fr

LE MOUVEMENT DE LA PAIX 41

Qui veut la paix prépare la paix

Le mouvement de la Paix est né après la Seconde Guerre mondiale sous l'impulsion de Charles Tillon, qui créa les Combattants de la Liberté pour soutenir le régime républicain et interdire le retour du fascisme. Aujourd'hui, plus que jamais, le mouvement fait entendre sa voix de paix.



Le comité du Loir-et-Cher fait partie des 150 comités répartis dans toute la France. Son président, Jacky Hurault, affirme que « notre combat pour la paix représente l'espoir pour l'avenir de notre planète ». Le comité rassemble des femmes et des hommes s'opposant aux guerres et promouvant la résolution pacifiste des conflits, soutient celles et ceux qui agissent sur les terrains de guerre et défend une culture de la paix.

Marcher pour la paix

Chaque année au mois de septembre, le comité loir-et-chérien organise une randonnée de la paix avec au programme plusieurs parcours. Cette année, le contexte de cette 40^e randonnée était particulier, la guerre en Ukraine étant dans tous les esprits.

Les six parcours proposés ont permis aux participants de profiter des paysages.

Un congrès national à Tours

Pour faire entendre la voix de la paix, « le seul chemin vers un monde meilleur et plus juste pour tous », selon António Guterres, secrétaire général de l'ONU, le congrès national du Mouvement de la Paix s'est tenu à Tours les 18, 19 et 20 novembre 2022. « Ce congrès ainsi que le forum ont revêtu une importance très grande cette année face aux dangers de la guerre, aux massacres d'innocents et à l'augmentation des dépenses d'armement », nous confie Jacky Hurault.

En effet, la loi de finances 2023 prévoit une hausse de 7 % du budget militaire, contre seulement 3,5 % de plus pour le budget de la Sécurité sociale. Un non-sens !



LE MOUVEMENT DE LA PAIX ET MUTUALE

Cette année, la section Centre-Val de Loire de Mutuale a soutenu les événements organisés par le Mouvement de la Paix 41 : la Marche pour la Paix à Blois le 25 septembre et le congrès national du Mouvement de la Paix à Tours, où la mutuelle a installé un stand pour échanger avec les visiteurs sur la santé et la solidarité.



En savoir +
www.mvtpaix.org/wordpress

Les seniors sont-ils sacrifiés ?

Sacrifiés sur l'autel de la rentabilité, nos aînés ? C'est ce que montrent deux livres enquêtes qui, à une dizaine d'années d'intervalle, racontent les dessous des EHPAD, privés et publics. Comment sortir le Grand Âge de la lucrativité et comment prendre en charge humainement nos aînés ? La réponse se trouve peut-être du côté des mutuelles.



On compte en France environ 700 000 résidents et 7 500 établissements pour personnes âgées. Privés, publics ou associatifs, ceux-ci pratiquent des prix dispendieux, faisant de la dépendance un véritable filon lucratif, souvent au détriment du bien-être des résidents.

La canicule, le Covid et Orpéa

Les différents scandales qui ont touché les EHPAD depuis une dizaine d'années ainsi que le drame de la canicule en 2003 ou la pandémie de 2020 ont montré que les personnes âgées ne comptent pas, sauf quand elles peuvent rapporter beaucoup d'argent.

Dans les EHPAD, pour que les bénéfices et les dividendes soient importants, il faut baisser les coûts. Or, cette course à la rentabilité est, selon le délégué CGT Guillaume Gobet, rapidement synonyme de maltraitance. Un ancien cadre d'Orpéa ne disait-il pas : « *l'humain n'est pas le sujet, la démarche est industrielle* » ?

Maltraiter les résidents... et les soignants

La vulnérabilité des seniors, leur isolement, leurs dépendances et éventuelles maladies favorisent cette maltraitance dans de nombreux établissements. Déshumanisées, les personnes âgées sont victimes d'un système dont le personnel est également victime.

