

le mag

Identités Mutuelle

SOCIÉTÉ

Construire
des ponts
entre les
générations

DÉCODAGE

La réforme
100% santé



Microbiote

L'allié santé



Yves BASTIE
Président

UNE IMPLICATION MUTUELLE, POUR ALLER PLUS LOIN...

Qu'en pensez-vous ?

L'époque est aux interrogations, aux débats, tout le monde veut dialoguer, contribuer... Profitons-en !

Une mutuelle, c'est avant tout des adhérents qui échangent, définissent des besoins communs et imaginent des solutions adaptées.

Le Mutualisme : une idée résolument moderne, pas seulement un passé glorieux, mais un avenir rassurant et bienveillant.

Rejoignez nos comités régionaux !

Pourquoi vouloir à tout prix rechercher l'originalité alors que des solutions éprouvées ne demandent qu'à être reprises : des comités où se retrouvent adhérents, administrateurs, délégués, salariés.

Davantage d'informations partagées, de confrontations d'idées et d'efficacité.

On parle beaucoup de l'implication des citoyens, les adhérents mutualistes le sont naturellement et vous le serez encore davantage en participant à ces comités.

La santé n'a pas de prix...

Faire que la santé soit accessible à tous, cela passe aussi par des tarifs raisonnables.

Nous nous sommes engagés depuis plusieurs années à pratiquer une politique de modération tarifaire qui vous permet de continuer à avoir accès à des produits et services dont vous avez besoin et cela quelles que soient les circonstances.

Nous l'avons toujours fait et continuerons à le faire...

Identités Mutuelle n° 40 – Magazine d'information des adhérents Identités Mutuelle (mutuelle soumise aux dispositions du livre II du Code de la mutualité – SIREN 379 655 541) – 24, boulevard de Courcelles, 75017 Paris. **Directeur de la publication** : Stéphane Gaudu – **Rédactrice en chef** : Brigitte Bucquet – **Photos** : Identités Mutuelle, iStock – **Conception et réalisation** : **because**. 01 41 05 89 41 - www.because.fr



04_TENDANCES

Construire des ponts entre les générations

06_DOSSIER

Microbiote intestinal : un véritable allié santé !

10_DÉCODAGE

100 % santé, 100 % remboursé

12_À VOS CÔTÉS

À votre écoute pour améliorer nos pratiques

13_ENGAGÉS

Faciliter l'accès au matériel médical

14_DÉCRYPTAGE

Faites votre bilan retraite avec Identités Mutuelle

15_ENJEU

Rejoignez les comités régionaux !

16_VOS CONTACTS IDENTITÉS MUTUELLE

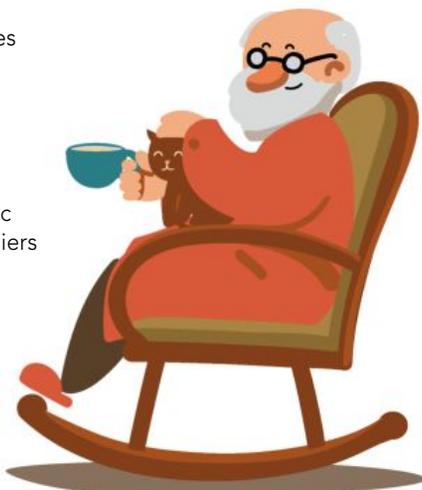


PRÉVENTION

SENIORS : ATTENTION À LA DÉSHYDRATATION HIVERNALE !

Surchauffage de l'habitat, habillage excessif ou encore consommation d'aliments hors saison, pourtant riches en eau (fruits, légumes)... l'hiver est une période à risque de déshydratation des personnes âgées. En effet, ce risque ne concerne pas uniquement les périodes estivales. Et pour cause ! Rappelons qu'avec l'âge la sensation de soif se fait de moins en moins sentir. Il est donc important d'en repérer les premiers signes : fatigue, manque de force, langue sèche, troubles du comportement, troubles de la conscience ou simple somnolence, perte de poids rapide de deux ou trois kilos, diminution du volume urinaire ou urines très

concentrées, apparition d'un pli sur la peau de la cuisse ou du bras après l'avoir pincée.



INNOVATION

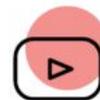
UN TEST POUR DÉTECTER LA FATIGUE AU VOLANT



Des marqueurs biologiques du manque de sommeil (le taux de cortisol et d'enzyme amylase) ont été identifiés dans la salive. Grâce à ces informations, les chercheurs ont pu développer un test salivaire (un bâtonnet à placer dans la bouche), capable de mesurer objectivement notre degré de fatigue. Testé l'été dernier lors des départs en vacances sur plusieurs aires de repos de l'autoroute A7, il a permis aux conducteurs d'apprécier leur niveau de somnolence et de reporter, si nécessaire, leur trajet pour éviter le pire.



