

# bonne SANTÉ mutualiste

« Nous sommes là  
pour soigner des gens,  
pas l'économie. »  
Patrick Pelloux

LA REVUE SOLIDAIRE DE VOTRE MUTUELLE #87 OCTOBRE / NOVEMBRE 2019



DOSSIER

La logique marchande  
aura-t-elle  
**la peau**  
de l'hôpital public ?

**P.3**

**Santé Publique**

La guerre du sang  
aura bien lieu...

**P.20**

**Prévention santé**

IVG, un droit  
toujours menacé

**P.22**

**Santé-environnement**

L'agroécologie,  
pour nourrir les humains

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

# bonne SANTÉ mutualiste



**Francis Balay**  
Président d'Alternative Mutualiste

Pour le bien commun, le monde qui avance donne de l'espoir et montre les combats de ceux qui résistent : les actions des mutuelles, les bienfaits du monde associatif, le sport pour tous, la proximité mutualiste dans les villes et villages... Partout où nos mutuelles sont installées, elles participent, luttent et agissent.

L'ensemble de nos mutuelles appelle ses adhérents à soutenir pleinement la déclaration d'urgence d'Alternative Mutualiste en signant la pétition disponible sur notre site internet et sur les événements auxquels nous participons.

**Société solidaire ou mortifère, il faut choisir !**

[www.alternative-mutualiste.fr](http://www.alternative-mutualiste.fr)



## Être alerté pour agir

Ce 87<sup>e</sup> numéro de Bonne Santé Mutualiste vous présente dans ses articles les deux faces d'une même société, le monde qui recule, et celui qui avance.

Livré aux profits et aux politiques néolibérales, le monde qui recule est menaçant à plus d'un titre : l'hôpital public, l'IVG, la gratuité du don du sang, l'environnement, la marchandisation de la santé...

Autant de sujets graves pour lesquels les adhérents, que vous êtes, doivent être alertés.

### Sommaire # 87

#### Social / Santé Publique

3. La guerre du sang aura bien lieu...
4. Souscrire une assurance en ligne, c'est possible ! 100% Santé
5. Alternative Mutualiste à la fête de l'Huma  
Les prochaines 24 heures d'Alternative Mutualiste  
Être(s) en mutuelles :  
Philippe Joseph

#### Le Doc

6. La logique marchande aura-t-elle la peau de l'hôpital public ?

#### Le cahier de vos mutuelles

#### L'asso qui crée du lien

17. La WECF et l'AFADB

#### Prévoyance

18. Le "dernier voyage", combien ça coûte ?

#### Prévention santé

19. Les multiples enjeux du sport féminin
20. IVG, un droit toujours menacé

#### Nutrition

21. Sans gluten : des dérives difficiles à digérer ?

#### Santé-Environnement

22. L'agroécologie, pour nourrir les humains

#### Ta santé t'appartient !

23. Tatouages, un choix... à vie !  
Le kiosque

#### Jeu concours

24. Avez-vous bien lu votre journal ?



[www.mutuelledefranceunie.fr](http://www.mutuelledefranceunie.fr)



[www.mutuellesamir.fr](http://www.mutuellesamir.fr)



[www.umfmb.fr](http://www.umfmb.fr)



[www.mutuelleloireforez.fr](http://www.mutuelleloireforez.fr)



[www.mutuale.fr](http://www.mutuale.fr)



[www.mutuelle-ensemble.fr](http://www.mutuelle-ensemble.fr)



# La guerre du sang aura bien lieu...

Le modèle éthique du don du sang fondé sur les principes de la gratuité et du non profit, auxquels nos mutuelles sont attachées, est en danger. La rémunération du prélèvement est devenue monnaie courante, dans le monde et même chez nos voisins européens. Et la France, sixième acteur mondial des médicaments dérivés du sang, n'est elle-même plus très claire dans ses choix...

**A**ux États-Unis, où la pratique est légale, les plus pauvres vendent leur sang à des multinationales, riches grâce à ce juteux business estimé à 17 milliards de dollars. Quatre multinationales se partagent ce florissant commerce: l'australienne CSL, l'américaine Baxter, l'espagnole Grifols et la suisse Octapharma. Elles collectent partout où le sang est une marchandise comme une autre: aux États-Unis à hauteur de 70%, mais aussi en Chine, en Russie, en Suisse, en Autriche... Puis elles revendent aux laboratoires le sang qui sert à un large éventail de traitements et l'un de ses composants, le plasma, qui intervient dans la fabrication de très nombreux médicaments.

## Le plasma, un marché juteux

Considéré comme un produit stratégique, le plasma est au cœur d'une bataille dans laquelle l'industrie pharmaceutique européenne entend gagner en marges de manœuvre, et en marges tout court: c'est le plasma qui génère les profits les plus élevés du marché pharmaceutique, ce qui n'est pas peu dire. Mais en Europe, le don, la collecte et le contrôle du plasma sont réglementés par la législation sur le sang. En France, le prélèvement du sang est géré par l'EFS (Établissement français du sang) et le fractionnement des composants du sang ainsi que la production de médicaments par le LFB. Deux établissements jusqu'ici publics.

## Cheval de Troies

Or, suite à un rapport de février 2019, le LFB va ouvrir 49% de son capital à des investisseurs privés, qui seront sans doute moins empressés de remplir la mission de service public que de privilégier la fabrication des médicaments "rentables".

La logique de rentabilité est déjà au rendez-vous puisque la suppression de 120 postes en recherche et développement est en cours de négociation. Une nouvelle usine, qui sera opérationnelle en 2023, permettra de produire davantage et de réaliser des économies d'échelle.

Ce glissement se manifeste également par la



volonté de se développer à l'international, là où les médicaments dérivés du sang se vendent plus cher.

## Petites entorses au principe de non-rémunération

Pour ce marché international, le LFB ne se fournit pas auprès de l'EFS (dont les prélèvements gratuits et anonymes sont réservés au marché français) mais *via* des centres de collecte situés dans les pays européens qui autorisent le prélèvement rémunéré (Autriche, République tchèque...) ou aux États-Unis.

Notre laboratoire public use ainsi à l'étranger de pratiques interdites en France... Et pour alimenter davantage les marchés étrangers, pour faire du chiffre, comme la Cour des comptes l'y invite, le laboratoire participera plus encore au business européen du sang dans les années à venir.

Dès lors, on peut s'interroger sur la volonté de la France de maintenir ce principe de non-marchandisation du vivant... Voilà qui devrait aider le lobby de l'industrie pharmaceutique dans ses manœuvres pour assouplir la réglementation européenne.



## L'OMS EXHORTE LES PAYS AU DON VOLONTAIRE, MAIS...

En 2005, à l'occasion de la 58<sup>e</sup> assemblée mondiale de la santé, les ministres de la Santé du monde entier s'engageaient devant l'OMS à appuyer les dons de sang volontaires. En 2009, la Déclaration de Melbourne a fixé l'objectif que tous les pays se procurent la totalité de leur sang auprès de donneurs volontaires et bénévoles d'ici 2020. Mais ce vœu de l'OMS de voir 100% des dons de sang volontaires, partout dans le monde, à cette date ne sera sans doute pas atteint. En 2019, 74 pays ont obtenu 90% de leurs approvisionnements en sang auprès de donneurs volontaires non rémunérés. 71 pays recueillent encore plus de 50% de leurs approvisionnements en sang en compensant ou en rémunérant le prélèvement. Source : <https://dondesang.efs.sante.fr>

# Souscrire une assurance en ligne, c'est possible !

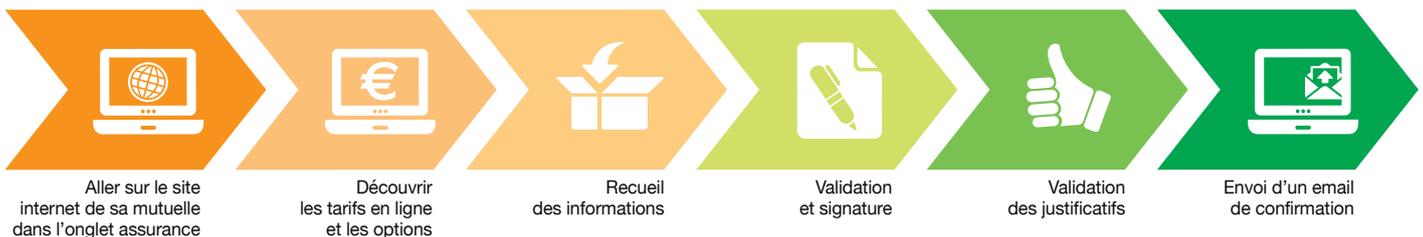
La Mutuelle Générale de Prévoyance a développé un nouveau module permettant aux adhérents de souscrire à des garanties prévoyance en ligne. Plus pratique, plus rapide, plus simple, la souscription en ligne s'étend désormais aux contrats d'assurance, grâce à la Mutuelle d'Assurance Solidaire.

À n'importe quel moment de la journée, où que vous soyez, vous pouvez désormais souscrire à une assurance dite IARD (pour incendie, accidents et risques divers), qui couvre les dommages et la protection de vos biens. D'abord sur les sites de la Mutuelle d'Assurance Solidaire et de la Mutuelle de France Unie, puis dans un second temps sur les sites de l'ensem-

ble des mutuelles partenaires, vous pourrez découvrir ces garanties dans l'onglet Assurance. « L'assurance scolaire et extra-scolaire sera la première garantie à être proposée, avec un tarif pour la première année de neuf euros par enfant. Cela traduit notre volonté de faciliter l'accès à une protection optimale à un tarif qui est l'un des plus attractifs du marché », explique

Frédéric Salva, directeur délégué de la Mutuelle d'Assurance Solidaire. Au mois d'octobre, la protection juridique et l'assurance habitation rejoindront l'assurance scolaire. Pour obtenir un devis, pour souscrire à une garantie parfaitement adaptée à vos besoins, rien de plus simple. En quelques clics et quelques minutes, nos garanties et nos tarifs vous sont proposés. Et si vous avez besoin d'aide, à tout moment et à chaque étape du formulaire, nous sommes là pour répondre à vos questions. Par mail ou par téléphone, un conseiller de la Mutuelle d'Assurance Solidaire peut vous apporter l'aide nécessaire.

## LES 6 ÉTAPES DE LA SOUSCRIPTION EN LIGNE



## TOUTES LES QUESTIONS QUE VOUS VOUS POSEZ

# Qu'est-ce que le 100% Santé ?

C'est une réforme qui permet d'accéder à une sélection d'équipements optiques, des prothèses dentaires et auditives sans reste à charge. Pour rappel, le "reste à charge", c'est le montant qu'il reste à payer après les remboursements de la caisse d'Assurance maladie et la complémentaire.

### Qui pourra en bénéficier ?

Le 100% Santé ne bénéficie qu'aux personnes disposant d'une mutuelle, avec un contrat solidaire et responsable. Celles qui n'ont pas de complémentaire, soit près de 5% des Français, ne pourront pas en bénéficier.

### Les soins du "100% Santé" sont-ils 100% gratuits ?

Les dépenses qui entrent dans ces paniers sont entièrement prises en charge par l'Assurance maladie et par votre complémentaire santé. Ils ne sont pas "gratuits" dans le sens où chaque citoyen contribue au financement de la protection sociale et où chaque adhérent paie une cotisation pour sa complémentaire.

### Les cotisations vont-elles augmenter ?

Pour les mutuelles, le 100% Santé va représenter un surcoût encore difficile à évaluer, mais conséquent (ce sont pour l'essentiel les complémentaires qui financent cette réforme), qui risque de se répercuter sur les cotisations, car la Directive Européenne Solvabilité 2 impose aux mutuelles le maintien de leurs comptes à l'équilibre.

### Les mutuelles sont-elles dans l'obligation de rembourser le 100% Santé ?

S'il s'agit d'un contrat responsable, l'organisme complémentaire est dans l'obligation de fournir une couverture globale intégrale des équipements faisant partie du panier 100% Santé. Il doit par conséquent modifier les tableaux de garantie et augmenter les remboursements pour parvenir à 100% de prise en charge.

### La 100% Santé est-elle systématique et obligatoire ?

Il n'est appliqué que pour certains équipements qui répondent à un cahier des charges défini. Vous restez libres d'opter pour l'équipement de l'offre 100% Santé ou pour un équipement de votre choix, à tarif libre. Dans ce cas, votre mutuelle vous remboursera en fonction de votre contrat mutualiste.

### Où bénéficier du 100% Santé ?

Tous les professionnels de santé concernés devront vous proposer, par devis, une solution adaptée avec un équipement du panier de soins 100% Santé.

### Quand le 100% Santé sera-t-il mis en place ?

Cette réforme se met en place progressivement, en commençant à partir du 1<sup>er</sup> janvier 2020 pour l'optique et une partie des prothèses dentaires, puis en 2021 pour les prothèses auditives.



## LE 100% SANTÉ N'INSPIRE PAS QUE DES DÉMARCHES 100% ÉTHIQUES...

« Votre mutuelle est-elle en conformité avec la loi ? », « A-t-elle déjà mis en place le 100% santé ? ». C'est avec ce type de questions que certains opérateurs du secteur assurantiel, en charge de prospecter, font du démarchage téléphonique. Comprenez : « mais comment, votre mutuelle ne le fait pas ? Venez donc plutôt chez nous ». Or, bien sûr, votre mutuelle va appliquer la réforme et sera prête pour les dates de mises en application ! Ne vous laissez pas troubler par ces appels malintentionnés...