Pour Guillaume Gobet, ce sont les cadences impossibles à tenir, les dysfonctionnements organisationnels (non-remplacement des personnes absentes, manque de matériel et de personnel), l'épuisement et la mauvaise formation qui rendent maltraitants. « *Nous sommes le secteur d'activité qui casse le plus de personnel en France. Il y a un énorme turnover dans les établissements. En gros, dans les EHPAD, personne n'est heureux, à part les actionnaires.* »

Prévenir les maltraitances

À la suite de la parution du livre *Les Fossoyeurs*, le gouvernement a annoncé en mars 2022 la création d'un plan de contrôle, sur 2 ans, des 7 500 établissements, pour prévenir les maltraitances. Car ce que l'on sait peu, c'est que les EHPAD privés ne font payer que l'hébergement aux résidents.

Le reste, c'est-à-dire les soins, est pris en charge par les ARS et les conseils départementaux, soit de l'argent public. Mais les contrôles existaient déjà, tout comme le numéro national, le 3977, destiné à signaler les maltraitances envers les personnes âgées et les adultes en situation de dépendance. Alors que fait-on ?

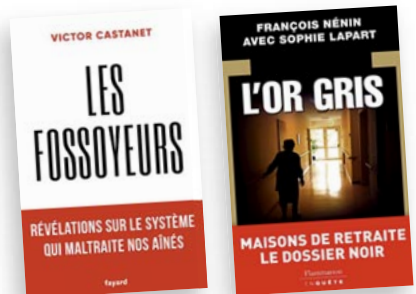
Les solutions mutualistes pour le Grand Âge

La solution la plus logique est de sortir les EHPAD de la logique financière. Certes, le secteur a besoin d'argent pour assurer aux résidents et aux personnels des soins de qualité et le maximum de bien-être, mais la rentabilité ne doit plus être l'objectif des établissements. Les mutuelles, organismes à but non lucratif et dépourvus d'actionnaires, l'ont bien compris.

La Samir, Santé Mut Roanne, ainsi que le regroupement de la Mutuelle de France Unie, de la Mutuelle Générale de Prévoyance et l'Union des Mutuelles de France Mont-Blanc ont décidé d'agir pour apporter des solutions mutualistes aux problèmes du vieillissement de la population.

La Samir et Santé Mut Roanne ont chacune choisi de créer une résidence services seniors,

respectivement à Valence et à Charlieu, afin de proposer aux seniors des logements et des services complets pour prolonger leur indépendance et assurer leur bien-être. Les trois autres mutuelles ont décidé quant à elles de créer une association pour réfléchir à des solutions, comme la construction d'habitats partagés.



LA RÉDACTION VOUS RECOMMANDE

L'or gris

De François Hénin et Sophie Lapart / éd. J'ai Lu / 2014

Que ce passe-t-il dans les maisons de retraite ? Comment sont (mal) traitées les personnes âgées dépendantes ? Le journaliste François Hénin et l'aide-soignante Sophie Lapart brisent la loi du silence et offrent un éclairage quelque peu effrayant sur le business de la vieillesse.

Les fossoyeurs

De Victor Castanet / éd. Fayard / 2022

Après trois années d'enquête et des centaines de témoignages, Victor Castanet met au jour les dérives du leader mondial des EHPAD et des cliniques Orpéa. Malgré le dévouement des soignants, le journaliste révèle les dessous d'une industrie très lucrative.

Logement: la solution de l'habitat partagé

Qui n'a pas rêvé d'être le colocataire de Monica ou de Joey dans *Friends*, ou d'intégrer *l'Auberge espagnole* en compagnie de Romain Duris ? L'habitat partagé, ou colocation, touche désormais tous les publics, des étudiants aux seniors. Mais est-ce délibéré ? Quels sont les avantages et les écueils de la colocation ? Et quelles sont ses nouvelles formes ?

La colocation peut se définir comme un mode de vie consistant à partager une résidence principale avec une ou plusieurs personnes qui ne se connaissent pas forcément, unies par un contrat unique ou de plusieurs contrats. En 2014, la loi Alur a mis un cadre à un mode de vie qui, jusqu'alors, ne bénéficiait d'aucun statut spécifique.

Un mode de vie pas si marginal

L'association Consommation logement et cadre de vie estime qu'un Français sur 6 a vécu, au cours de sa vie, en colocation. Si la majorité des habitats partagés sont des colocations étudiants (58 %), les actifs les talonnent à 36 % (étude LocService de 2021).

Aujourd'hui, ce mode de vie touche un public plus large que les étudiants, avec des familles monoparentales, des personnes divorcées, des seniors, et n'est plus l'apanage de la ville. En effet, de nombreuses colocations s'installent à la campagne.