EN LIGNE



RETROUVEZ IDENTITÉS MUTUELLE SUR LES RÉSEAUX SOCIAUX

Vous souhaitez être tenu informé de toute l'actualité de votre mutuelle ? Événements, nouveautés, services ? N'hésitez pas à nous suivre sur les réseaux sociaux : Facebook, Twitter et YouTube.



LOI

CLAP DE FIN POUR LE RÉGIME ÉTUDIANT

Dans le cadre de la loi orientation et réussite des étudiants (ORE), le gouvernement supprime la sécurité sociale étudiante obligatoire. Déjà en partie effective, sa disparition définitive est programmée le 31 août. Pour les nouveaux comme les anciens étudiants, il n'y a aucune démarche à réaliser. La cotisation de 217 € est remplacée par une nouvelle contribution de 90 €. Cette redevance financera les centres de santé universitaires, les associations étudiantes, l'offre sportive ou encore la programmation culturelle.

Adhérer à une complémentaire santé est aussi utile pour les étudiants. Identités Mutuelle propose Santé Jeunes, une offre spécifique à 20 € par mois.

Construire des ponts entre les générations

À croire que les uns n'ont pas été jeunes, les autres ne deviendront pas vieux. Une tendance revisitée aujourd'hui pour le bien-être de tous.

De nombreuses initiatives du secteur de l'économie sociale et solidaire (ESS) ont pour objectif de créer du lien social, favoriser la convivialité, faciliter la rencontre, éviter les exclusions, la marginalisation. Pour certaines associations, leur objet même est la solidarité intergénérationnelle. Les actions développées dans ce cadre prennent de multiples formes : accompagnement scolaire, transmission de savoirs et de mémoires, activités culturelles, cohabitation, collaboration, parrainage, échanges de services, garde occasionnelle d'enfant...

FAVORISER LES ÉCHANGES ENTRE JEUNES ET SENIORS

Aider les jeunes à démarrer dans la vie ou lutter contre la solitude des seniors ? Pourquoi choisir, quand des solutions se construisent pour répondre aux deux objectifs ! Apparues il y a quelques années, les colocations intergénérationnelles rencontrent un succès qui ne se dément pas. Face à la pénurie de logements étudiants et aux coûts parfois prohibitifs des loyers, l'idée est de proposer aux jeunes d'être hébergés chez des seniors qui disposent d'une chambre libre dans leur appartement.

En échange d'un faible loyer, les locataires rendent de petits services, comme des courses régulières ou une initiation à Internet. Il peut s'agir aussi tout simplement d'échanges conviviaux comme des repas pris ensemble pour rompre l'isolement... de la personne âgée comme de l'étudiant !

Signe de succès, la récente loi ELAN sur le logement encadre le dispositif par la création d'un bail adapté aux spécificités de ces locations : le contrat intergénérationnel solidaire. Parmi les conditions, le loueur doit avoir plus de 60 ans et le locataire moins de 30 ans.

PAS DE GUERRE DES GÉNÉRATIONS

Tous les experts sont d'accord sur un point : les échanges entre générations sont profitables à tous. « *La guerre des générations n'aura pas lieu*, estime même le sociologue Serge Guérin dans un livre. *L'intergénérationnel est extrêmement présent dans le milieu associatif, de manière discrète et non spectaculaire.* »

Des démarches de partage intergénérationnel se retrouvent de plus en plus dans les projets des agglomérations et des collectivités, et au cœur des entreprises.

Aujourd'hui, quatre générations cohabitent dans les grandes entreprises. L'optimisation de cette cohabitation et la mise en place d'une véritable coopération renforceront l'efficacité de tous.

Bénéficier de conseils avisés, d'un côté, rester au cœur de la société, de l'autre, les échanges intergénérationnels prennent des formes de plus en plus variées et s'adaptent à leur temps, avec la même volonté de bénéfices réciproques.



UNE VOLONTÉ PARTAGÉE

- Pour 97 % des Français de plus de 18 ans et pour 98 % des plus de 70 ans, « il est important de développer les liens entre les générations », note un sondage Ipsos – *Notre Temps* mené en 2015.
- Et 88 % des 18-24 ans se disent prêts à consacrer du temps à une personne âgée, d'après une enquête BVA de 2016.