## À la fête de l'Humanité

Alternative Mutualiste était cette année encore au rendez-vous à la Fête de l'Humanité. Dans l'espace de l'Économie sociale et solidaire, le stand de la mutuelle a accueilli une exposition de prévention sur la malbouffe et un débat sur le thème « ils veulent privatiser la Sécurité sociale ».



Plus que jamais, il est nécessaire de résister face à la destruction et à la privatisation de notre Sécurité sociale solidaire. Le mouvement mutualiste, depuis toujours acteur essentiel de la protection sociale, se mobilise pour défendre cet acquis social et lutte pour un droit à la santé pour tous.

Des pistes et des solutions contre cette marchandisation de la santé ont été exposées lors du débat organisé par Alternative Mutualiste et animé par Francis Balay, président d'Alternative Mutualiste.

Loïc Pen, chef de clinique à l'hôpital de Creil, Frédéric Rauch, économiste, Sylvie Dubois, présidente du groupe Entis et Bernard Teper, du Réseau Éducation Populaire, ont donc rappelé que la Sécurité sociale est un bien commun essentiel, au service de la santé et du bien-être des populations, alors qu'elle est sans cesse attaquée par les politiques ultra-libérales profitant aux plus riches.

Le stand prévention, quant à lui, présentait une exposition sur les dangers de la malbouffe, problème de santé publique majeur. Avec la présence de plusieurs diététiciennes, le public a pu faire le point de manière ludique sur les bonnes pratiques en termes d'alimentation.

## 24 h à ne pas manquer !

**Cette année, les 24 H d'Alternative Mutualiste auront lieu au Creusot, les 20 et 21 novembre. Rendez-vous incontournable du mouvement mutualiste de résistance, les 24 H porteront sur deux thèmes principaux : la défense d'une Sécurité sociale publique et solidaire, et la défense de l'hôpital public.**

À la salle L'Alto du Creusot, Christophe Prudhomme, urgentiste, sera accompagné d'une délégation d'infirmières de l'hôpital du Creusot. Animé par Francis Balay, président d'Alternative Mutualiste, le débat portera sur la question : « la France a-t-elle les moyens de son hôpital public et de sa Sécu ? » Avec plus de 200 hôpitaux français en grève, la question est forcément d'actualité.

Puis ce sera, pour les représentants des mutuelles partenaires d'Alternative Mutualiste, l'occasion d'écouter Monique Pinçon-Charlot et son mari, Michel, sociologues et auteurs de nombreux ouvrages sur la grande bourgeoisie et les élites sociales à qui profite cette privatisation de la santé et de la Sécurité sociale. De nombreux stands seront présents, notamment la librairie Livres en Lutte, le journal L'Âge de faire, la mutuelle Souffrance et Travail.

## Être(s) en mutuelle

DÉCIDER ET S'ENGAGER ENSEMBLE

**Philippe Joseph, infirmier passé par les CHU et l'humanitaire, a repris des études pour devenir ostéopathe. Depuis trois ans, il s'investit dans un ambitieux – et vertueux – projet de résidence service senior, lancé dans la Drôme par la mutuelle SAMIR. Il nous raconte comment il a découvert, dans le mutualisme, un lieu pour satisfaire son envie d'œuvrer pour le collectif.**



**Qu'est-ce qui vous a donné envie de vous engager ?**

À la SAMIR, j'ai rencontré des gens qui travaillent ensemble pour un but commun et cette idée – même si elle peut paraître un peu obsolète – m'a séduit. Avec ce projet de résidence service senior, nous œuvrons pour quelque chose qui bénéficiera au collectif, à

la ville, et nous comptons montrer qu'une mutuelle, avec moins d'argent, peut faire mieux que les mastodontes du secteur. C'est assez satisfaisant de se dire que l'on peut peser face aux acteurs privés, de se dire que l'on ne se fait pas humilier par leur puissance financière. Alors, comme le pot de terre contre le pot de fer, ça nous prend plus de temps, mais nous mettons plus d'humain, nous faisons travailler l'intelligence collective ! Je crois à la force de ce travail d'équipe, qui doit être reconnu et rétribué.

**Pour vous, le mutualisme, c'est du concret ?**

Je me considère comme un réaliste. Je pense qu'il faut travailler avec la réalité du terrain, des gens, plutôt qu'avec l'idée de la réalité que l'on souhaite (une idée toute seule, ça donne des utopies ou des totalitarismes !). Ici, nous travaillons sur du concret et sur du local. La puissance des mutuelles, c'est cette proximité : les gens se connaissent. Je peux parler au président de la mutuelle, ou à quelqu'un pour qui je ne suis pas un numéro de dossier. La mutuelle, c'est un peu le lieu de résistance face à la déshumanisation des relations que vivent certains de mes patients, quand ils sont chez des assureurs.

Avec notre image de petits face aux gros, de villages gaulois, les mutuelles ont un capital confiance énorme. Elles sont un des derniers bastions de défense des droits. Quand des projets comme le nôtre se montent, les adhérents s'impliquent, donnent des idées. Il y a une forte demande et beaucoup d'espoir dans nos capacités à changer les choses.

Je crois vraiment que l'on peut agir, proposer des solutions innovantes, des services d'excellence. Ce qui m'inquiète, c'est la transmission générationnelle : comment assurer la relève, la suite de cet élan mutualiste ?

# La logique marchande aura-t-elle la peau de l'hôpital public ?



La multiplication des grèves, notamment dans les services des urgences, a permis de braquer les projecteurs sur la réalité du terrain, les sous-effectifs, la désorganisation, la dégradation de la qualité des soins. Les soignants y voient la conséquence de la logique de rentabilité qui est appliquée à l'hôpital public et qui en fait un "hôpital-entreprise". L'hôpital public est-il en voie de privatisation ? Les cliniques privées sont-elles en train de s'emparer de la médecine "rentable" ? Finirons-nous, comme aux États-Unis, avec une médecine de confort, dans des établissements chics, pour ceux qui en ont les moyens et un minimum légal pour les pauvres dans ce qui restera de nos hôpitaux ?

**U**rgences débordées, délais d'attente inadmissibles, fermetures de maternités, de services ou de plateaux techniques, fusions et constitutions de groupes hospitaliers qui augmentent les distances à parcourir pour se soigner, personnels au bord du burn-out... L'état des lieux n'est pas brillant. Ce constat est appuyé par les organismes de notation.

La France est passée de la place de premier système de santé au monde, décernée en 2000 par l'Organisation mondiale de la santé, à la 12<sup>e</sup>, voire la 15<sup>e</sup> place selon les critères

retenus. Notre système a régressé en matière de qualité de soins, d'égalité d'accès aux soins, mais aussi en termes d'efficacité. Au regard des données économiques (pourcentage des dépenses de santé rapporté au PIB), la santé des Français, leur espérance de vie, les facteurs de risque devraient être bien meilleurs. Que s'est-il donc passé en vingt ans ?

## La tarification à l'acte et ses dérivés...

En 2005, la tarification à l'activité, appelée aussi

T2A, est adoptée. Les recettes d'un hôpital sont dès lors directement liées au nombre d'actes et de consultations enregistrés par l'établissement. Ce mode de financement s'est révélé à double tranchant : persuadés que davantage d'activité dans leurs services signifierait davantage de moyens, les médecins ont favorisé le volume d'activité. Mais l'enveloppe de l'Objectif des dépenses d'assurance maladie (Ondam), qui est voté chaque année par le Parlement, n'est pas extensible. Ainsi, quand les hôpitaux ont augmenté leur activité au-delà de ce qui était prévu par l'Ondam, ils ont quand même vu leurs tarifs (et donc leurs recettes) abaissés de façon à rester dans le budget.

Les autres pays qui ont adopté la tarification à l'acte l'ont réservée aux activités techniques et/ou standardisées et ont conservé une dotation globale pour les autres activités. « *En France, l'application du système pour 100 % des activités a mis les hôpitaux sous pression, sans distinction ni hiérarchisation des soins prodigués* » explique Michel Katchadourian, journaliste, spécialiste des questions de protection sociale. « *Sommés de revenir à l'équilibre, les hôpitaux publics sont entrés dans une logique purement gestionnaire.* » Chaque mois, sont saisies dans des tableaux d'activité des données telles que le nombre d'admissions pour le service, les durées moyennes de séjour,

les taux d'occupation des lits. On mesure ainsi la rentabilité de chaque activité.

Les responsables de service se font remonter les bretelles quand leurs statistiques sont mauvaises. On compare les services, leur "efficacité". « Avec la loi HPST [Hôpital, patients, santé, territoire], le pouvoir des médecins est passé aux mains de la direction de l'établissement et des gestionnaires, qui prennent des décisions sur la foi de chiffres, comme des actionnaires. » Les directions des groupements hospitaliers touchent même une prime d'intéressement annuelle en fonction des performances de leurs hôpitaux.

Or, pour atteindre les objectifs fixés par le ministère de tutelle, la variable d'ajustement passe principalement par les suppressions de personnel, le non-remplacement de ceux qui partent en retraite, et autres stratagèmes pour jongler avec un système pervers.

Le Pr André Grimaldi, qui dénonce depuis longtemps la gestion entrepreneuriale des hôpitaux, raconte que « tous les services se sont mis à faire sortir les malades et à leur demander de revenir pour comptabiliser deux séjours au lieu d'un. Par exemple, un premier pour faire un bilan et un second pour mettre en place le traitement. L'assurance maladie paie ainsi deux fois l'hôpital. » Résultat : des soins redondants ou inutiles, des consultations de douze minutes montre en main pour rester "rentable", et un



## VOS MUTUELLES REFUSENT LA PRIVATISATION !

### L'EHPAD DE MONTBRISON, TOUJOURS EN LUTTE

Engagée dans le Collectif pour la défense du service public hospitalier du Forez, la Mutuelle de Loire Forez se bat pour que l'EHPAD de Montbrison, Les Monts du Soir, reste public et demeure en centre-ville.

Pour les 209 résidents de l'EHPAD de Montbrison, l'avenir semble incertain. Le projet de privatisation et de déménagement fragilise ce service public, bénéfique à plus d'un titre à la commune : il permet d'équilibrer les comptes de l'hôpital de Montbrison, et d'assurer la continuité des soins absolument nécessaires à ses résidents. De plus, l'actuelle localisation, en centre-ville, permet à ceux-ci de ne pas être isolés. Lors de l'assemblée générale de la mutuelle, Anne-Marie Pommier, du Comité de soutien du CHG du Forez, et Véronique Seux, accompagnées de Mariejo Arthaud, du Collectif d'usagers pour la défense de l'EHPAD de Montbrison, ont décidé de faire cause commune avec la Mutuelle Loire Forez pour continuer les actions contre ce projet. Ainsi, le 12 octobre à 10h30, une chaîne humaine est organisée devant la maison de retraite, pour protester et dénoncer la casse de l'hôpital public. La pétition mise en place il y a quelques mois reste toujours d'actualité.

Pour la signer, rendez-vous sur [www.montbrison-jaimemonehpadpublic.wesign.it/fr](http://www.montbrison-jaimemonehpadpublic.wesign.it/fr)

En savoir + [www.mutuelleloireforez.fr](http://www.mutuelleloireforez.fr)

système qui se pirate lui-même. Certains établissements se sont dotés d'un logiciel pour optimiser la tarification ; comprenez « pour augmenter la facture de la Sécu »...

En face, la Fédération de l'hospitalisation privée (FHP) se targue de coûter moins cher à la Sécu et d'offrir un meilleur service.

### Hôpital public/clinique privée, un match dont les dés sont pipés

Les cliniques privées récupèrent, au gré des suppressions d'activités dans le public, des pans entiers de spécialités et d'expertises. Des pans qui rapportent gros. Car, si les cliniques privées présentent moins sur la Sécu, elles coûtent trois fois plus cher pour le malade et sa complémentaire santé en dépassements d'honoraires, tarification de la chambre individuelle, etc. Pendant ce temps, l'hôpital public assure les urgences 24 heures sur 24. « Les urgences n'intéressent pas le privé parce que ce n'est d'aucune rentabilité, à moins de ne prendre en charge que les fractures et les appendicites et de renvoyer chez eux les polytraumatisés » rappelle le Pr Grimaldi. « Quand ça se complique, on passe au public. »

Dans son plan "Ma santé 2020", le ministère de la Santé appelle à davantage de partenariats public/privé, mais on peut s'interroger sur la répartition des services, sur la tarification et ainsi sur l'accès aux soins. Précisément, le naufrage de l'hôpital public est aussi celui du dispositif de solidarité nationale, c'est-à-dire d'un système qui reposait sur l'égalité des soins pour tous, quels que soient les revenus. À la notion d'égalité vient petit à petit s'opposer la notion d'équité : c'est avec cette logique que l'universalité des allocations familiales a été remise en cause. Pourquoi verser les allocations à des familles riches ? Pourquoi rembourser les soins de ces mêmes familles aisées ? D'autant qu'elles peuvent s'offrir des couvertures complémentaires à la hauteur de leurs attentes.

« Avec la marchandisation de la santé, les patients deviennent des clients-consommateurs et il devient "acceptable" de payer pour bien se soigner, et même pour se soigner tout court. Dès lors, le principe de solidarité ne prévaut plus » déplore Michel Katchadourian.