Un mode de vie mutualisé

Mais pourquoi partager son logement ? Une des pistes pourrait être la mutualisation des coûts, à une période d'inflation grandissante où l'accès à un logement individuel et toutes les dépenses que



L'ÉCO-COLOCAION, UNE NOUVELLE FORME D'HABITAT PARTAGÉ

Face aux enjeux environnementaux, l'éco-colocation a le vent en poupe, notamment chez les jeunes actifs. « *La colocation est déjà un mode de vie écologique, puisque le chauffage, l'électricité, la connexion Internet, les appareils électroménagers sont mutualisés. Mais ce que l'on souhaite, c'est aller plus loin et limiter au maximum notre impact environnemental* », nous explique Hélène, 26 ans, en éco-colocation à Grenoble.

La maison de ville est donc meublée en seconde main, le petit potager produit les légumes toute l'année grâce au compost, les achats se font en vrac... ce nouveau type d'habitat partagé permet d'expérimenter une vie à plusieurs, rassemblés autour des valeurs écologiques.



cela comporte peuvent être compliqués. Partager le loyer, les factures, parfois les courses, les meubles et l'électroménager est effectivement une source d'économies non négligeable, d'autant plus que les logements sont plus grands. La gestion des dépenses communes peut toutefois s'avérer compliquée, car les colocataires sont tous solidaires, notamment pour le loyer.

Vivre en communauté

Rencontrer de nouvelles personnes est, selon l'étude LocService, la principale raison de choisir ce mode de vie. Il faut dire que la crise sanitaire et les confinements sont passés par là.

La colocation est génératrice de lien social et de convivialité, si tous les colocataires ont une vision commune du vivre ensemble. Elle nécessite de s'adapter à chacun, d'organiser la vie quotidienne et les tâches afférentes, et de respecter l'intimité et les limites de tous. Alexandre, 37 ans, salarié, ajoute : « *Si tout le monde est sur la même longueur d'onde, la coloc est une vraie expérience de vie, qui permet de vivre en communauté, de s'entraider, de se soutenir, tout en ayant une chambre à soi.* »

Infirmier anesthésiste diplômé d'État (IADE)

Peu connus, les infirmiers anesthésistes diplômés d'État sont pourtant de la partie pour tous les actes d'anesthésie, en étroite collaboration avec les médecins anesthésistes. Quel est leur rôle? Entretien avec Clélia Joly, IADE à la clinique des Cèdres, à Grenoble.

Qui sont les infirmiers anesthésistes ?

L'IADE (infirmier anesthésiste diplômé d'État) est un infirmier spécialisé, c'est-à-dire qu'il a réalisé 3 années de formation pour devenir infirmier. Puis, pour accéder à la formation d'IADE, il a nécessairement pratiqué la profession d'infirmier à plein temps pendant au minimum 2 ans pour présenter les concours d'entrée dans les écoles d'IADE.

Les 2 années de formation sont très exigeantes, avec un contenu riche en connaissances théoriques et pratiques.

Le diplôme d'infirmier anesthésiste obtenu à l'issue de ces deux années permet d'exercer principalement au bloc opératoire, en SSPI (salle de surveillance post-interventionnelle ou salle de réveil), au SAMU ou en réanimation, toujours en étroite collaboration avec les médecins anesthésistes.

En quoi consiste votre métier ?

Les domaines de compétence de l'IADE sont les suivants :

- préparation d'un site d'anesthésie adapté à chaque situation ;
- accueil et information du patient ;
- réalisation de l'anesthésie générale en collaboration avec le médecin anesthésiste qui a déterminé, au préalable, un protocole d'anesthésie ;
- surveillance et entretien de l'anesthésie loco-régionale réalisée par le médecin anesthésiste ;
- participation aux gestes d'urgence et de réanimation sous le contrôle d'un médecin anesthésiste ;
- participation à la prise en charge de la douleur ;
- participation à l'encadrement des étudiants et à la recherche scientifique en matière d'anesthésie-réanimation.