À L'ÉCOLE DES GÉNÉRATIONS

Et si l'intergénérationnel s'apprenait dès l'école? C'est la conviction de Carole Gadet, chargée de projet à l'Éducation nationale, à l'origine de nombreuses initiatives en ce sens, comme des sorties scolaires à la maison de retraite. *«Nous préparons les enfants en classe. Une fois sur place, ils oublient le côté maladie, physique ou vieillesse. Et la présence de jeunes désinhibe certaines personnes âgées, qui se remettent à parler et participer.»*



DÉCOUVRIR ENSEMBLE DEMAIN,
LE PROJET DE CAROLE GADET
SUR LES LIENS INTERGÉNÉRATIONNELS



Le + Identités Mutuelle

IDENTITÉS MUTUELLE N'APPLIQUE AUCUNE LIMITE D'ÂGE à la souscription des garanties complémentaire santé et vous assure tout le long de votre vie. Le principe de mutualisation et de solidarité intergénérationnelle, au cœur de notre modèle mutualiste, permet de garantir une prise en charge et un accès aux soins pour tous.

Entreprise intergénérationnelle

Mettre en relation jeunes actifs et seniors qui partagent une même envie d'entreprendre? C'est l'objectif de la plateforme TIGcRE (Tandem intergénérationnel pour la création et la reprise d'entreprise). L'association cherche à former des duos complémentaires : d'un côté, des porteurs de projets, de l'autre, des porteurs de compétences. Chacun amène son expérience, qu'il s'agisse d'une culture numérique ou des acquis d'une carrière bien remplie.

«Nous proposons des événements pour les faire se rencontrer, à l'image du speed-dating, s'amuse Christine Damiguet,

fondatrice et présidente de TIGcRE. *Nous organisons ensuite les noces en les aidant à se structurer, puis nous assurons le conseil conjugal en les accompagnant dans leur aventure entrepreneuriale!»* Avec l'objectif de partager les regards et les expertises pour conduire un projet couronné de succès.



EN SAVOIR PLUS SUR TIGCRE





Microbiote intestinal : un véritable allié santé !

*Nos intestins abritent des milliards de microbes protecteurs.
Mais qui sont-ils ? Et à quoi servent-ils au juste ?
Voyage au cœur d'un monde étonnant qui livre depuis peu ses secrets.*

N'en déplaise aux adeptes d'une hygiène forcenée, notre corps héberge 100000 milliards de bactéries, virus, champignons et parasites amis. Cette population de micro-organismes vivants (le microbiote) vit dans le tube digestif, sur la peau, dans le nez et même à l'intérieur des poumons!

LE VENTRE, UN CENTRE D'ÉQUILIBRE

Le microbiote des intestins, autrement dit la flore intestinale, est le plus important et le plus varié. Sa composition a pu être décryptée en appliquant les techniques d'analyse des gènes humains (séquençage) au patrimoine génétique des microbes. Ces travaux ont abouti à un premier constat : le microbiote intestinal est spécifique à chaque individu (diversité, type de germes, quantité). Il se développe dès la naissance, se diversifie et se renforce peu à peu sous l'influence de l'alimentation notamment, avant de se stabiliser vers l'âge de trois ans. Quand tout va bien, les différents microbes qui le composent vivent en bonne intelligence et s'équilibrent mutuellement. C'est pourquoi ils ne provoquent pas d'infection chez l'être humain qui les héberge. Ils vivent également en parfaite harmonie avec leur hôte, à qui ils rendent de précieux services. Entre le microbiote intestinal et l'homme, les scientifiques parlent



 **POUR EN SAVOIR PLUS SUR LE MICROBIOTE INTESTINAL**



LE MICROBIOTE INTESTINAL EN CHIFFRES

- **100 000 milliards** de micro-organismes, soit 10 fois plus que le nombre de cellules de l'organisme.
- Plus de **200 espèces** différentes, en majorité des bactéries.
- Près de **2 kilos**, soit plus que le cerveau (1,3 à 1,5 kilo).
- **25 fois plus** de gènes que dans le génome humain.
- Un habitat de **250 à 500 m** (tube digestif).

même d'une véritable « symbiose » pour désigner leur cohabitation mutuellement bénéfique, voire vitale. Car le microbiote est indispensable à la bonne digestion des aliments, qui permet d'extraire et d'assimiler leur énergie et leurs micronutriments. Il se charge de découper en menus morceaux les fibres alimentaires, ce que le tube digestif est incapable de faire. Cette dégradation produit notamment des acides gras aux propriétés anti-inflammatoires.

La flore intestinale participe également à la synthèse de certaines vitamines. Elle régule notre réponse aux émotions (effet antistress). Elle joue un rôle clé dans l'éducation des défenses de l'organisme. Grâce à elle, le système immunitaire apprend peu à peu à différencier le bon grain (microbes et nutriments amis) de l'ivraie. Le microbiote intestinal empêche également de méchants microbes de s'installer en son sein. Il a tout d'un bouclier protecteur !





DÉCODAGE : PRÉBIOTIQUES VS PROBIOTIQUES

> Les **prébiotiques** sont des substances alimentaires non digérées par l'intestin et qui servent de « carburant » aux germes du microbiote, utiles à leur croissance et à leur bon fonctionnement. Certains composants du lait maternel et de laits infantiles en font partie, tout comme les inulines contenues dans le poireau, l'ail et l'artichaut.