Aux États-Unis, on a d'un côté des assureurs privés et, de l'autre, l'assurance maladie pour les pauvres, Medicaid, qui refuse de financer



## LA SATURATION DES URGENCES, SYMPTÔME D'UN SYSTÈME TROP COMPLEXE

Les urgences font office de porte d'entrée dans l'hôpital public pour 28 % des patients (31 % en région parisienne). La moitié d'entre eux admet s'y être dirigée pour des raisons "inadéquates", par exemple des difficultés pour obtenir un rendez-vous chez le médecin. Une personne sur quatre est allée aux urgences parce qu'elle ne savait pas à quel professionnel de santé s'adresser. Une personne sur cinq parce qu'elle n'avait pas obtenu une consultation dans un délai acceptable. Pour 69 % des Français, le système de santé est difficile à comprendre. 85 % avouent ne pas savoir à qui servent les différentes cotisations : cotisations sociales, CSG, mutuelle...

Source : Fédération hospitalière de France, avril 2019.



les greffes d'organes pour les plus défavorisés... De fait, pour le monde assurantiel, la marchandisation de la santé est le moyen le plus sûr de s'emparer de l'énorme gâteau de la santé publique.

### «L'hôpital-entreprise», un concept amené par le monde assurantiel

L'approche de la gouvernance des hôpitaux sur le modèle des entreprises remonte à une dizaine d'années, mais le vrai basculement correspond à l'arrivée, auprès des politiques, d'influenceurs issus du milieu assurantiel et de gestionnaires de compagnies de cliniques privées : Malakoff Médéric, Axa, la Générale de santé, Korian. Ce secteur financier, industriel et commercial de la santé est un lobby désormais très influent dans les plus hautes sphères de l'État. Les médecins continuent de peser, mais

pour leur propre chapelle et non plus en tant que conseillers politiques comme ce fut le cas du Pr Robert Debré. D'ailleurs, la médecine libérale a aussi une part de responsabilité dans la dérive marchande du service public.

## « LA SITUATION ACTUELLE EST LE RÉSULTAT DE 50 ANS DE RÉFORMES NÉOLIBÉRALES »

### ENTRETIEN AVEC MICHEL KATCHADOURIAN



#### Pourquoi en est-on arrivé à ces logiques comptables en santé ?

L'hôpital fait partie d'un ensemble. L'hôpital, c'est la Sécurité sociale, c'est le poste le plus important. Le fond du problème est plus global. Il est aussi plus ancien qu'on ne le pense. La logique comptable est l'application d'une logique politique, de décisions qui ont été prises dès les années 70 pour sortir du système de protection social tel qu'il a été pensé au sortir de la guerre. À travers ces décisions, on peut percevoir la volonté de passer d'un financement par les cotisations sociales à un financement par l'impôt, ce qui permet de passer d'une logique de droit à une logique d'assistance. Au passage, on a supprimé la démocratie sociale en arrêtant à partir de 1983 les élections de la Sécurité sociale. À terme, le politique préférerait se passer complètement de sa gouvernance paritaire syndicat/patronat. Bref, la situation actuelle est le résultat de 50 ans de réformes néolibérales. En soi, personne n'est contre la comptabilité à l'hôpital : il faut bien piloter de tels établissements. Ce qui pose problème, ce n'est pas la comptabilité, ce sont les économies, l'absence d'investissement. En 2002, quand le Plan hôpital a relancé des investissements, on a vu des résultats significatifs sur le cancer. À part cette parenthèse, l'approche consiste à revoir toujours à la baisse le budget consacré à la santé.

#### Peut-on imaginer la fin de l'hôpital public ?

Pour désengorger les urgences, la Ministre a dit qu'il fallait que les gens aillent «ailleurs». Mais il n'y a pas d'ailleurs ! Les urgences sont une porte d'entrée pour le dépistage des populations défavorisées : c'est là qu'on découvre des pathologies. Les médecins le savent : sans les urgences, il va y avoir des ratés... De même, la tarification à l'acte – qui a été mise en place aux États-Unis dans les années 70 – est une aberration médicale : on ne soigne pas un homme par tranche ; un problème aux yeux peut être un symptôme de diabète. On soigne donc bien une personne, dans sa globalité. C'est justement la grande force de nos hôpitaux publics que d'abriter des expertises multiples. D'ailleurs, quand ça va mal, aussi célèbre ou riche que vous soyez, vous allez à l'hôpital, pas dans des cliniques privées. Sans service public hospitalier, on ne peut pas s'en sortir !

## DES ÉCONOMIES QUI CREUSENT LE DÉFICIT

Le déficit des hôpitaux publics a triplé en un an. La Fédération hospitalière de France explique cette situation inquiétante par la multiplication des plans d'économie qui ont été imposés aux hôpitaux sans avoir engagé les réformes leur permettant de supporter ces économies. Par ailleurs, si la fréquentation de l'hôpital stagne ou diminue, son financement diminue proportionnellement alors que ses coûts de fonctionnement demeurent. L'hôpital accroît alors son déficit... Un cercle vicieux !

### Tous concernés par l'hôpital public

Pouvoirs publics, médecins, lobbys, patients-consommateurs ont tous une responsabilité. Nous avons tous une responsabilité dans le devenir de notre système de santé.

En changeant notre façon de considérer la santé. En disant «non» à la marchandisation, comme nous y exhorte l'Union Nationale Alternative Mutualiste. En cessant de vouloir gérer l'hôpital comme une entreprise. Les grévistes des services d'urgence réclament des moyens, des lits, du personnel. Et bien sûr, que soit pris en compte le doublement de la fréquentation de leurs services en vingt ans, avec 21,4 millions de passages enregistrés en 2017.

Les Français soutiennent d'ailleurs les soignants dans leurs demandes. Dans un sondage réalisé en mars dans le cadre du grand débat national par la Fédération hospitalière de France (FHF), 88 % des Franciliens – qui ne sont pourtant pas les plus à plaindre en matière de désert médical – estimaient que l'hôpital public est aujourd'hui en danger et qu'il s'est dégradé depuis une décennie. 82 % des sondés estiment que l'accès à de bons établissements de santé assure une égalité des chances dans la vie.

### La notion de service public

Si la notion de service public est assez floue pour les Français, elle leur apparaît plus clairement quand elle s'applique à la santé. En Seine-Saint-Denis par exemple, où l'état sanitaire est l'un des plus alarmants du pays avec un taux de surmortalité et de cancers supérieurs à la moyenne nationale, la notion de service public n'est pas une abstraction.

«Travailler dans le service public, c'est soigner tout le monde, avec ou sans revenus, avec ou sans papiers. C'est offrir à chacun la même qualité de soin» rappelle Michel Katchadourian. Pour les soignants, le service public est un idéal au service duquel ils se mettent. «Il faut arrêter de démanteler et de fermer des hôpitaux. Il faudrait au contraire en rouvrir et investir. L'hôpital reste la meilleure approche pour traiter les maladies chroniques et les pathologies qui réclament une pluridisciplinarité. C'est à la fois un lieu de soins de ville, de dépistage du cancer. C'est aussi là que le progrès médical voit le jour.»

C'est là, en somme, que les deux mots «assistance publique» ont encore un sens !

# Près de vous, vos mutuelles

Vos mutuelles vivent, bougent, prennent position et sont présentes auprès de tous leurs adhérents. Ce cahier est le témoin de l'activité et de la proximité de vos mutuelles.

UNION DES MUTUELLES DE FRANCE MONT-BLANC

## Épidémie de myopie, mobilisation générale!

Alors que les Journées de la Vision auront lieu du 10 au 19 octobre 2019, l'Association nationale pour l'amélioration de la vue (ASNAV) tire la sonnette d'alarme : les jeunes ne voient pas bien de loin. Ainsi, tous les professionnels de la vue se mobilisent pour essayer d'endiguer cette épidémie de myopie qui atteint de plus en plus de jeunes.



Les 16-24 ans voient flou, et la situation s'aggrave : en 2018, plus de 31 % d'entre eux affirmaient éprouver des difficultés à voir de loin, contre 26 % en 2012\*. Et les plus jeunes ne sont pas en reste. Selon l'Observatoire des prix et de la prise en charge en optique médicale, 26 % des maternelles, 31 % des CM2 et 34 % des élèves de 3<sup>e</sup> ont des problèmes de vue.

### Une vision de près trop sollicitée

Si pour 25 % des cas, la myopie se transmet génétiquement, nos modes de vie actuels sont mis en cause par les chercheurs et les médecins. Ils incriminent plus particulièrement notre manque d'exposition à la lumière naturelle, ainsi que notre utilisation trop intensive des écrans. Depuis l'arrivée de l'ordinateur et du *smartphone* dans nos vies, les cas de myopie se multiplient.

### VOTRE SATISFACTION, NOTRE PRIORITÉ

Chaque jour, les mutuelles œuvrent pour que vous soyez bien protégé. Votre satisfaction est au cœur de nos préoccupations. Elle nous permet, à nous mutualistes, d'instaurer une confiance réciproque et de nous améliorer en permanence.

95 %



des adhérents sont satisfaits du délai d'attente

95 %



des adhérents sont satisfaits de la qualité de la réponse

66 %



des adhérents interrogés se disent prêts à recommander la mutuelle à leurs proches

Passant en moyenne plus de neuf heures sur les écrans par jour, les 16-24 ans sollicitent trop leur vision de près, l'œil devant fournir un effort supplémentaire pour voir de loin.

Les ados sont baignés de lumière bleue, problématique pour nos yeux, mais peu exposés à la lumière naturelle. Pourtant, celle-ci active la production de dopamine, protectrice de l'œil, et procure des bienfaits reconnus pour la vision de loin.

### Un enjeu de santé publique

La myopie n'est pas une maladie, mais un trouble visuel assez fréquent. On appelle cela l'amétropie. L'œil myope est soit trop long (d'avant en arrière), soit sa cornée est trop courbée. Le point de netteté ne se trouve alors pas sur la rétine, mais en avant de celle-ci, et les objets éloignés semblent flous. Majoritairement bénigne, la myopie peut parfois entraîner des complications graves si elle n'est pas dépistée et corrigée.

L'ASNAV estime que plus d'un million des 16-24 ans n'a jamais consulté d'ophtalmologiste, ce qui pose également des problèmes dans l'apprentissage – les problèmes de vue entraînent des retards dans l'apprentissage des enfants – et des problèmes sociétaux – par exemple, conduire lorsqu'on ne voit pas de loin expose tous les usagers de la route à des risques d'accidents graves.

### Des pistes et des solutions

Se faire dépister est la première des choses à faire. Les Opticiens Mutualistes peuvent réaliser un dépistage visuel, mais s'ils détectent une myopie, il faudra aller voir son ophtalmologiste. Ce dernier quantifiera le degré de myopie et prescrira des verres correcteurs adaptés. Ensuite, mieux vaut se séparer un peu de nos écrans, nos yeux en seront reconnaissants !

Enfin, s'il est dangereux d'exposer ses rétines au soleil, la lumière du jour est bénéfique pour la myopie. Il est donc conseillé de prendre un bol d'air frais, le plus souvent possible !

\*Sondage Opinion Way pour l'ASNAV

## VOS OPTICIENS MUTUALISTES "ÉCOUTER VOIR"



Les Opticiens des Mutuelles de France Loire et de l'Union des Mutuelles de France Mont-Blanc se mettent à l'heure de la nouvelle enseigne optique/audition. En effet, les Opticiens Mutualistes et Audition Mutualiste se réunissent sous une seule et même enseigne Écouter Voir. Seul le nom change, nos équipes et nos valeurs restent les mêmes !

Il était important de recentrer notre identité sur la raison d'être de nos métiers : la vue et l'audition. C'est ainsi que la marque

Écouter Voir est née ! Depuis le 15 juillet, les 14 magasins Opticiens Mutualistes et les 7 centres Audition Mutualiste de notre réseau portent en vitrophanie les couleurs de cette nouvelle enseigne. Cette "transition" s'accompagne de la diffusion d'un spot sur les réseaux sociaux et sur les sites web (à découvrir sur [ecoutervoir.fr](http://ecoutervoir.fr) et sur Facebook). Fin novembre, les nouvelles enseignes seront posées petit à petit sur tous nos magasins et centres. Écouter Voir sera donc notre unique dénomination à compter de janvier 2020. Une étape importante de l'histoire de nos groupements, avec de belles perspectives d'avenir ! Une adresse mail et un numéro de téléphone sont d'ores et déjà mis à votre disposition pour de plus amples renseignements. [www.ecoutervoir.fr](http://www.ecoutervoir.fr) / [contact@ecoutervoir.fr](mailto:contact@ecoutervoir.fr) / 0 805 500 208



## LES OPTICIENS MUTUALISTES LANCENT LEUR MARQUE DE LUNETTES!

Retrouvez dès maintenant chez votre opticien mutualiste la marque "JUSTE". Déclinée en quatre gammes (Essentielle, Évidence, Pure et Absolue, ces 2 dernières étant en biomatériaux et origine France garanties, fabriquées à Oyonnax), cette nouvelle marque est le reflet

des valeurs des Opticiens Mutualistes : vous proposer la plus grande qualité, à un prix accessible à tous, sans pour autant faire l'impasse sur le style ! Rendez-vous en magasins pour découvrir nos quatre collections : [www.umfmb.fr](http://www.umfmb.fr)



Renseignements pour les Rendez-vous Prévention et Action Sociale sur le site : [www.rdv-prevention-sante.fr](http://www.rdv-prevention-sante.fr) ou directement auprès des agences concernées. Ces rendez-vous sont gratuits, ouverts à tous, adhérents ou non, alors parlez-en autour de vous !