Les principaux actes effectués par les IADE au



IADE, UNE SPÉCIALITÉ EN ATTENTE DE RECONNAISSANCE

Depuis plusieurs années, les IADE et le syndicat national des infirmiers anesthésistes réclament l'inscription de leur exercice en tant que "pratique avancée" (PA) en raison du haut niveau de formation (le Diplôme Universitaire est réputé le plus difficile) et de l'exercice de la pratique de l'anesthésie en autonomie. Malgré les recommandations de l'Inspection générale des affaires sociales (IGAS) qui s'est positionnée en leur faveur, les IADE sont toujours en attente de reconnaissance de leur statut, de leurs responsabilités et de leur formation.

quotidien sont la pose de cathéters veineux périphériques, l'injection et la réinjection des produits de l'anesthésie, l'intubation, le réglage des paramètres des respirateurs, la surveillance de la bonne installation du patient sur la table d'opération, la surveillance de l'anesthésie et l'observation du geste chirurgical pour anticiper et s'adapter à d'éventuelles complications, l'anticipation de la douleur post-opératoire, le maintien de la température corporelle, la transfusion, la surveillance des fonctions vitales (cardio-vasculaires, pulmonaires, rénales, cérébrales...).

Quelle différence y a-t-il entre le médecin anesthésiste et l'infirmière anesthésiste ?

Le médecin anesthésiste a une formation médicale. Il est décisionnaire et prescripteur des protocoles d'anesthésie et des choix stratégiques en situation d'urgence. L'IADE travaille sur prescription et en collaboration avec le médecin anesthésiste. Si l'IADE a une certaine autonomie, il n'est habilité à exercer sa profession qu'à condition qu'un médecin anesthésiste soit présent dans le service. La plupart du temps, l'IADE et le médecin anesthésiste travaillent en binôme.

Les infirmiers anesthésistes sont sortis dans la rue en 2021. Que réclame votre profession ?

Du fait de notre spécialité, nous avons une identité reconnue au sein des professions paramédicales. Nous ressentons néanmoins un manque de reconnaissance de nos institutions. Malgré une profession passionnante, riche et qui a du sens, il y a un peu de lassitude et de désillusion chez les infirmiers anesthésistes. Et ce, du fait parfois, de conditions de travail difficiles et d'un manque de reconnaissance.

REPÈRES

Formation : après un cursus pour devenir infirmier (3 années) et 2 années en exercice, admissibilité sur concours puis formation pendant 24 mois en alternance entre stages et formation théorique.

Nombre d'IADE : 11 211 infirmiers anesthésistes sont en exercice en France métropolitaine au 1^{er} janvier 2020.

Profil : 31 % des IADE sont des hommes.

Rémunération : entre 1650 € de rémunération brute mensuelle en début de carrière et 2670 € en fin de carrière dans le public.

L'ESS dans nos territoires: à la découverte de la Scop-Ti

Direction Gémenos, dans les Bouches-du-Rhône, à la rencontre des "1336", ces anciens salariés de Fralib, filiale d'Unilever, qui se sont regroupés en SCOP après 1 336 jours de lutte pour reprendre les moyens de production au géant agroalimentaire anglo-néerlandais. Depuis 2014, la coopérative défend un mode de production éthique et 100% local pour des thés et infusions de qualité. Une démarche à laquelle vos mutuelles s'associent. Voici comment.

« On créera un grand pôle d'économie sociale et solidaire si on gagne! » s'étaient promis les salariés en lutte contre la fermeture de leur usine, où étaient fabriqués les thés Éléphant et Lipton, en vue de sa délocalisation en Pologne. Le conflit dura de 2010 à 2014. Et ils ont gagné : d'abord en réussissant à créer la Société coopérative ouvrière provençale de thés et infusions, SCOP-TI, avec 58 coopérateurs ainsi devenus les décideurs de leur entreprise. Ils récupèrent l'outil industriel pour 1 euro symbolique. La Métropole préempte de son côté l'usine, les bâtiments et les équipements. La coopérative crée la marque 1336 en mai 2015.

Le challenge : être une entreprise de l'ESS dans le secteur marchand

L'aventure démarre, avec un challenge de taille : se positionner dans le secteur de l'agroalimentaire et de la distribution. « Nous avons dû nous confronter aux problématiques du commerce, trouver comment à la fois conserver nos valeurs et fonctionner dans ce système capitaliste. On reste des syndicalistes, mais on ne peut pas s'émanciper complètement des réseaux traditionnels. Le réseau militant représente 15 % du CA total. Modestement, on lutte de l'intérieur », resitue Olivier Leberquier, président du conseil d'administration. Et de rappeler que l'on a tous un bulletin de vote en main lorsque l'on fait ses achats : « Aujourd'hui la notion sociale compte, les circuits courts sont valorisés. On est des consommateurs. » SCOP-TI est la seule entreprise 100 % française dans ce secteur.