> Les **probiotiques** sont des micro-organismes vivants (levures, bactéries) qui peuvent venir restaurer l'équilibre du microbiote intestinal. Il en existe des naturels dans différents aliments (yaourt, fromage, choucroute...) et d'autres sous forme de médicaments prescrits, par exemple, pour prévenir ou traiter les diarrhées liées à une antibiothérapie.



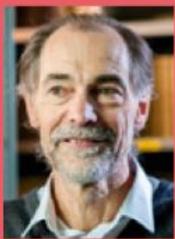
UN ÉCOSYSTÈME SENSIBLE

Revers de cette médaille, il est le premier à pâtir de différents facteurs potentiellement nocifs comme une alimentation déséquilibrée, l'ingestion de polluants ou encore de médicaments. Si, par exemple, la prise d'antibiotiques permet de combattre certaines infections dues à des bactéries, elle perturbe aussi l'équilibre du microbiote intestinal, pouvant provoquer des troubles digestifs. Il parvient néanmoins à se reconstituer, de façon plus ou moins rapide selon l'âge et l'état de santé... à condition que les traitements antibiotiques ne se répètent pas de façon trop rapprochée ! À défaut, un déséquilibre du microbiote intestinal (dysbiose) peut s'installer

durablement. De même, un apport alimentaire insuffisant en fibres (fruits et légumes, céréales, légumes secs...) appauvrit le microbiote, au risque de le déstabiliser. Il ne remplit alors plus de façon optimale ses fonctions. Les chercheurs constatent également un déséquilibre de cette indispensable flore dans un nombre croissant de maladies chroniques. La composition du microbiote est bien différente chez une personne en bonne santé et chez une personne atteinte d'un syndrome du côlon irritable (colopathie fonctionnelle) ou d'une maladie inflammatoire de l'intestin (rectocolite hémorragique, maladie de Crohn). Le microbiote intestinal s'avère également

particulier en cas d'obésité, de malnutrition, de diabète de type 2 et dans des maladies du système immunitaire (allergies, maladies auto-immunes). Plus récemment, différentes études l'ont même impliqué dans la maladie de Parkinson, l'autisme, la schizophrénie et la dépression.





Joël Doré,
chercheur à l'unité
Microbiologie de
l'alimentation au
service de la santé
et directeur
scientifique
de l'unité
MétaGénoPolis
(INRA)

L'altération du microbiote intestinal est-elle une cause de maladies ou leur conséquence ?

Sa modification serait plutôt le signe d'une altération de la symbiose microbiote-homme. Il faut voir le microbiote comme une entité qui fait partie de nous, avec laquelle nos cellules interagissent en permanence. Leur relation s'appuie sur différents éléments : composition du microbiote, perméabilité de la paroi intestinale, inflammation... La modification de l'un d'entre eux, quelle qu'en soit la raison, déséquilibre ou contribue à déséquilibrer le microbiote et un cercle vicieux s'installe. Tout l'enjeu aujourd'hui est de développer les moyens de rompre ce cercle et de rétablir l'équilibre.

Quelles sont les perspectives de traitement ?

Différentes pistes sont à l'étude : administrer de petites molécules normalement produites par le microbiote, administrer une ou plusieurs souches de bactéries... Une centaine d'essais cliniques de transplantation de microbiote fécal sont en cours dans des maladies comme le diabète, l'obésité et la maladie de Crohn. Une dernière approche, plus globale, consiste à cibler plusieurs paramètres en même temps de la symbiose microbiote-homme. Elle pourrait aboutir à des recommandations nutritionnelles ou à la mise au point d'aliments spécifiques.

Microbiote intestinal : un véritable allié santé !

LE MICROBIOTE
EXPLIQUÉ EN VIDÉO



DES ESPOIRS DE NOUVEAUX TRAITEMENTS

Des progrès restent à réaliser pour comprendre comment apparaissent ces déséquilibres et quel est leur rôle précis dans la survenue ou l'évolution de toutes ces maladies. N'empêche, les chercheurs imaginent déjà de nouvelles stratégies de prévention, par l'alimentation notamment. Ils développent également de nouveaux traitements. L'un d'entre eux a reçu l'aval des autorités de santé : il s'agit de la transplantation de microbiote fécal ou

microbiothérapie. Elle consiste à administrer une préparation issue des selles d'une personne en bonne santé à une personne malade. Son indication actuelle ? L'infection récidivante à *Clostridium difficile*, une bactérie présente dans l'intestin à l'état normal, mais qui peut proliférer au détriment des autres en cas de traitement antibiotique. La microbiothérapie est alors efficace dans 90 % des cas !