■ 14 novembre 2019

### Les soins d'urgence au jeune enfant et au nourrisson

Agence Mutuelle de France Unie / Rumilly

18, avenue Gantin / 74150 Rumilly

Renseignements et inscriptions : 04 50 05 48 52

■ 19 novembre 2019

### Atelier SéréniMouve (voir encart)

Agence Mutuelle de France Unie / Cluses

31, avenue de la Sardagne / 74300 Cluses

Renseignements et inscriptions : 04 50 96 42 92

■ 21 novembre 2019

### Le défibrillateur automatique externe dans le cas d'un arrêt cardiaque

Agence Mutuelle de France Unie / Sallanches

83, rue du Mont Joly / 74700 Sallanches

Renseignements et inscriptions : 04 50 47 86 57

■ 22 novembre 2019

### Comment réagir face aux AVC ?

Agence Mutuelle de France Unie / Annemasse

7, place de la Libération / 74100 Annemasse

Renseignements et inscriptions : 04 50 87 02 40

## JURA

■ 11 décembre 2019

### Comment réagir face aux AVC ?

Agence Mutuelle de France Unie / Lons-le-Saunier

35, avenue Jean Moulin / 39000 Lons-le-Saunier

Renseignements et inscriptions : 03 84 43 14 38

## LOIRE

■ 11 décembre 2019

### Les soins d'urgence au jeune enfant et au nourrisson

Agence Mutuelle Loire Forez / Montbrison

16, boulevard Chavassieu / 42600 Montbrison

Renseignements et inscriptions : 04 77 96 94 61

## TERRITOIRE DE BELFORT

■ 13 novembre 2019

### Initiation aux premiers secours

Agence Mutuelle de France Unie / Belfort

30, faubourg de Montbéliard / 90000 Belfort

Renseignements et inscriptions : 03 84 54 04 05

## VAUCLUSE

■ 21 novembre 2019

### Initiation aux premiers secours

Agence Mutuelle Ensemble / Avignon

2, boulevard Jacques Monod / 84000 Avignon

Renseignements et inscriptions : 04 90 87 65 54

## SERVICE PROMOTION DE LA SANTÉ

### COMMENT MIEUX DÉMÉNAGER QUAND ON EST SENIOR ?

Pour répondre à cette question, le service Action sociale de la Mutuelle de France Unie s'est associé à SéréniMouve, entreprise Solidaire d'Utilité Sociale (ESUS) agréée par l'État, créée par Lysiane Kubasic. Cette entreprise répond à un besoin social important, celui de l'organisation de la mobilité résidentielle des personnes âgées. Car vivre dans un logement adéquat permet de mieux maîtriser sa propre santé. Ainsi, six ateliers collectifs à destination des seniors et de leur famille seront mis en place à partir du mois de septembre en Haute-Savoie. Ils porteront principalement sur le classement et l'archivage des documents personnels, et vous éclaireront sur les papiers administratifs à conserver, et ceux dont vous souhaitez vous débarrasser.

Mardi 5 novembre : Passy / Jeudi 7 novembre : Faverges

Mardi 19 novembre : Cluses

Inscription et rendez-vous dans vos agences et sur [www.rdv-prevention-sante.fr](http://www.rdv-prevention-sante.fr)

## Vos mutuelles s'engagent pour Octobre Rose

Les mutuelles SAMIR, la Mutuelle de France Unie, la Mutuelle des Travailleurs de la Région Givordine, l'Union des Mutuelles de France Mont-Blanc et la Mutuelle Loire Forez s'engagent cette année encore pour Octobre Rose, campagne internationale de lutte contre le cancer du sein. Rappelons que chaque année en France, ce sont plus de 59 000 nouveaux cas de cancer du sein qui sont dépistés.

Durant tout le mois d'octobre, vos mutuelles se mobilisent pour sensibiliser le public à la prévention et au dépistage du cancer du sein. Ainsi, des matinées tricot sont organisées les 8 et 17 octobre à partir de 9 heures, dans 19 agences du réseau, pour l'opération "Tricots Solidaires", où vous pouvez tricoter des carrés roses en toute convivialité. Vous pourrez également y déposer

vos carrés tricotés tranquillement chez vous. Chaque carré représente un euro, se transformant au final en don pour l'Institut Curie, fondation qui œuvre au quotidien pour la recherche contre le cancer. Les carrés roses seront par la suite donnés à l'association Les Fées Roses de l'unité de jour du CHAL (Centre hospitalier Alpes Léman), qui se chargera d'en faire des couvertures



pour les malades. L'an passé, l'opération avait permis de récolter 2 816 carrés de tricot, et de faire un don de 3 000 euros à l'Institut Curie, grâce à l'engagement des collaborateurs des mutuelles, des adhérents et des bénévoles, impliqués avec solidarité dans ce combat.

Plus que jamais, il est temps de nous unir contre le cancer du sein !

### Agences participantes à l'opération des Tricots Solidaires :

Mutuelle de France Unie : Annecy / Annemasse / Beauvais / Belfort / Besançon / Charleville-Mézières / Cluses / Faverges / Le Lamentin / Lons-le-Saunier / Montargis / Orléans / Pointe-à-Pître / Saint-Étienne (Bellevue) / Villeurbanne - SAMIR : Romans-sur-Isère / Valence - Mutuelle des Travailleurs de la Région Givordine : Givros - Mutuelle Loire Forez : Montbrison

## SERVICE PRÉVENTION

### Des malles pour les tout-petits...

Depuis le mois de septembre, les adhérents de la Mutuelle de France Unie qui viennent d'avoir un bébé reçoivent par la Poste une mallette bébé. Cette mallette accompagne les jeunes parents dans l'apprentissage des bons comportements face aux accidents domestiques et à l'hygiène bucco-dentaire.

Chaque année, on estime que près de 740 000 accidents de la vie courante touchent des enfants de 0 à 6 ans. Pour les enfants jusqu'à 4 ans, le principal danger se trouve à l'intérieur de la maison, surtout dans la cuisine. Plus l'enfant grandit, plus il est curieux et cherche à découvrir, sans avoir pour autant conscience du danger. Les malles élaborées par le service Promotion de la Santé du Groupe Entis Mutuelles contiennent ainsi de quoi pallier ces accidents : une veilleuse automatique pour rassurer le bébé et prévenir les risques de chutes

la nuit, un thermomètre de bain pour prévenir les risques de brûlures, deux cuillères thermosensibles afin de veiller à la bonne température de la nourriture et prévenir les risques de brûlures. Chaque mallette contient en outre un kit de sécurité, de 26 pièces, qui permet de protéger bébé des accidents les plus courants en rendant la maison plus sûre : cache-prises, bloque porte, protège coins, loquets pour appareils électroménagers, etc. Pour stimuler la poussée des dents, un anneau de dentition a été ajouté, destiné



à masser les gencives de bébé. Enfin, le kit éducatif sur l'hygiène bucco-dentaire, qui contient une brosse d'apprentissage 1<sup>er</sup> stade et une brosse de nettoyage 2<sup>e</sup> stade, permettra à l'enfant de prendre de bonnes habitudes dès le plus jeune âge et de conserver des dents en bonne santé toute sa vie. Tous les adhérents qui ont inscrit leur nouveau-né sur leur contrat de complémentaire santé dans les 3 mois après sa naissance recevront cette mallette complète à leur domicile.

## MUTUELLE DE FRANCE UNIE

### Fonctionnaires internationaux, vos garanties évoluent!

Habitants à l'étranger, les fonctionnaires internationaux ont des besoins spécifiques en matière de complémentaire santé. Depuis plus de 25 ans, la Mutuelle de France Unie propose à ces fonctionnaires des garanties santé spécifiques, pour répondre à leurs besoins et ceux de leur famille.

La Mutuelle de France Unie propose une complémentaire santé totalement adaptée à la situation des fonctionnaires internationaux. Ils sont aussi accompagnés par Corinne Angot, conseillère mutualiste à l'agence de Ferney-Voltaire. Cette dernière

va régulièrement à leur rencontre, en effectuant des permanences au sein des organisations internationales basées à Genève, afin d'être au plus proche de ces adhérents particuliers. Désormais, la garantie santé des fonctionnaires internationaux évolue,

pour s'adapter toujours plus à leurs besoins : elle comprend maintenant la possibilité d'ajuster la garantie pour des soins en France uniquement. De plus, la Mutuelle de France Unie a mis en place une offre de parrainage pour l'année 2019. Pour en savoir plus, rendez-vous dans votre agence de Ferney-Voltaire!

**En savoir +**  
**Agence Mutuelle de France Unie de Ferney-Voltaire - 41 avenue du Jura, 01210 Ferney-Voltaire (+33) 450 40 60 57**

## MUTUELLE DE FRANCE UNIE

## SECTION ANTILLES-GUYANE

### CHU de Guadeloupe: la saturation

Alors que le CHU de Guadeloupe a été touché par un incendie en novembre 2018, la colère des personnels hospitaliers et des patients est à son comble : locaux vétustes, manque de moyens humains et matériels, perturbations en lien direct avec l'incendie, vague de décès suspects... Depuis le 23 juillet, tous dénoncent une situation critique.

Cet été, des milliers de personnes, dont de nombreux adhérents de la Mutuelle de France Unie, ont envahi les rues de Pointe-à-Pitre pour dénoncer les conditions insoutenables dans lesquelles travaillent les personnels hospitaliers et sont accueillis les patients de l'île. Soutenu par une grande majorité des Guadeloupéens, le personnel revendique de meilleures conditions de travail et une revalorisation de leur rémunération. Bouleversé depuis l'incendie qui a réduit en cendres 4 blocs opératoires et les services des urgences, la réanimation et la maternité, le CHU se trouve désormais éclaté sur plusieurs sites, dans des locaux transitoires et inadaptés. Il souffre également

de difficultés budgétaires importantes, qui ne permettent un approvisionnement que partiel de matériels et de médicaments. À l'horizon 2022, le nouveau CHU, situé près de l'aéroport, devrait être en activité, mais



en attendant, rien ne garantit la sécurité des usagers de l'hôpital et des personnels, tout comme la qualité des soins. Alors que l'île connaît des scandales sanitaires majeurs (chlodercone, invasion des sargasses), que le manque de personnel soignant se fait cruellement sentir (il n'y a que 5 urgentistes pour 17 postes au CHU), que les catastrophes climatiques sont de plus en plus fréquentes, et que le nombre de décès a subitement augmenté ces derniers mois, les Guadeloupéens sont plus que jamais mobilisés pour travailler et se faire soigner dans un environnement décent et humain.

- Plus de 5 600 personnels hospitaliers et assimilés pour plus de 600 lits.
- La grève générale de tous les services du CHU cet été est soutenue par 82% de la population locale.
- 43 décès suspects, dont 10 bébés, entre janvier et mars 2018, potentiellement dus au manque de moyens.
- La dette du CHU envers ses fournisseurs s'élève à 49 millions d'euros.

CAM FAVERGES

## Agir pour la santé et l'environnement en même temps !

Pour la 5<sup>e</sup> année, le Comité d'Action Mutualiste de Faverges, en lien avec la Mutuelle de France Unie, organise sur Faverges les 25 et 26 octobre prochains, deux journées Santé environnement : « *Je protège ma santé, je protège ma planète.* » Nous sommes persuadés qu'agir sur l'environnement permet de prévenir, de préserver et d'améliorer l'état de santé de la population et que la réciprocité est vraie : dans une démarche de prévention santé, on agit également sur la sauvegarde de l'environnement (!). C'est dans ce sens que s'organise cette initiative, la première étape d'un travail approfondi sur cette thématique.

Le CAM Faverges vous donne rendez-vous le 25 octobre à 20 h 30 à l'espace culturel et social La Soierie, pour le premier acte de cette initiative santé-environnement, avec la projection du film de Jean-Paul Jaud, *Nos enfants nous accuseront*.

► Laurent Thierry, du Potager des Castors, association née en 2016 qui développe le projet d'une micro-ferme permacole, animera le débat qui suivra. Le lendemain, la journée santé-environnement commencera à 9 h 30, pour préparer et déguster ensemble un repas solidaire valorisant les produits locaux et de saison\*.

► À 14 heures, vous pourrez découvrir les nombreux stands présents : recycler avec l'association Pays de Faverges environnement, réparer avec le Repair-café de Faverges, nettoyer sainement avec l'association WECF (Women Engage for a Com-

mon Future), manger de saison avec les AMAP, fabriquer des *tawashi*, éponges lavables faites en matériaux recyclés, et des lingettes lavables.

► Dès 15 heures, Philippe Perrin, éco-infirmier spécialiste des liens entre pollution et santé travaillant dans le champ de la prévention, viendra sensibiliser les personnes présentes aux risques sanitaires d'une alimentation industrielle.

► À 17 heures, Anne-Lise Lenne viendra nous expliquer la nécessité de commencer à adopter petit à petit un mode de vie "zéro déchet". Nous vous attendons nombreux !

\* Préparation et repas sur inscription uniquement, atelier limité à 20 personnes.

**En savoir + : RDV les 25 et 26 octobre**  
Véronique Salaman  
v.salaman@mutuelles-entis.fr  
04 50 08 38 52

MUTUELLE DE FRANCE UNIE

SECTION LOIRE

## Partez en vacances avec ULVF!

Mais pourquoi une mutuelle cherche à faire partir en vacances ses adhérents ? Parce que la santé et le bien-être, ce n'est pas seulement se soigner, c'est aussi les loisirs et le repos ! La section Loire de la Mutuelle de France Unie et l'association ULVF (Union loisirs vacances familiales) l'ont bien compris et sont partenaires depuis 2013.