Mais le sentier est semé d'épines, dont une qui pèse : le loyer pour les 12 000 m² de bâtiments.

L'union fait la force

Dès 2015, en raison de l'épée de Damoclès que représente pour le projet ce loyer élevé, plusieurs mutuelles s'engagent à trouver une solution. Il faut



dire que l'histoire syndicale des Fralib est intimement liée à l'histoire mutualiste.

« Quand Unilever avait voulu dessaisir les syndicats de la gestion puis du choix de la mutuelle, nous avons refusé. Les liens avec Solimut étaient forts. On a mené des actions communes. » Une dizaine de mutuelles portent un projet de rachat des bâtiments qui devrait aboutir très prochainement : il s'agit d'Entrain, la Mutuelle Générale de Prévoyance (MGP), l'Union de réassurance et de substitution sociale (UR2S), la Mutuelle de France Unie (MFU), Mutuale, Aubéane, Santé Mut Roanne,

la mutuelle Ensemble, la mutuelle des travailleurs de la région Givordine et l'Union des Mutuelles de France Mont-Blanc.

La coopérative sera exemptée pendant un an de loyer et celui-ci sera ensuite plafonné. Une SCI est créée avec les mutuelles et Scop-Ti pour former un pôle de l'ESS. « L'un des bâtiments, autrefois dédié à l'administration de l'usine, va pouvoir accueillir d'autres entreprises locales de l'économie sociale et solidaire. » Une seconde victoire qui prolonge l'aventure et permet de soutenir d'autres projets socialement vertueux !

« ÉVEILLE LES CONSCIENCES. RÉVEILLE LES PAPILLES »

Le slogan de la marque 1336 résume à lui seul la démarche. La coopérative, soucieuse de sortir du modèle industriel d'Unilever qui avait introduit des arômes chimiques et des mélanges d'herbes déjà préparés, fait la démonstration que l'on peut proposer des alternatives sociales et solidaires : en travaillant avec des arômes naturels, des produits biologiques, locaux quand c'est possible (pour le tilleul, par exemple), des thés en provenance de coopératives en Inde, en Chine, au Vietnam qui paient correctement leurs salariés ; en respectant l'environnement, avec des process économes en eau, par exemple. La marque est distribuée via un réseau commercial militant (CE, syndicats, associations, magasins citoyens), mais elle est aussi accessible via la boutique en ligne.

www.1336.fr

Le secteur de la santé doit se mettre au vert !

Santé, vous avez dit santé ? Ce secteur qui, pourtant, est chargé de soigner la population, est aussi un des plus gros générateurs de déchets et d'émissions de gaz à effet de serre. Un secteur qui nuit à l'environnement et donc à la santé !

Alors que la lutte contre le changement climatique et la protection de la biodiversité sont dans toutes les consciences, le secteur de la santé reste un impensé. Pourtant, comme n'importe quel secteur, il consomme de l'énergie, achète des produits et génère des déchets et des émissions. La rédaction de Bonne Santé Mutualiste a rencontré Olivier Toma, fondateur de Primum Non Nocere, qui intervient auprès des établissements de santé pour les accompagner dans un changement de pratiques.

Une transition écologique inexistante

Responsable de plus de 4 % des émissions de gaz à effet de serre et de milliards de tonnes de déchets divers, le secteur de la santé n'a jamais entamé sa transition écologique. « En termes d'énergie ou de produits, le secteur de la santé dans sa globalité est ultra-consommateur. Il rejette dans l'air, dans l'eau, dans les poubelles des produits nocifs. Par exemple, un hôpital génère 60 déchets différents et consomme en moyenne 100 fois trop d'énergie que les préconisations des Accords de Paris sur le climat », explique Olivier Toma. Pourtant, les personnels de santé ont conscience qu'il faut agir, mais par où commencer ?