Sources : INRA, Inserm, CNRS.



SI VOUS ÊTES PARISIENS, LA CITÉ DES SCIENCES ET DE L'INDUSTRIE VOUS PROPOSE UNE EXPOSITION SUR LE MICROBIOTE. À DÉCOUVRIR JUSQU'AU 4 AOÛT 2019



100 % santé, 100 % remboursé

Promesse de campagne d'Emmanuel Macron, le «reste à charge zéro» dans les domaines de l'optique, du dentaire et des aides auditives, débute son déploiement cette année. Le Mag Identités Mutuelle vous détaille cette réforme «100 % santé».

POURQUOI UNE RÉFORME ?

1 Français sur 3 a renoncé à se soigner ces 12 derniers mois pour des raisons financières. Cette étude alarmante menée par CSA pour Cofidis en octobre 2018 révèle aussi qu'une personne sur cinq rencontre des difficultés pour régler ses frais de santé. Chaque année, le reste à charge (les dépenses non remboursées par les régimes obligatoires et complémentaires) est particulièrement important en optique (23 %), audiologie (56 %) et dentaire (22 %).

Pour offrir un accès aux soins universel, le plan «100 % santé» vise à offrir un remboursement

total de ces prestations avec un reste à charge nul pour le patient affilié à une assurance maladie complémentaire et bénéficiant d'un contrat responsable.

COMMENT ÇA MARCHE ?

Les paniers proposés sans reste à charge en optique, audiologie et dentaire seront composés d'équipements de qualité. **Les professionnels de santé seront obligés de proposer une offre sans reste à charge avec remise d'un devis.** Toutefois, les assurés garderont la possibilité de choisir un équipement à tarif libre et remboursé par leur complémentaire

santé, selon les conditions propres à leur contrat.

Des actions cumulatives permettent de **garantir l'accès à un panier de soins sans reste à charge :**

- des tarifs plafonnés (PLV : prix limite de vente);
- une hausse des bases de remboursement de la Sécurité sociale et des remboursements plafonds des complémentaires santé;
- un développement des actions de prévention.



**TOUT SAVOIR
SUR LE 100 % SANTÉ**

UN CALENDRIER EN 4 TEMPS

- Premiers plafonds tarifaires en audiologie et dentaire
- Augmentation du remboursement des aides auditives (Sécurité sociale + complémentaire) de 100 €

Depuis
le 1^{er} janvier
2019

- Les tarifs du panier dentaire seront **plafonnés pour les couronnes et les bridges**
- **Hausse de la base de remboursement de la Sécurité sociale**

À partir
d'avril 2019

- «100% santé» **garanti en optique et partiellement en dentaire**
- Aides auditives : **diminution du reste à charge de 250 € en moyenne**

À partir
de 2020

À partir
de 2021

- «100% santé» **garanti pour le reste du panier dentaire**
- «100% santé» **garanti pour les aides auditives**



OPTIQUE

Monture respectant les normes européennes, avec un prix inférieur ou égal à 30 €

Chaque opticien aura au minimum 17 modèles différents de montures adultes en deux coloris différents

VERRES CLASSE A

- Tarif maximal de 105 €
- Verres traitant l'ensemble des troubles visuels
- Amincissement des verres en fonction du trouble, durcissement des verres pour éviter les rayures, traitement antireflet obligatoires



AUDIOLOGIE

Tous les types d'appareils sont concernés :

- Contour d'oreille classique
- Contour à écouteur déporté
- Intra-auriculaire

CLASSE I

- Au moins 12 canaux de réglage pour assurer une adéquation de la correction au trouble auditif; système permettant l'amplification des sons extérieurs
- 4 ans de garantie
- Au moins 3 des options suivantes: système antiacouphène, connectivité sans fil, réducteur de bruit du vent, synchronisation binaurale, directivité microphonique adaptative, bande passante élargie, fonction apprentissage de sonie, système antiréverbération
- 30 jours minimum d'essai de l'aide auditive avant achat



DENTAIRE

- Couronne céramique monolithique et céramo-métallique sur les dents visibles (incisives, canines et 1^{es} prémolaires); couronne céramique monolithique zircon (incisives et canines); couronne métallique toute localisation

PROTHÈSES FIXES OU MOBILES

- Inlay core et couronne transitoire
- Bridge céramo-métallique (incisives et canines); bridge full zircon et métallique toute localisation
- Prothèse amovible à base résine



EXEMPLE DE PRISE EN CHARGE D'UN APPAREIL AUDITIF (CLASSE I) 100 % SANTÉ AVANT ET APRÈS LA RÉFORME



■ Remboursement Sécurité sociale (60 % BRSS²)

■ Remboursement mutuelle (garantie 200 % BRSS², y compris SS)

■ Reste à charge

1. Prix limite de vente.

2. Base de remboursement de la Sécurité sociale.

À VOTRE ÉCOUTE POUR AMÉLIORER NOS PRATIQUES

Nous remercions tous ceux qui ont pris le temps de répondre à notre questionnaire adressé dans notre dernier Le Mag.