Partir en vacances est facteur de santé psychologique : elles sont essentielles pour recharger ses batteries, s'extraire de son quotidien et se sentir bien. Pourtant, pour plusieurs millions de Français, elles sont hors budget... tout comme se soigner. Alors que le droit à la santé et aux loisirs est clairement inscrit dans la Déclaration universelle des droits de l'homme (articles 25 et 24), ils sont de plus en plus nombreux

à ne plus pouvoir y accéder. Le partenariat entre la Mutuelle de France Unie et l'ULVF permet aux personnes protégées par la section Loire de la mutuelle d'accéder à des séjours de qualité, dans l'esprit des valeurs mutualistes. À la mer, à la montagne, à la campagne, aux quatre coins de la France, l'ULVF propose des séjours dans des villages à taille humaine, accessibles à tous, basés sur l'échange, la découverte et la détente. Petit plus, vous bénéficiez de 15 % de réduction sur vos séjours, parmi les 25 destinations en France que propose l'ULVF.

Et, nouveauté de cette année, "*Les Vacances Colibri*" vous permettent de prendre soin de vous, de votre entourage et de la nature, dans un esprit ludique et convivial. Été comme hiver, en famille ou en groupe, il y a forcément un séjour ULVF qui est fait pour vous !

**En savoir +**  
[www.vacances-ulvf.com](http://www.vacances-ulvf.com)  
04 77 56 66 09

MUTUELLE DE FRANCE UNIE

## ASSEMBLÉE GÉNÉRALE SECTION 3

La section 3, l'une des 19 sections de la Mutuelle de France Unie, qui regroupe des ex-retraités de la Mutuelle Familiale des Retraités, donne rendez-vous à ses adhérents le mercredi 13 novembre à partir de 9 heures, pour son Assemblée générale annuelle.



Au Météore de Meythet, plusieurs temps forts viendront jalonner la journée de la section 3.

À partir de 9 heures, le temps des chiffres et des bilans pour la section, qui regroupe près de 8000 adhérents. Cette matinée d'information se clôturera par un débat sur le RAC 0, plus connu sous le nom de 100 % Santé. Après cette matinée studieuse, les adhérents seront conviés à un repas, animé par un concert. Deux d'entre eux auront également l'occasion de remporter chacun un séjour de trois jours, grâce à VVF, partenaire de longue date de la Mutuelle de France Unie. L'après-midi, les adhérents des sections 1, 2 et 3 seront réunis pour assister à la projection, ouverte à tous, du film *Les Sentinelles*, de Pierre Pezerat, qui retrace le combat d'ouvriers victimes de l'amiante et d'agriculteurs exposés à des pesticides. Un débat suivra, animé par Michel Katchadourian, sur les pesticides, l'amiante, les maladies professionnelles, l'accès aux soins et la nécessaire défense de la Sécurité sociale.

## DES ÊTRES ET DES LIENS

Et si vous cédez à l'appel de la forêt ? C'est en tout cas ce que préconisent LCE 74, la Mutuelle de France Unie, l'Union des Mutuelles de France Mont-Blanc et la librairie Jean-Jacques Rousseau, qui organisent pour la 5<sup>e</sup> fois le concours de nouvelles "Des Êtres et des Liens".

Présidé cette année par Laurine Roux, autrice du roman *Une immense sensation de calme*, paru en 2018 aux éditions du Sonneur, le concours démarre par cette phrase énigmatique « *La forêt commence ici, les histoires aussi* ». Les meilleures nouvelles (dans les catégories adultes et lycéens/collégiens) seront publiées sous forme de recueil, dont la préface sera signée par Laurine Roux. Alors à vos plumes, vous avez jusqu'à la fin du mois de février pour participer !

Les textes doivent être envoyés avant le 29 février 2020 à l'adresse suivante :

**LCE 74 - Concours de nouvelles**  
BP 237 - 74006 Annecy CEDEX

**En savoir +**  
[www.lce74.fr](http://www.lce74.fr)

## Avec la Mutuelle de France Unie, les enfants partent en vacances !

Chaque année, près de 22 millions de Français ne partent pas en vacances. Parmi eux, plus de 3 millions d'enfants, sans autre horizon que leur environnement quotidien. Pourtant, l'article 31 de la Convention internationale des droits de l'enfant prévoit que les enfants ont « le droit au repos et aux loisirs ». Pour la deuxième année consécutive, le Fonds de promotion de la santé de la Mutuelle de France Unie s'engage auprès d'UFOVAL pour faire partir en vacances 64 enfants de 7 à 14 ans.



Comme l'an dernier, où 62 enfants sont allés découvrir les joies de la Méditerranée, le Fonds de promotion de la santé de la Mutuelle de France Unie a permis à 64 enfants de partir à la mer durant une semaine. Avec l'aide accordée cette année, les enfants, sans critères de sélection, sont partis du 22 au 28 août au centre Les Myrtes des Issambres, entre Saint-Tropez et Saint-Raphaël. Au programme, voilier et canapé flottant tiré par un bateau pour les 7/8 ans, *snorkeling* (découverte des fonds marins en palmes, masque et tuba), paddle et kayak pour les 9/11 ans, ainsi que plongée, jet-ski et sortie en bateau pour les 12/14 ans. Grâce au partenariat entre la Mutuelle de France Unie et l'UFOVAL, ces 64 enfants ont pu profiter de leurs vacances dans la bonne humeur et vivre des sensations fortes, en toute solidarité!

**En savoir +**  
UFOVAL 74 : [www.fol74.org](http://www.fol74.org)

## Ensemble, mobilisons-nous pour notre système de santé !

À l'initiative des mutuelles Alternative Mutualiste et Santé Mut Roanne, une rencontre/débat sur notre système de santé s'est déroulée le 6 juillet dernier, lors de la fête populaire de Mably, dans la Loire.

Sous un soleil radieux, l'initiative a rencontré un large public, faisant le constat que notre système de santé est "malade", principalement à cause du manque de moyens humains, matériels et financiers. Animés par Francis Balay, président d'Alternative Mutualiste, entouré de nombreux élus locaux, militants politiques, syndicalistes, médecins et mutualistes, les débats ont été vifs et passionnants. Le renoncement aux soins d'une part croissante de Français a été évoqué, ainsi que les actuels mouvements sociaux dans les hôpitaux et les EHPAD. Public et intervenants ont été force de propositions, pour lutter contre les "déserts médicaux": développement des maisons de santé pluridisciplinaires, de centres de soins publics ou associatifs, consultations hospitalières publiques

décentralisées... rappelant également que le manque de personnel de santé, en particulier de médecins généralistes, est délétère pour la santé des populations. Ce débat était en outre l'occasion de rappeler le rôle et l'importance d'une Sécurité sociale à 100%, seule garantie d'une véritable égalité dans l'accès aux soins pour tous, avec un financement tenant compte de l'ensemble des richesses produites. La nécessité

de mobilisations fortes sur ces questions est plus que jamais d'actualité! Citoyens, militants syndicalistes, militants mutualistes et progressistes doivent se rassembler, pour reconquérir une Sécurité sociale solidaire et pour le maintien et le développement des services publics de santé et d'actions sociales.



*Notre lutte collective est la défense de notre système de santé. Vive la Sécurité sociale!*

Francis Balay

## MUTUELLE LOIRE FOREZ

## Assemblée générale de la mutuelle Loire Forez

Le 25 juin dernier, la Mutuelle Loire Forez a tenu son assemblée générale, rassemblant de nombreux délégués et adhérents, élus du secteur et représentants d'associations locales.

Les chiffres de 2018 et du 1<sup>er</sup> semestre 2019 exposés, tous ont pu constater la bonne santé économique de la mutuelle, ainsi que les actions conduites en matière de prévention (dentaire, visuelle, gestes de premiers secours) et en matière d'amélioration de l'accès aux soins. Nombreuses ont en effet été les interventions dans ce domaine, dont des réflexions pour garantir une cotisation la plus maîtrisée possible dans le cadre du dispositif 100 % Santé. Avec la mutuelle des verriers de Saint-

Romain-le-Puy et l'Union des Mutuelles de France Loire, la Mutuelle Loire Forez projette d'acquiescer un local plus spacieux et fonctionnel pour le transfert du centre de santé dentaire de Savigneux. De même, des travaux ont été entrepris à la Maison de Santé de Boën, permettant à l'espace d'être isolé. Des actions ont enfin été menées en vue de défendre les services publics de santé.

**En savoir +**  
[www.mutuelleloireforez.fr](http://www.mutuelleloireforez.fr)

## LES OPTICIENS MUTUALISTES / ÉCOUTER VOIR

## Le 100% Santé en pratique

Dès le 1<sup>er</sup> janvier 2020, tous les opticiens auront l'obligation de proposer aux adhérents des équipements répondants aux critères de la réforme du 100% Santé. Les adhérents qui bénéficient d'un contrat solidaire et responsable pourront ainsi acquiescer, sans reste à charge, des équipements complets (montures et verres correcteurs).

**De quelles montures les adhérents pourront-ils bénéficier dans le cadre de cette réforme ?**

Chaque opticien, mutualiste ou non, devra présenter des montures avec un prix inférieur ou égal à 30 €. Au minimum, 17 modèles différents de montures adultes et 10 modèles de montures enfants seront proposés.

**De quels verres correcteurs seront équipés les montures ?**

Il s'agit de verres unifocaux ou progressifs (selon les corrections) avec un traitement anti-rayures et un anti-reflets de base.

**Est-ce obligatoire ?**

Bien entendu, cette offre n'a aucun caractère obligatoire.

Ces équipements répondront à une grande partie des besoins des adhérents mais pas à tous...

**Vous pourrez opter pour l'équipement de l'offre 100% santé ou pour un équipement de votre choix à tarif libre.**

Avec votre opticien, vous continuerez de définir l'équipement le mieux adapté à vos besoins en fonction de vos activités, de votre utilisation, de votre sensibilité et de vos envies. Dans ce cas, votre mutuelle vous remboursera en fonction de votre contrat mutualiste et vous continuerez de bénéficier des avantages du conventionnement auquel adhère votre mutuelle.

## MUTUELLE ENSEMBLE

## La Mutuelle Familiale change de nom

Issue de la Mutuelle des Travailleurs du Vaucluse, la Mutuelle Familiale, dont le siège social est en Avignon, a déposé ses statuts en mars 1978, pour créer une mutuelle de proximité.

Aujourd'hui, la Mutuelle Familiale change de nom et devient la Mutuelle Ensemble.



C'est en 2014 que la Mutuelle Familiale a intégré en totalité les services du groupe Entis, avant d'en adopter les couleurs. Pour continuer son évolution, le changement de dénomination et de logo s'est imposé auprès du conseil d'administration, en adéquation avec sa volonté de rayonner sur l'arc méditerranéen. Ainsi, lors de la dernière

assemblée générale de la mutuelle, les délégués ont validé son nouveau nom et son nouveau logo : votre Mutuelle Ensemble ! Pour vous, adhérents, aucun changement : l'équipe de la mutuelle reste la même, et elle continuera à vous apporter le meilleur service dans le respect de nos valeurs mutualistes : écoute, solidarité et professionnalisme.

## RELAIS DES SOLIDARITÉS

## VOTRE MUTUELLE COMPTE SUR VOUS !

En janvier 2017, la Mutuelle de France Unie a mis en place le Relais des Solidarités, à Faverges. Gratuit, confidentiel et ouvert tous les jeudis de 10 h à midi, ce service d'action sociale apporte aide, conseil et soutien à tous, notamment dans les démarches administratives.

Aujourd'hui, le Relais des Solidarités de Faverges a besoin de vous ! Vous êtes jeune retraité(e) et vous avez un peu de temps à consacrer à des personnes confrontées à des difficultés sociales, lors de leur retour d'hospitalisation, faisant face à un isolement ou un problème de santé ? Alors n'hésitez pas à rejoindre l'équipe des sept bénévoles du Relais. Jean-Louis Richarme, jeune retraité de 70 ans, fait partie de l'équipe : « *Rendre service aux gens m'a vraiment motivé. J'ai le temps, je suis à la retraite ! Je suis au Relais depuis le début.* » Maire d'une petite commune pendant 25 ans, il a toujours eu à cœur de s'occuper des gens qui en avaient besoin. Tous les jeudis, les bénévoles tiennent la permanence et accueillent dans leur local dédié les personnes qui se présentent. « *La plupart du temps, nous les aidons dans leurs problèmes administratifs. Nous avons installé un ordinateur et beaucoup se retrouvent totalement dépourvus devant l'outil informatique. Soit ils n'ont aucun accès à Internet chez eux, soit ils ne savent pas bien s'en servir.* » Et d'ajouter : « *Il n'y a aucun sujet tabou, cela peut être des problèmes de logement, de santé, des papiers administratifs à remplir... C'est un véritable plaisir d'apporter une solution aux gens et pour eux, un soulagement. En faisant cela, je me sens proche des valeurs de solidarité et d'humanité de la mutuelle.* ». Comme Jean-Louis, n'hésitez pas à donner de votre temps pour aider et soutenir ceux qui en ont besoin, en toute convivialité et bienveillance. Vous serez encadré par les personnels de la Mutuelle de France Unie et par les anciens bénévoles, pour faire grandir la solidarité et tisser des liens forts. Et si vous habitez près de Rumilly, Cluses, Annecy, nous avons également besoin de votre temps et de votre solidarité !