Le cas spécifique de l'usage unique

Verre, plastique, métaux, déchets organiques, papiers... On n'a pas idée du nombre d'ustensiles et autres matériaux à usage unique utilisés par le secteur de santé. Il faut dire que l'hygiène

et la peur des maladies nosocomiales sont passés par là. « La société doit, de manière générale, en finir avec l'usage unique. Là où il n'y a pas de risque, il faut opter pour des matériaux réutilisables : stériliser des biberons en verre à la maternité au lieu d'en jeter 9 millions par an en plastique, passer à l'autoclave les ciseaux de cordon ombilical en métal au lieu de les jeter à chaque usage... Des gestes simples et de bon sens mais une vraie politique qui à court terme coûte plus cher que de jeter. »

Un impact triple

Car ce sont à la fois les soignants, les patients et les écosystèmes qui pâtissent de ces mauvaises pratiques, sans qu'aucune étude soit menée. « Il n'y a par exemple pas d'observatoire sur la santé des soignants, qui accompagnent pourtant la santé humaine. Sans cela, il ne peut y avoir de politique de santé. La priorité, c'est de les protéger sur les risques chimiques, la qualité de l'air intérieur, les risques musculosquelettiques et les

En France, le secteur de la santé est responsable de l'émission de 46 millions de tonnes de CO₂, soit 8 % du total national. Un rapport de 2021 (The Shift Project) sonne l'urgence: il faut décarboner la santé pour soigner durablement.



LA RÉDACTION VOUS RECOMMANDE

Le livre vert pour une santé durable

Primum Non Nocere / en téléchargement



Avec ce livre, l'agence Primum Non Nocere propose une vingtaine d'actions stratégiques pour mettre le développement durable au cœur du système de santé, pour mieux soigner et, à terme, réduire les dépenses de santé.

risques psychosociaux. Il faut également sensibiliser et informer les patients sur ces problématiques et repenser les pratiques. »

Une politique illogique

Repenser les pratiques, c'est notamment adopter une politique globale d'achat et de gestion des déchets. « Aujourd'hui, jeter les déchets dans les poubelles et utiliser des ustensiles à usage unique coûte beaucoup moins cher que valoriser et réutiliser. Non seulement cela réduirait nos impacts mais en plus, cela générerait des emplois. » Car investir dans la santé durable, c'est améliorer la qualité de vie mais aussi faire des économies à long terme, ce que les politiques ne prennent pas en compte, alors que les enjeux sont déjà là.



En savoir +
www.politiquedesante.fr



Halte au grignotage!

Plus de 90 % des lycéens et étudiants l'avouent : ils grignotent !

Occasionnellement ou régulièrement, le grignotage, aussi appelé "snacking", est néfaste sur la santé. Quelles sont les causes et les conséquences de ce plaisir coupable et comment reprendre de bonnes habitudes alimentaires ?



Le grignotage, c'est la consommation d'aliments et de boissons en dehors des repas principaux. Le plus souvent, ce sont les produits sucrés ou gras qui ont la part belle. Prêts à consommer, fabriqués et marketés par les industriels de l'agroalimentaire, ces produits sont en fait des "calories vides": ils n'apportent rien à l'organisme, à part des calories.

Des causes diverses

Certains jeunes grignotent parce qu'ils ne mangent pas assez durant les repas ou sautent un des repas de la journée, la plupart du temps le petit déjeuner. Dans ce cas, la fringale arrive légitimement. Mais d'autres avouent grignoter par fatigue, par ennui, ou en réponse à des émotions négatives comme la tristesse, le stress, l'anxiété ou encore la colère. De manière générale, plus les jeunes sont collés aux écrans, plus ils ont tendance à grignoter, influencés par les publicités.

Des conséquences sur le corps et l'esprit

Si le grignotage vient parfois combler une carence émotionnelle, il s'accompagne sur le long terme d'une perte de l'estime de soi, tant par le fait d'avoir pris du poids que par le fait de n'avoir pas réussi à se contrôler. Il faut dire que le fait de grignoter est une sorte de piège: il active le circuit de la récompense avec la libération de dopamine, hormone à laquelle le cerveau devient rapidement "addict".

Le grignotage laisse également des traces sur les organismes: en digérant constamment, le tube digestif fatigue l'organisme et affaiblit les défenses immunitaires. Enfin, ces calories vides sucrées et grasses peuvent provoquer des maladies chroniques graves, telles que le diabète, les maladies cardiovasculaires, voire des cancers.