VOTRE GARANTIE SANTÉ IDENTITÉS MUTUELLE

- > **58%** déclarent que leur garantie semble correspondre à leurs besoins.
- > **31%** déclarent avoir reporté des soins dentaires ou l'achat de lunettes faute de moyens financiers.



L'action sociale peut vous aider dans certains cas.

- > **78%** sont satisfaits ou très satisfaits des délais de remboursements d'Identités Mutuelle.

INFORMATIONS ET PRÉVENTION

- > Près de **60%** déclarent être bien informés en matière de santé et favorisent les magazines santé et les émissions de TV pour se renseigner.
- > **96%** trouvent les informations proposées dans *Le Mag* utiles !

- > **92%** reconnaissent que le bien-être psychologique est aussi important que le bien-être physique.

- > Et **93%** que maintenir un lien social favorise l'état de santé.



Nous vous rappelons qu'Identités Mutuelle encourage la participation à une activité physique, culturelle, artistique...

- > Seulement **20%** connaissent cette prestation (35 € par an – pour 1 à 2 bénéficiaires par contrat).
- > **33%** déclarent être adhérents à une association.

LES NOTES ATTRIBUÉES À VOS CONTACTS AVEC IDENTITÉS MUTUELLE

(échelle de notes de 0 à 10)



L'amabilité de l'interlocuteur
note de 8,3/10



La clarté des informations communiquées
note de 7,7/10

L'accessibilité, le temps d'attente et le délai de traitement (notés entre 7 et 7,3) **sont des domaines où nous devons nous améliorer** afin de vous garantir la meilleure qualité de service.

NOUVEAUX USAGES

- > **45%** sont prêts à utiliser la téléconsultation avec leur médecin habituel (réfèrent).
- > Et moins de **16%** avec un médecin qu'ils ne connaissent pas.



Afin de vous faciliter l'accès à nos services, vous trouverez en dernière page de notre magazine une présentation des modes de contact à votre disposition en fonction de vos demandes.

Vos besoins peuvent évoluer, nos garanties aussi, n'hésitez pas à prendre contact avec nos conseillers pour faire le point sur votre garantie santé.



OÙ TROUVER UNE AGENCE IDENTITÉS MUTUELLE ?

LE RÉSEAU ENVIE AUTONOMIE

FACILITER L'ACCÈS AU MATÉRIEL MÉDICAL

Envie Autonomie est une activité du réseau Envie ; un réseau responsable et solidaire présent dans toute la France qui propose une offre complémentaire, pour tous ceux qui ont des difficultés à s'équiper. **Il contribue à la réutilisation des aides techniques et crée des emplois pour des personnes en insertion professionnelle.**

Le réseau regroupe de nombreuses structures actives de l'économie sociale et solidaire. Il récupère le matériel médical qui n'est plus utilisé chez les particuliers ou dans les établissements. Celui-ci est rénové, testé et aseptisé afin d'être proposé à petits prix à la vente ou à la location, ce qui permet aux personnes ayant peu de ressources d'accéder à des équipements médicaux onéreux.

Envie Autonomie propose un large choix de matériel médical : fauteuil roulant manuel ou électrique, lève-personne, fauteuil releveur, chaise de douche ou tout autre matériel médical de confort et de soin.

Pour contacter le réseau Envie
FÉDÉRATION ENVIE
10, rue Julien-Lacroix
75020 PARIS
Tél. : 01 48 13 90 00
www.envie.org

ATELIERS ENVIRONNEMENT

DES PRODUITS NATURELS FAITS MAISON

Vous rêvez d'une maison saine au naturel ? Vous voulez vous lancer dans le défi zéro déchet ? Depuis la rentrée 2018, Identités Mutuelle vous propose d'assister à ses Ateliers Environnement en agence. Par groupes de 10 à 15 personnes, **vous élargirez vos connaissances sur la toxicité des produits industriels et découvrirez comment réaliser vos produits cosmétiques et d'entretien naturels écologiques.**

Simple à réaliser, ces recettes sont sans danger pour vous et votre intérieur grâce à des produits qualitatifs et naturels plus respectueux de l'environnement.

Aujourd'hui, chaque produit du commerce a son équivalent naturel. Vous pourrez les fabriquer vous-même en personnalisant les parfums avec des huiles essentielles ou des arômes naturels.



Pour connaître les dates des ateliers proposés près de chez vous, contactez votre conseiller en agence.