**Relais des Solidarités de Faverges**  
36 place de l'Église - 74210 Faverges  
Contact : Véronique Salaman  
[v.salaman@mutuelles-entis.fr](mailto:v.salaman@mutuelles-entis.fr)  
06 74 94 06 76

## UNION DES MUTUELLES DE FRANCE MONT-BLANC

## VOTRE CENTRE DENTAIRE DE LYON DÉMÉNAGE

Le centre dentaire de Lyon de l'Union des Mutuelles de France Mont-Blanc va déménager !

Profitant de la rénovation du quartier de la Part-Dieu et après de nombreuses années passées dans les locaux du boulevard Vivier Merle, le centre dentaire va déménager avec ses équipes dans des locaux tout neufs. Ce déménagement sera notamment l'occasion d'élargir l'offre de soins avec de l'implantologie et de la parodontologie chirurgicale, ainsi que de recruter de nouveaux professionnels de santé. Un beau projet qui verra le jour dans le courant du 4<sup>e</sup> trimestre 2019 ! Nous ne manquerons pas de vous communiquer toutes les infos pratiques de ce nouveau centre dès qu'il sera ouvert.

**Centre dentaire de Lyon (adresse actuelle)**  
35, boulevard Vivier Merle / 69003 Lyon  
Contact : 04 72 35 02 13

SAMIR

## Marcher pour investir sa retraite

En plein cœur du département de la Drôme, territoire de la mutuelle SAMIR, Antoine Ducloux aide les futurs retraités à bien vivre cette période de transition souvent délicate. Grâce à des ateliers combinés à de la marche en pleine nature, il les accompagne et les aide à comprendre les enjeux de la seconde partie de l'existence. L'objectif est de se retrouver, de construire de nouveaux projets, en toute sérénité. Portrait de ce coach, également praticien en psychogénéalogie, qui ose dire oui à l'instant présent!

**Bonne Santé Mutualiste: Antoine Ducloux, vous aidez les futurs retraités à mieux vivre cette transition. Comment vous est venue cette idée ?**

Antoine Ducloux: Pour moi, le départ à la retraite correspond à une étape de vie majeure parfois compliquée à franchir. Ayant vécu un gros changement professionnel et personnel à 42 ans, j'ai pu me reconstruire et m'engager vers de nouvelles voies grâce à un accompagnement.

Je vois des proches et des salariés usés vivant difficilement leur fin de "carrière" et qui éprouvent le besoin de se faire accompagner pour pouvoir engager la seconde partie de leur existence avec joie et créativité.

**Votre programme s'intitule "Marcher et investir sa retraite". Qu'a-t-il de spécifique ?**

J'ai construit ce programme comme un parcours en quatre étapes: trois séminaires les week-ends, et un résidentiel sur quatre jours, soit au total onze jours d'accompagnement, étalés sur neuf mois. L'objectif est d'alterner les ateliers et les expériences, en groupe, afin de retrouver l'énergie d'entreprendre, d'écrire son récit de vie, de construire et présenter son projet, et enfin de partir vers une nouvelle vie. Tout se construit autour de l'esprit, du corps et de la nature.

**Pour vous, « la marche accompagne le changement »...**

Oui! La marche est le partenaire santé privilégié du cerveau. Elle n'est pas seulement un moyen de déplacement, mais une



*Coach de vie, Antoine Ducloux aide ses stagiaires à cheminer sereinement dans ce moment bouleversant qu'est le passage à la retraite, à travers la marche en pleine nature et des ateliers en groupe. Proche des valeurs mutualistes, il accompagne avec respect, écoute et bienveillance.*

activité aux vertus aussi diverses qu'inattendues. Elle permet de relier davantage notre psychisme à notre corps, d'autant plus lorsqu'elle est pratiquée en pleine nature. Notre besoin instinctif de connexion à la nature n'est pas suffisamment nourri. Marcher dans la nature aide à faire le tri dans nos idées, à se recentrer, à faire germer et clarifier de nouvelles idées.

**En savoir +**  
[www.antoineducloux.net](http://www.antoineducloux.net)  
**06 89 95 13 00**

## La proximité d'un réseau de soins pour les adhérents!

### RÉSEAU DE SOINS: HAUTE-SAVOIE - AIN - RHÔNE

#### RÉSEAU OPTIQUE: LES OPTICIENS MUTUALISTES

<b>Anancy:</b> 1, avenue de Chambéry	04 50 33 08 00
<b>Annemasse:</b> 51, avenue de la Gare	04 50 38 51 45
<b>Cluses:</b> 2, avenue des Lacs, la Sardagne	04 50 98 44 28
<b>Meythet:</b> 21, route de Frangy - Immeuble Le Rabelais	04 50 22 37 11
<b>Rumilly:</b> 28, avenue Gantin	04 50 64 57 21
<b>Sallanches:</b> 95, rue du Mont Joly	04 50 58 00 15
<b>Thonon-les-Bains:</b> place Jules Mercier - Le Concorde	04 50 71 76 31
<b>Ferney-Voltaire:</b> ZA Poterie - 122, chemin de la Poterie	04 50 99 49 30

#### CENTRES DE SANTÉ

##### OPHTHALMOLOGIE

<b>Meythet:</b> 21, route de Frangy - Immeuble Le Rabelais	04 50 22 37 13
--	----------------

##### ORTHODONTIE

<b>Anancy:</b> 3, route du Périmètre	04 50 27 56 45
<b>Annemasse:</b> 2, rue Alfred Bastin	04 50 92 04 87
<b>Meythet:</b> 21, route de Frangy - Immeuble Le Rabelais	04 50 22 75 24
<b>Rumilly:</b> 13, place de la Manufacture	04 50 64 53 22

##### IMPLANTOLOGIE

<b>Annemasse:</b> 2, rue Alfred Bastin	04 50 92 04 87
<b>Meythet:</b> 21, route de Frangy - Immeuble Le Rabelais	04 50 22 37 13
<b>Thonon-les-Bains:</b> 8, avenue du Général de Gaulle	04 50 26 64 40

##### DENTAIRE

<b>Anancy:</b> 5-7, rue de la Gare	04 50 45 20 47
<b>Anancy-le-Vieux:</b> 18, chemin des Cloches	04 50 23 90 80
<b>Annemasse:</b> 2, rue Alfred Bastin	04 50 92 04 87
<b>Faverges:</b> 45, rue Victor Hugo	04 50 05 23 68
<b>Meythet:</b> 21, route de Frangy - Immeuble Le Rabelais	04 50 22 37 13
<b>Rumilly:</b> 13, place de la Manufacture	04 50 64 53 22
<b>Sallanches:</b> 95, rue du Mont Joly	04 50 47 92 94
<b>Thonon-les-Bains:</b> Le Don Bosco - 8, av. du Général de Gaulle	04 50 26 64 40
<b>Lyon:</b> 3 <sup>e</sup> - 35, boulevard Vivier Merle	04 72 35 02 13

#### CENTRES D'AUDIOPROTHÈSE

<b>Anancy:</b> 1, avenue de Chambéry	04 50 33 08 09
<b>Annemasse:</b> 51, avenue de la Gare	04 50 38 99 00
<b>Meythet:</b> 21, route de Frangy - Immeuble Le Rabelais	04 50 22 71 62
<b>Rumilly:</b> 13, place de la Manufacture	04 50 64 52 23
<b>Sallanches:</b> 95, rue du Mont Joly	04 50 58 44 60
<b>Thonon-les-Bains:</b> 3, rue de l'Hôtel Dieu	04 50 26 76 11

#### CENTRES DE SOINS INFIRMIERS

<b>Bons-en-Chablais:</b> 134, avenue du Jura - Immeuble Altéo	04 50 36 16 68
---	----------------

#### SERVICE DE SOINS INFIRMIERS À DOMICILE

<b>Meythet:</b> 21, route de Frangy - Immeuble Le Rabelais	04 50 22 94 79
<b>Douvaine:</b> 1, rue du Champ de Place	04 50 94 00 43

### RÉSEAU DE SOINS: LOIRE

#### CENTRES OPTIQUES

<b>Feurs:</b> 2, rue Philibert Mottin	04 77 26 30 78
<b>Montbrison:</b> 36, boulevard Lachèze	04 77 58 56 86
<b>Rive de Gier:</b> 35, rue Jules Guesde	04 77 93 42 12
<b>Roanne:</b> 14, rue Roger Salengro	04 77 72 97 66
<b>Saint-Étienne:</b> 1, place Waldeck Rousseau	04 77 41 11 70
<b>Saint-Romain-Le-Puy:</b> 6, place de l'Hôtel de Ville	04 77 96 23 01

#### CENTRES DENTAIRES

<b>Boën:</b> 44, rue de la Chaux	04 77 97 37 37
<b>Mably:</b> rue Beaumarchais	04 77 70 46 46
<b>Roanne:</b> 14, rue Roger Salengro	04 77 72 43 77
<b>Saint-Étienne:</b> 70, rue des Acières	04 77 93 53 50
<b>Savignieux:</b> 12, bis rue de Lyon	04 77 58 73 03

#### CENTRE D'AUDIOPROTHÈSE

<b>Roanne:</b> 14, rue Roger Salengro	04 77 72 01 31
---------------------------------------	----------------

### RÉSEAU DE SOINS: DRÔME - ARDÈCHE

#### CENTRES OPTIQUES

<b>Annonay:</b> 15, place des Cordeliers	04 75 33 01 00
<b>Aubenas:</b> 18, boulevard Pasteur	04 75 35 09 10
<b>Le Teil:</b> 29, rue République	04 75 49 09 35
<b>Romans-sur-Isère:</b> 57, place Jean Jaurès	04 75 05 30 25
<b>Tournon-sur-Rhône:</b> 18, avenue Maréchal Foch	04 75 07 17 13
<b>Valence:</b> 30, avenue Victor Hugo	04 75 41 28 98

#### CENTRES DENTAIRES

<b>Pierrelatte:</b> 6, avenue de la Gare	04 75 01 61 80
<b>Tournon-sur-Rhône:</b> 18, avenue Maréchal Foch	04 75 06 19 05

#### CENTRES DE SOINS INFIRMIERS

<b>Cheyliard:</b> 30, rue de la République	04 75 64 30 11
<b>Le Teil:</b> 29, rue République	04 75 00 19 10
<b>Tournon-sur-Rhône:</b> 18, avenue Maréchal Foch	04 75 06 19 05

#### CENTRES DE SANTÉ

<b>Romans-sur-Isère:</b> 3, rue du Puy	04 75 02 26 82
<b>Romans-sur-Isère:</b> avenue du Maquis	04 75 70 29 59

Notre nouvelle rubrique «*L'asso qui crée du lien*», permet de faire découvrir aux lecteurs de Bonne Santé Mutualiste les associations, présentes sur les territoires mutualistes, qui sont tournées vers l'entraide et la solidarité. Un peu partout en France, des centaines de milliers de citoyens se mobilisent pour améliorer le quotidien de leurs compatriotes, comme le font depuis longtemps les mutuelles. Ils méritaient d'apparaître de manière régulière dans le journal!

# WECF, droits des femmes et environnement

WECF (Women Engage for a Common Future) est née en 1994, après le Sommet de la Terre de Rio (1992). C'est un réseau international de 150 organisations féminines et environnementales, agissant aux niveaux national et international «*pour construire avec les femmes un monde sain, durable et équitable*».

La branche française de WECF fêtera ses dix ans le 22 novembre prochain. Ses actions s'appuient sur le potentiel des femmes pour trouver un équilibre entre économie, écologie et santé, et cela sans substances toxiques, dans le respect de tous, en particulier des plus fragiles. L'égalité femmes-hommes est au cœur de la stratégie de WECF, pour inclure le genre dans les négociations climatiques et mettre l'accent sur des projets de terrain au féminin.

### Le projet Nesting

Développé depuis 2008 dans sept pays d'Europe, le projet Nesting permet d'informer et de sensibiliser les professionnels de la santé aux risques liés à la pollution intérieure.

Le constat est sans appel : il est essentiel de préserver un enfant, pendant les premières années de sa vie, des polluants présents dans nos maisons. Mobilier, produits d'hygiène, produits ménagers, objets du quotidien, tout ce qui nous entoure est susceptible d'altérer notre santé. Il est nécessaire de réfléchir à nos habitudes et d'agir pour créer un environnement le plus sain possible.



©WECF

### Des ateliers pour sensibiliser

Lieux d'échanges et de formation, les ateliers "Ma Maison Ma Santé" organisés par l'ONG permettent d'approfondir un sujet santé-environnement : les produits ménagers, les aliments et leurs contenants, les cosmétiques, les jouets, la décoration.

Animés par des experts, ces ateliers ludiques et interactifs permettent de se poser les bonnes

questions concernant la pollution de son intérieur, et d'y remédier grâce à des astuces simples, économiques et écologiques, pour protéger sa santé et celle de toute la famille.



En savoir +

[www.wecf-france.org](http://www.wecf-france.org)

# L'AFADB, lien social et prévention

Dans le Bourbonnais, nombreux sont ceux qui ont vu passer le camion de prévention de l'AFADB, l'Association française d'aide des diabétiques du Bourbonnais. Dans une région majoritairement rurale où la désertification médicale se fait cruellement sentir, les bénévoles vont à la rencontre de la population pour agir ensemble face au diabète et défendre les droits à la santé.

Fondée en 2001, l'association est un véritable acteur de santé et de proximité. Accompagner, informer, défendre, améliorer la qualité de vie... tels sont les maîtres-mots de l'AFADB.