Quelques conseils

La frustration a tendance à aggraver le problème en devenant de véritables compulsions et troubles du comportement alimentaire. Au contraire, il faut manger de tout, en quantité suffisante, "en conscience" et en apprenant à équilibrer ses menus. Et si un petit creux se faire sentir vers 16 heures, il ne faut pas hésiter à se préparer un petit goûter avec par exemple des fruits secs, du pain, du chocolat, un laitage ou un fruit. Habitude installée, le grignotage nécessite d'identifier les émotions associées: s'interroger d'abord sur notre manière d'appréhender l'alimentation, mais également noter les émotions qui nous traversent lorsque nous grignotons, pour contrer cette mauvaise habitude et s'occuper autrement.

Reprise en main

Film réalisé par Gilles Perret
2022

Racheter une usine en se faisant passer pour des financiers, une utopie ? Pas pour le réalisateur Gilles Perret qui, dans son premier film non documentaire, retrace le parcours de Cédric et ses amis d'enfance.



Ensemble, ils décident de combattre des spéculateurs cyniques et des fonds d'investissement inhumains qui souhaitent racheter l'usine haut-savoyarde.

La (très) grande évasion

Film réalisé par Yannick Kergoat
2022

Il est impossible pour nous, simples citoyens, d'échapper à l'impôt. Il ne reste que les politiques d'austérité et les cols roulés. Mais, dans le monde des grandes fortunes et des multinationales, la fraude fiscale



permet de s'enrichir encore et encore, avec l'assentiment des politiques... La fraude est-elle impossible à endiguer ?

Fralibres, 1336 jours de lutte

Gérard Carzola, Charles Hoareau, Freddy Huck et Olivier Leberquier
Éd. Le Temps des Cerises/2016/22€

La lutte du pot de thé contre le pot de fer aura duré 1336 jours. Face à la menace de relocalisation de leur activité de fabrication de thés en Pologne, les Fralib



ont combattu, pour récupérer leur outil de travail et fonder une SCOP. Au jour le jour, ce livre témoigne de la lutte et de la naissance de ce projet solidaire et alternatif qui fait revivre les productions locales.

Prévoyance

Du 16/01/2023 au 24/02/2023

PROTÉGEZ-VOUS ET VOS PROCHES

DÈS 3€/MOIS

Garanties
Prévoyance

1 mois
offert*



Votre mutuelle est à vos côtés
pour faire face aux aléas de la vie.



Rendez-vous dans votre agence
de proximité pour en savoir +

ACCIDENT
HOSPITALISATION
DÉCÈS
OBSÈQUES

ENTIS - Couverture en 2023. *1 mois offert maximum de 10 jours consécutifs en ligne. Assurance - France
Document non contractuel. Prévoyance - Groupe Entis

JEU CONCOURS BONNE SANTÉ MUTUALISTE N°100

GAGNEZ UNE SMARTBOX BIEN-ÊTRE EN RÉPONDANT À CES 5 QUESTIONS :

Avez-vous bien lu votre magazine ?

Répondez à ce questionnaire pour le vérifier.

Un tirage au sort parmi les bonnes réponses vous fera
peut-être gagner une smartbox bien-être !

1) À quelle hormone le cerveau devient-il rapidement "addict" ?

- L'ocytocine La dopamine La mélatonine

2) En moyenne, un cadre vit combien d'années de plus
qu'un ouvrier ?

- 3 ans 4 ans 6 ans

3) Où devait être délocalisée la production de Fralib ?

- En Ukraine En Roumanie En Pologne

4) Combien de personnes ont-elles déjà été formées
en premiers secours en santé mentale ?

- Plus de 36 000 Plus de 24 000 Plus de 12 000

5) Qu'est-ce que l'ONDAM ?

- Objectif national des dépenses de l'Assurance maladie
 Organisme national des dispositions de l'Assurance maladie
 Organisme national des associations de malade

Pour participer, retournez le coupon avant le 28 février 2023 inclus
à l'adresse suivante :

Jeu concours Bonne Santé Mutualiste Groupe Entis Mutuelles,
39, rue du Jourdil Cran-Gevrier CS 59029 - 74991 Annecy Cedex 9

Mutuelle : _____

Numéro d'adhérent : _____

Nom : _____

Prénom : _____

Adresse : _____

CP : _____ Ville : _____

Téléphone : _____

Mail : _____