RETROUVEZ LES VIDÉOS DES RÉALISATIONS AINSI QUE LES RECETTES COMPLÈTES SUR LA CHAÎNE YOUTUBE D'IDENTITÉS MUTUELLE.

Identités Mutuelle soutient ses adhérents

COMMISSION D'ACTION SOCIALE

BILAN 2018

85% des dossiers présentés à la commission d'action sociale ont reçu un avis favorable et bénéficié d'une aide financière.

Les demandes d'aide financière ont concerné majoritairement l'aménagement de l'habitat, les frais dentaire, le matériel médical et les prothèses auditives.

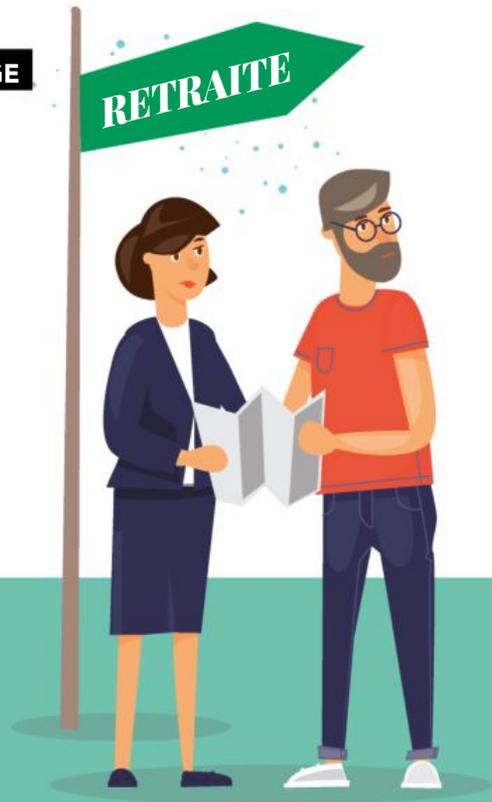
Vous êtes confronté à une situation difficile, un reste à charge important, une dépense exceptionnelle liée à la santé ? Renseignez-vous en agence ou en adressant un mail à **commissionsociale@identites-mutuelle.com**





FAITES VOTRE BILAN RETRAITE AVEC IDENTITÉS MUTUELLE

Ce service gratuit, proposé aux adhérents de 55 ans et plus, affiliés au régime général, permet d'anticiper son départ à la retraite grâce à des informations et des conseils personnalisés.



Qu'est-ce que le bilan retraite ?

À quel âge partir à la retraite ? Aurai-je une décote ou une surcote ? Puis-je bénéficier d'une retraite progressive ? À l'approche de la fin de sa carrière, toutes ces questions majeures nécessitent des réponses personnalisées. Pour cela, le Bilan Retraite proposé par Identités Mutuelle vous dresse un rapport sur mesure, à partir des relevés de carrière reçus après 50 ans, avec des conseils et des simulations selon votre situation. Les différentes options de départ et le montant de vos pensions prévisionnelles vous sont présentés de façon synthétique pour vous aider à prendre les bonnes décisions.

Quel est le suivi proposé ?

Dans les deux ans qui suivent votre demande de Bilan Retraite, notre expert reste à votre disposition pour vous conseiller et vous accompagner dans vos choix, en actualisant si nécessaire votre situation et en vous aidant à constituer votre dossier pour faciliter votre départ.

Comment en bénéficier ?

Il suffit de vous connecter sur le site Internet d'Identités Mutuelle, rubrique « Bilan Retraite » et de compléter un premier formulaire avec vos coordonnées, votre numéro d'adhérent, des informations sur votre situation ainsi qu'un relevé CNAV et Agirc-Arrco. Un formulaire peut aussi vous être remis en agence ou adressé par courrier sur demande. Vous serez ensuite recontacté par notre spécialiste, qui pourra vous demander des éléments supplémentaires. Une fois votre dossier complet, vous recevrez votre Bilan Retraite en quelques jours.

Qui peut le demander ?

Il s'agit d'un service gratuit proposé aux adhérents d'Identités Mutuelle, de 55 ans et plus, des gammes IM, ID, Collectivités territoriales, Intégrale, MNEC et TNS Santé. Les adhérents qui relèvent d'un régime spécial, comme le régime minier, ne sont pas éligibles, car les spécificités de ces régimes ne permettent pas d'effectuer les calculs nécessaires.



RÉALISEZ VOTRE BILAN RETRAITE

Rejoignez les comités régionaux!

Comités régionaux en 3 mots :
CONVIVALITÉ
RESPECT
BIENVEILLANCE

Notre premier questionnaire visant à améliorer nos pratiques a révélé les premiers axes de progression que nous devons mettre en œuvre et concerne vos contacts avec Identités Mutuelle.