«*Avec notre camion, nous faisons de la prévention auprès d'un public très large, que ce soit dans des écoles ou dans des EHPAD. Nous avons même fait cette année le HADRA Festival!*», précise son président, Patrick Aufrère. En 2018, ce ne sont pas moins de 71 actions gratuites de proximité dans 37 communes bourbonnaises et 3 communes hors du département qu'a réalisées l'équipe réduite de bénévoles.

À ces missions de prévention, se sont rajoutées celles de la défense des droits des usagers de la santé : «*Les usagers de la santé ont*



*besoin de nous! On sort du champ du diabète pour porter, auprès des institutions de santé, privées ou publiques, la voix des usagers. Nous défendons un accès à des soins de qualité pour tous*», faisant de l'AFADB un parte-

nnaire privilégié de Mutuale. En effet, en plus d'apporter un soutien financier à l'association, la section Auvergne de Mutuale s'associe à certaines de ses actions de prévention et de sensibilisation.

Le président de conclure : «*Aujourd'hui, notre pérennité réside dans nos bénévoles. Nos missions sont riches et diverses, et nos actions sont appréciées par le public. Nous avons besoin de monde pour faire vivre nos combats!*»

Alors si vous voulez devenir bénévole de l'AFADB, n'hésitez pas à écrire un mail à l'adresse ci-dessous.



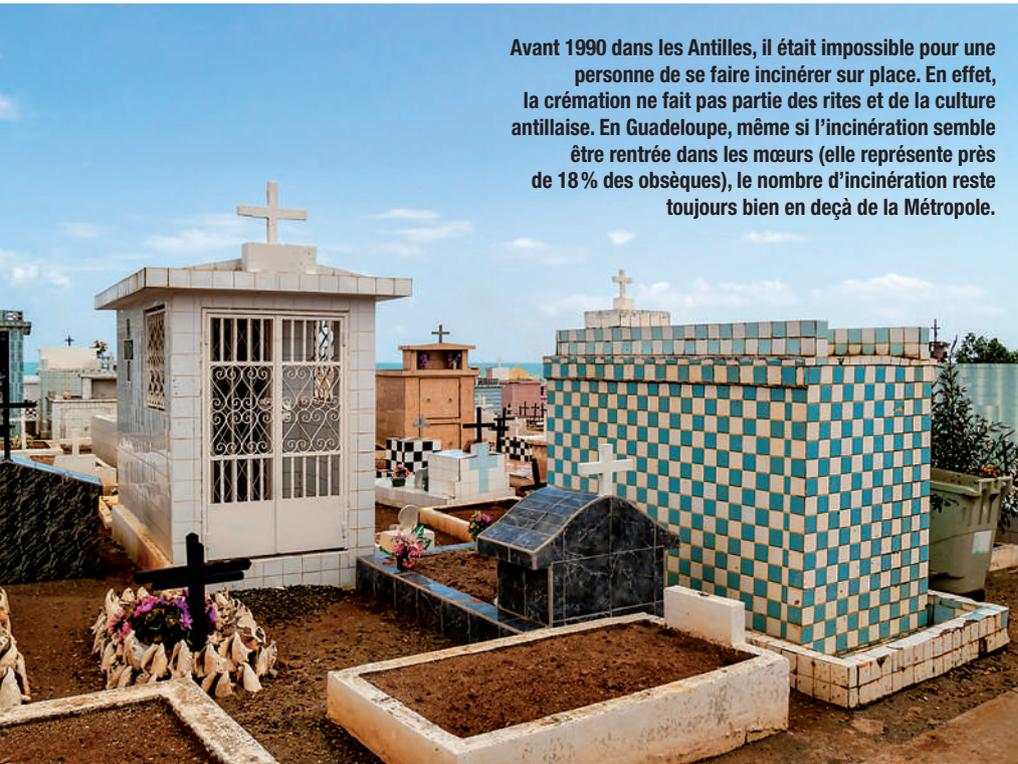
En savoir +

[contact@afadb.fr](mailto:contact@afadb.fr) / [www.afadb.fr](http://www.afadb.fr)

# Le “dernier voyage”, combien ça coûte ?

Événement douloureux, le décès d'un proche apporte son lot de tracasseries logistiques à la famille. Le nombre de démarches à effectuer en un temps réduit est important, et il est parfois difficile de rester dans des prix raisonnables dans un secteur où le manque de concurrence est prégnant. Voici quelques conseils pour s'y retrouver.

**Avant 1990 dans les Antilles, il était impossible pour une personne de se faire incinérer sur place. En effet, la crémation ne fait pas partie des rites et de la culture antillaise. En Guadeloupe, même si l'incinération semble être rentrée dans les mœurs (elle représente près de 18 % des obsèques), le nombre d'incinération reste toujours bien en deçà de la Métropole.**



Lors du décès d'un proche, la première chose à faire, c'est de suivre les dernières volontés du défunt, s'il les a exprimées.

L'inhumation ou la crémation doit obligatoirement intervenir entre les 24 heures et les 6 jours qui suivent le décès. En ce laps de temps très court, il est compliqué de choisir une entreprise de pompes funèbres, d'autant que, non réglementée, la profession exerce des prix libres... et se livre à une guerre commerciale importante.

## Réfléchir et comparer

Trois types d'opérateurs peuvent vous accompagner dans l'organisation des obsèques d'un proche : les régies communales (tarifs fixés par la commune), les entreprises privées (tarifs fixés librement) et les associations.

En moyenne, le coût d'une inhumation oscille entre 1 350 et 6 600 € (hors caveau et concession), quand celui d'une crémation est plus cher d'environ 8 %. Il est donc nécessaire de prendre le temps de réfléchir et de comparer les tarifs et les prestations proposées, sans culpabiliser. Comparer, ce n'est pas mégoter ! Les devis (gratuits) proposés doivent faire

mention des prestations obligatoires (cercueil, mise en bière, transport du corps, inhumation ou crémation stricto sensu), avec les prix TTC de chaque fourniture ou service.

Des prestations non obligatoires peuvent s'ajouter (fleurs, plaque funéraire, organisation du service religieux ou d'une cérémonie, etc.), mais restent à votre discrétion.

## MUTUALITÉ OBSÈQUES +

Membre fondateur du Groupe Entis Mutuelles, la Mutuelle Générale de Prévoyance œuvre chaque jour depuis 1986 pour protéger et rendre ses garanties prévoyance accessibles au plus grand nombre. Elle développe ainsi des solutions innovantes pour faire face à des risques peu fréquents mais dont les conséquences financières peuvent se révéler dévastatrices.

Pour pallier le coût des frais funéraires, la Mutuelle Générale de Prévoyance propose Mut'ualité Obsèques +, qui permet de préserver financièrement ses proches et couvrir les frais d'obsèques. Cette garantie, accessible à toute personne âgée de 18 à 84 ans, sans sélection médicale, prévoit le versement d'une allocation à vos proches, une assistance 24 h/24 et l'option Le Vœu Funéraire qui prend en charge l'organisation des obsèques en respectant vos volontés.

## S'organiser à l'avance

Préparer son départ permet de préserver financièrement ses proches tout en décidant des modalités de ses obsèques. Chaque année, entre 450 000 et 500 000 personnes – en grande majorité des seniors – souscrivent un contrat de prévoyance obsèques.

Près de 5 millions de Français sont ainsi couverts par ces contrats, qui offrent la plupart du temps la mise en place d'un capital fixé dès le départ, pour que les restants puissent financer les obsèques.

L'augmentation du nombre de seniors, la hausse constante du coût des funérailles, les éventuelles difficultés financières des restants expliquent notamment le succès de ces contrats. Ils intéressent d'ailleurs de plus en plus les jeunes actifs, puisque 19 % des 25/35 ans songent à souscrire une assurance obsèques\*.

\*Sondage Opinionway de 2017



## LE CERCUEIL ÉCOLO QUI CARTONNE

L'écologie s'invite désormais à la porte du cimetière avec le cercueil en carton. De plus en plus plébiscité par les Français, celui-ci se présente comme l'alternative écologique et économique au cercueil en bois, encore leader sur le marché. Pourtant, si son usage est autorisé par la loi (arrêté du 12 mai 1998), certains crématoriums les refusent encore, prétextant l'aspect non écologique du carton, qui nécessite un apport de gaz durant la combustion, là où le bois participe à l'apport calorifique de la crémation. La faiblesse des arguments n'arrive pas à masquer tous les avantages du cercueil en carton : plus facilement biodégradable, plus léger, jusqu'à cinq fois moins chers que les cercueils classiques, contenant moins de substances toxiques... Les cercueils en carton ont tout bon, même s'ils menacent un marché estimé à un demi-milliard d'euros.

# Les enjeux sociaux du sport féminin



## EN CHIFFRES

- ▶ Plus de 6 millions de licenciées
- ▶ Haut niveau : 45% des sportifs aux JO de Rio étaient des femmes

**Le rugby réservé aux hommes ?**  
Non, environ 22 000 rugbywomen sont licenciées à la fédération française de rugby.

À l'honneur sur les grandes chaînes de télévision lors de la dernière Coupe du monde, le football féminin s'est invité dans les foyers français. En moyenne, entre 10 et 12 millions de spectateurs se sont délectés du jeu des Bleues. Cependant, le sport féminin reste encore le parent pauvre du sport. Et chez les amatrices, ce n'est guère mieux. Pourtant, inciter les femmes à faire du sport, c'est leur redonner confiance et protéger leur santé.

**M**algré la médiatisation du sport féminin via l'équipe de France féminine de football, le sport masculin est encore surreprésenté dans les médias : 85 % des retransmissions télévisuelles sont consacrées aux sports masculins.

Au quotidien, un nombre croissant de femmes pratique une activité physique régulière... mais elles restent bien moins nombreuses que les hommes. Entre enjeu social et enjeu sanitaire, le sport féminin n'a que des avantages !

## Un pas vers l'égalité ?

Il est loin le temps où on incitait les jeunes filles à pratiquer le sport pour les "préparer et prédisposer [...] aux soins du ménage et aux ouvrages des femmes" (loi de 1882 sur l'Éducation physique). Aujourd'hui, de nombreuses institutions (ONU, UNESCO, Fédérations sportives, ministère du Sport, etc.) s'impliquent, à travers de nombreux programmes, dans la féminisation du sport.

Malgré cela, les stéréotypes de genre ont la peau dure. En France, le taux de féminisation dans le sport est de 37,5 %. Selon l'INSEE\*, « le manque de temps ou la faible médiatisation du sport féminin peuvent expliquer la moindre pratique sportive des femmes ». Si certaines disciplines sont mixtes, les sports dits d'hommes (sports de combat, de contact, de force ou

d'équipe) sont largement surreprésentés par les hommes : à eux le rugby et la boxe, aux femmes la danse et la gym. L'égalité est encore loin. Pourtant, l'engouement pour les Bleues a créé une identification chez les jeunes filles et les femmes qui, de manière exponentielle, se mettent au sport de manière régulière.

## Un enjeu de santé publique

Qu'on se le dise, les femmes peuvent pratiquer tous les sports, de la boxe au rugby, en passant par le tennis ou le hockey. Quels que soient la situation, l'âge, la condition physique ou le niveau sportif, la pratique d'une activité physique est primordiale pour vivre et vieillir en bonne santé, comme le rappelle l'OMS (Organisation mondiale de la santé). En effet, il est recommandé de pratiquer chaque semaine au moins 2 h 30 d'activité physique modérée, ou 1 h 15 d'activité physique intense.

Car le sport, vecteur de confiance en soi, d'épanouissement psychique et social, est également vecteur de santé : il réduit les risques cardiovasculaires (diabète, surpoids, hypercholestérolémie, hypertension artérielle, AVC, etc.), première cause de mortalité chez les femmes, il diminue les risques d'ostéoporose et permet de maintenir son autonomie le plus longtemps possible.

Alors, on attend quoi pour s'y mettre ?



## LE SPORT POUR LUTTER CONTRE L'OSTÉOPOROSE

Douleurs, difficultés à se mouvoir, perte d'indépendance... À partir de la ménopause, la production d'œstrogènes s'arrête et augmente ainsi les risques d'ostéoporose. Pour prévenir cette perte de densité osseuse et les fractures dues à cette maladie, le sport est l'atout numéro 1 !

### ▶ Le sport densifie les os

Les os des sportifs sont en moyenne 20 % plus denses que ceux des sédentaires. Un entraînement sportif régulier permet aux os de gagner en densité, ce qui réduit de manière significative les risques de fracture.

### ▶ Le sport développe les muscles

Pour protéger les os, il faut des muscles solides. Le sport, et notamment la musculation, les fait travailler, créant une sorte d'amortisseur de l'os en cas de chute.

### ▶ Le sport améliore la coordination

L'exercice physique améliore considérablement la coordination et l'équilibre. De fait, il réduit les risques de chute et donc de fracture.

# IVG, un droit toujours menacé

Quarante-quatre ans après la Loi Veil, qui légalisait l'avortement, le droit à l'IVG est toujours menacé dans le monde entier. Droit fondamental des femmes, l'avortement reste un sujet polémique, à la fois sociétal, religieux, politique mais aussi médical et sanitaire. Pourtant, restreindre ce droit met en danger les femmes : dans le monde, une femme meurt toutes les neuf minutes d'un avortement clandestin. Face à ces enjeux, il est plus que nécessaire de défendre ce droit en péril.



**L'artiste C215 a peint plusieurs portraits de Simone Veil à l'occasion de son entrée au Panthéon. Régulièrement profanés tant par antisémitisme que par refus de l'IVG, l'artiste réalise ces portraits, afin de rappeler sans cesse l'héritage féministe et pacifiste de Simone Veil.**

Pour l'Organisation mondiale de la santé (OMS), la grossesse devient une violence dès lors qu'elle n'est pas désirée. Pourtant, nombreux sont les pays qui ne reconnaissent pas aux femmes le droit d'avorter en toute sécurité. Selon l'OMS, 25 millions d'avortements non sécurisés sont pratiqués chaque année dans le monde.