Nous souhaitons « aller plus loin » avec de véritables échanges avec vous. Ainsi, comme nous vous l'indiquions dans le numéro précédent, nous voulons mettre en place des comités régionaux. Ils rassembleront adhérents, délégués élus et salariés Identités Mutuelle, et permettront à chacun de s'exprimer et d'élaborer ensemble des réponses à vos besoins et vos attentes.

Qui peut s'inscrire?

Tous les adhérents Identités Mutuelle sont les bienvenus, ces comités sont ouverts à tous.

Que va-t-on faire dans ces comités?

Nous chercherons à élaborer ensemble de nouvelles pratiques, de nouveaux documents d'information, de nouvelles actions de prévention santé...
À titre d'exemple : quel document pourrait être proposé afin de mieux faire comprendre les tableaux de garanties de nos offres santé? En recueillant vos remarques, avis, idées, nous pourrions élaborer un nouveau document plus lisible pour vous.

Comment cela va-t-il se passer?

Nous organiserons une première réunion afin de se présenter, se connaître, définir des priorités, les modes d'échange du comité. À partir de cette première rencontre, un calendrier des échanges pourra être élaboré.

Est-ce que cette rencontre sera proche de chez moi?

Nous choisirons un lieu en proximité de la majorité des participants, un remboursement de frais de déplacement (dans les conditions légales) sera proposé sur justificatif.

À quoi est-ce que je m'engage en m'inscrivant au comité régional adhérent?

Vous vous engagez à participer, dans la mesure de vos disponibilités, et à la confidentialité des échanges lors des réunions.

INSCRIPTION ET INFORMATION

- Dans votre agence auprès de votre conseiller.
- Par téléphone au 01 43 18 34 13.
- Par mail adressé à : innovation@identites-mutuelle.com en indiquant en objet "Comité régional" et en spécifiant vos coordonnées dans le corps du mail (nom, prénom, adresse, téléphone) ou en précisant votre demande d'information complémentaire.

VOS CONTACTS

IDENTITÉS MUTUELLE



PAR COURRIER

Identités Mutuelle – service gestion –
24, boulevard de Courcelles, 75017 PARIS

PAR TÉLÉPHONE

Du lundi au vendredi de 9 h à 17 h 30
Accès indifférencié de votre lieu de résidence :

Paris : 01 43 18 34 00	Douai : 03 27 95 45 50
Béthune : 03 21 53 42 46	Gardanne : 04 42 65 87 48
Lens : 03 21 14 01 50	Forbach : 03 87 88 35 21
Hénin-Beaumont : 03 21 76 68 80	Freyming-Merlebach : 03 87 04 08 14

PAR E-MAIL

- Pour une demande de devis (calcul de vos droits à prestations) : devis@identites-mutuelle.com
- Pour une demande relative à la gestion de votre contrat : relationadherents@identites-mutuelle.com

AGENCES

Retrouvez vos conseillers
du lundi au vendredi
de 9 h à 12 h et de 14 h à 17 h

ARRAS (62000)

14, place de la Vacquerie

BÉTHUNE (62400)

Place Georges-Clemenceau

DOUAI (59500)

378, rue de Paris

HÉNIN-BEAUMONT (62110)

237, rue Élie-Gruyelle

LENS (62300)

73, boulevard Basly

FREYMING-MERLEBACH (57800)

44, rue Nicolas-Colson

FORBACH (57600)

117, rue Nationale (zone piétonne)

ALÈS (30100)

1, rue Saint-Vincent

GARDANNE (13120)

24, boulevard Carnot

BRIGNOLES (83170)

9, avenue du Maréchal-Foch

Immeuble Le Candelon

le 1^{er} mercredi du mois, 9 h à 12 h.

VOTRE ESPACE ADHÉRENT SUR INTERNET www.identites-mutuelle.com

Accessible directement
depuis la page d'accueil
du site [identites-mutuelle](http://www.identites-mutuelle.com)
[en haut à droite]

Munissez-vous de votre
identifiant et de votre mot
de passe reçu lors de votre
adhésion (si vous l'avez perdu,
cliquez sur « mot de passe
oublié » – si vous avez perdu
votre identifiant contactez-nous).

À partir de votre espace,
vous pouvez :

- **consulter votre dossier** :
tableau de garanties,
échancier ;
- **modifier vos coordonnées** :
adresse, e-mail, téléphone
portable, téléphone fixe ;
- **télécharger un mandat
de prélèvement SEPA**
si vous souhaitez changer
vos coordonnées bancaires ;

- **visualiser vos décomptes**
de prestations et les
télécharger au format PDF ;
- **vous abonner** à l'envoi
électronique de vos
décomptes ;
- **demander** un duplicata
de carte de tiers payant,
une attestation de cotisations,
un certificat d'affiliation
ou nous écrire en utilisant
un formulaire libre.