## Les «pro-vie» font pression

Définitivement acquis, le droit à l'IVG ? Pas vraiment, tant ses opposants sont légion et organisés. Aux États-Unis, il est interdit en Alabama, tandis que d'autres États (Missouri, Géorgie, etc.) restreignent drastiquement son accès, bien que le droit d'avorter soit constitutionnellement légal.

L'Europe n'est pas en reste en matière de conservatisme : à titre d'exemples, l'Espagne avait pour projet, désormais abandonné, de restreindre le droit à l'avortement, et en Italie, plus de 80 % des médecins invoquent la clause de conscience pour refuser de pratiquer des IVG. En France, le président du SYNGOF (Syndicat des gynécologues obstétriciens de France) déclarait en 2018 ne pas être «là pour retirer des vies», et les groupes anti-avortement pullulent, notamment sur Internet et les réseaux sociaux, où ils trompent les femmes en entravant leur choix. Partout dans le monde, ces groupes défendent un droit à la vie pour l'enfant à naître, au mépris de la vie et de la santé de la mère.

## Un enjeu de santé publique

Si la médecine moderne a rendu, dans les pays occidentaux, les IVG (par voie médicamenteuse

et chirurgicale) sûres, en restreindre l'accès peut avoir des conséquences graves sur la santé des femmes. Interdire l'IVG augmente les risques d'anxiété et de dépression, alors que l'autoriser ne comporte pas de risque de maladie mentale. Pourtant, en France, les femmes ayant décidé d'avorter parlent en majorité de «parcours du combattant». Elles évoquent le manque d'écoute de la part des professionnels de santé, les difficultés à trouver un médecin ou une structure dans les délais, les fermetures des centres pratiquant l'IVG (ces 15 dernières années, 130 centres ont fermé), etc.

Alors que l'IVG est remboursé depuis 1983 par la Sécurité sociale, il devient de plus en plus compliqué d'y accéder. En cause, les réformes

qui ont décidé de mutualiser les moyens hospitaliers, handicapant de fait les femmes vivant à la campagne. Le 14 juillet dernier, le député PS Luc Carvounas dénonçait dans une tribune, cosignée par 49 autres élus, l'affaiblissement des services publics, et l'impact délétère sur ce droit fondamental.

## Mon corps, mon choix

L'utérus des femmes est au centre de nombreuses luttes de pouvoir, principalement menées par des hommes. Or, est-il utile de rappeler que «les femmes sont des citoyennes à part entière et doivent être reconnues comme telles dans leurs droits», comme le précise Véronique Séhier, coprésidente du Planning familial ? Elles peuvent décider librement de ce qu'elles font de leur corps, «sans pression, sans jugement, sans désinformation», ajoute Marisol Touraine, ancienne ministre de la Santé à l'origine de la campagne «Mon corps, mon choix, mon droit» en 2015. Lorsqu'elles veulent interrompre leur grossesse, pour quelque raison que ce soit, la société doit leur en donner les moyens, dans les meilleures conditions.

Simone de Beauvoir disait : «N'oubliez pas qu'il suffira d'une crise politique, économique ou religieuse pour que les droits des femmes soient remis en question». À nous tous de rester vigilants et de défendre cette conquête politique, démocratique et laïque.



En savoir +

[www.ivg.gouv.fr](http://www.ivg.gouv.fr) / 0 800 08 11 11  
[www.planning-familial.org/fr](http://www.planning-familial.org/fr)



## LE PLANNING FAMILIAL, POUR L'ÉDUCATION POPULAIRE

Mouvement féministe et d'éducation populaire créé en 1956, le Planning familial « défend le droit à l'éducation à la sexualité, à la contraception et à l'avortement » et milite pour l'égalité femmes-hommes. En 2017, partout en France, plus de 390 800 personnes ont été accueillies dans le réseau de permanences, et près de 130 000 jeunes de moins de 18 ans ont participé à des séances d'éducation à la sexualité. Au quotidien, les salariés et bénévoles du Planning font mouvement et œuvrent pour informer et garantir l'égalité d'accès aux droits, à un moment où les droits acquis se fragilisent et les politiques publiques sont clairement insuffisantes. Dans le Loiret, ses salariés, couverts pour leur complémentaire santé par la Mutuelle de France Unie, font action d'information et d'éducation auprès d'un public jeune. Dans les trois permanences du département, la prévention et l'écoute sont au cœur des actions, l'égalité, l'émancipation et la liberté étant les valeurs centrales du projet de société du Planning.

# Sans gluten : des dérives difficiles à digérer ?



## Des produits bénéfiques... pour le porte-monnaie des industriels!

La production de produits sans gluten est restée longtemps très coûteuse, en raison du peu d'acteurs présents sur ce marché extrêmement confidentiel.

Les méthodes de fabrication et les contrôles, plus stricts, certains ingrédients, plus chers, imposaient des coûts de production et donc des prix de vente élevés.

Avec l'emballement des consommateurs pour le sans gluten, on aurait pu penser que la concurrence ferait baisser les prix. *Que nenni!* Les aliments sans gluten sont jusqu'à sept fois plus chers que les classiques! Au risque même de frôler l'arnaque, puisque les allégations "sans gluten" fleurissent sur le packaging de produits qui n'en ont jamais contenu...

Alors, avec ou sans gluten, un produit ultra-transformé n'est pas la panacée en matière de nutrition. Mieux vaut donc privilégier les produits bruts que l'on cuisine soi-même.

Censés améliorer la santé et associés à un mode de vie sain, les produits sans gluten sont de plus en plus plébiscités par les Français... même lorsqu'ils ne sont pas allergiques au gluten! En effet, seul 1% de la population souffre de maladie cœliaque (intolérance au gluten au niveau de la muqueuse intestinale), alors qu'ils sont plus de 4 millions à suivre ce régime. Juteux filon pour l'industrie agroalimentaire, puisqu'un nombre croissant de marques propose des produits sans gluten. Enquête sur le boom du "sans gluten".

**L**e gluten, origine de tous les maux? Pour près de 6 millions de personnes, qui s'estiment intolérantes à cette protéine, la réponse est clairement « oui ».

Si l'homme mange du blé depuis des milliers d'années, force est de constater que, depuis quelques décennies, cette céréale est de plus en plus difficile à digérer. La cause? Le blé d'aujourd'hui est beaucoup plus riche en gluten que celui d'hier et notre organisme doit assimiler une dose beaucoup plus importante de gluten qu'auparavant. Ce constat a mené à un engouement des consommateurs pour les produits sans gluten, engouement que les industriels se sont empressés d'exploiter en proposant des rayons entiers de nouveaux produits sans gluten... mais qui n'ont rien de sain!

## Plus gras, plus sucrés et moins sains

Les ventes de produits transformés sans gluten augmentent exponentiellement depuis quelques années, et le nombre de marques en proposant a été multiplié par cinq depuis 2012.

Mais pour combler l'absence de gluten, les industriels ont tendance à compléter leur "formule" par de nombreux additifs, pour épaissir, faire gonfler, rehausser le goût.

Les valeurs nutritionnelles affichées sur ces produits sont édifiantes: davantage d'ingrédients et d'additifs, davantage de sucres et de graisses, mais moins de protéines.

L'index glycémique de ces produits est plus élevé (dû notamment aux farines utilisées, comme celle de maïs ou de riz) et ils se digèrent bien plus rapidement que les produits conventionnels. Ils augmentent donc de manière plus brutale la sécrétion d'insuline et la glycémie, engendrant un stockage important de l'organisme, une prise de poids, voire des risques de diabète de type 2.



## LA MALADIE CŒLIAQUE, QU'EST-CE QUE C'EST ?

La maladie cœliaque est une intolérance au gluten, au niveau de la muqueuse intestinale. Il s'agit d'une maladie auto-immune, c'est-à-dire que le système immunitaire de la personne allergique s'active dès qu'elle absorbe du gluten. Les anticorps produits pour lutter contre l'agression conduisent de fait à la destruction de la paroi de l'intestin, engendrant une malabsorption des nutriments essentiels à la bonne santé (fer, calcium, acide folique). La maladie se manifeste par de la fatigue, des ballonnements, des crampes, des diarrhées, etc. Mais seuls une biopsie de la paroi intestinale et un test sanguin peuvent confirmer ce diagnostic. L'unique remède connu à ce jour? La suppression complète du gluten de l'alimentation, non sans mal, puisque ce régime restrictif est souvent compliqué à conjuguer avec la vie de tous les jours.



En savoir +

Association française des intolérants au gluten :  
[www.afdiag.fr](http://www.afdiag.fr)

# L'agroécologie, pour nourrir les humains



D'ici 2050, nous devrions être près de 10 milliards d'humains à peupler la Terre. Mais comment nourrir ce monde si nous faisons perdurer nos modes de vie ? Un rapport du World Resources Institute de décembre 2018 préconise des changements radicaux dans notre alimentation, ainsi qu'une révolution dans l'agriculture et l'élevage. L'objectif est de préserver les ressources naturelles qui nous sont offertes... mais aussi de créer du lien là où l'agro-business le délite.

Le dernier rapport de l'ONU, "Perspectives de la population dans le monde", est clair : nous serons près de 10 milliards d'êtres humains sur Terre en 2050, contre 7,7 milliards aujourd'hui. Et cela n'est pas sans conséquences pour la planète. En effet, l'agriculture, l'élevage, la pêche créent une pression sur les milieux naturels et les écosystèmes. Pour nourrir tout le monde sans aggraver la pauvreté, sans accélérer la déforestation et sans augmenter nos émissions, il va falloir rapidement amorcer des changements majeurs.

## Contre l'agriculture intensive et destructive

On le sait, le modèle actuel d'agriculture intensive n'est pas là pour nourrir la population mondiale, mais pour enrichir quelques-uns au mépris des conditions de vie du plus grand nombre.

La libéralisation des denrées alimentaires a conduit à la destruction des ressources naturelles et des écosystèmes, mais également à l'équilibre social et économique d'une part importante de la population.

Pour Olivier De Schutter, rapporteur spécial des Nations unies pour le droit à l'alimentation entre 2008 et 2014 : « si on généralise l'agro-écologie sur la planète, en dix ans, on double la production alimentaire des nations, en réduisant la pauvreté rurale et en apportant des solutions au changement climatique ».

Respectueuse de la nature et des espèces animales – dont les humains ! – l'agroécologie permet de concilier une production responsable de denrées alimentaires tout en minimisant son impact sur l'environnement.

## Pas de remède miracle, mais des solutions

Changer le contenu de nos assiettes passera nécessairement par un changement de production des denrées alimentaires au niveau mondial. En améliorant notre alimentation, il est possible d'améliorer les problèmes environnementaux que nous subissons.

Pour gagner en productivité tout en préservant notre planète – la seule que nous ayons ! –, il faut à peu près tout revoir.

En premier lieu, comprendre le sol et le climat : bon nombre de cultures ne sont pas adaptées au milieu dans lequel elles sont produites. Vouloir produire des dattes à Dunkerque est insensé !

Ensuite : supprimer les pesticides, réintroduire de la biodiversité et restaurer les milieux naturels.

Enfin : ne pas augmenter les surfaces agricoles et stopper la déforestation...

Les pistes sont simples mais pourtant radicales. Et de cette reconstruction des systèmes agricoles découlera une reconstruction du système alimentaire local, bénéficiant à la fois aux consommateurs et aux producteurs.



## LE BONHEUR EST DANS LES MICRO-FERMES

Dans le monde, 70 % de l'alimentation est produite par des petites fermes familiales, qui occupent moins d'un quart des terres\*. Ces micro-fermes sont « vitales pour résoudre le problème de la faim » qui touche plus de 800 millions de personnes à travers la planète, précise José Graziano da Silva, directeur général de la FAO (Organisation des Nations unies pour l'alimentation et l'agriculture). Cet accès à une agriculture paysanne et locale est indispensable pour replacer l'Homme au cœur de son environnement, pour autonomiser les populations dans le respect des écosystèmes, et pour valoriser le rôle des producteurs et des agriculteurs dans la société.

\*Source : FAO 2014 - INSEE 2009

# Tatouages, un choix... à vie !

Si le tatouage existe depuis des millénaires, force est de constater qu'il s'est largement démocratisé depuis quelques années, au point que près de 15 % de la population française et 25 % des moins de 30 ans sont tatoués... Les ados ne sont pas en reste, puisqu'un nombre croissant réclame ces ornements. Pourtant, se faire tatouer est loin d'être anodin et mérite réflexion.

Stars du foot, de la télévision ou de la chanson, toutes sont désormais tatouées. Loin d'être marginalisé, le tatouage est en vogue et on le rencontre dans la rue, dans les médias et sur les réseaux sociaux, si chers aux ados. Les risques sont pourtant bel et bien là : risques sanitaires, mais aussi risques de regretter le motif.

## Quitter l'enfance... et le regretter

Longtemps considéré comme étant l'apanage des marins et des mauvais garçons, le tatouage a gagné du terrain, notamment chez les jeunes qui y voient une manière de se différencier. Se faire tatouer signifie alors : « *je ne suis plus un enfant, je peux faire mes propres choix quant à mon propre corps* ».

Mais se faire tatouer reste une décision importante, que l'on ne fait pas sur un coup de tête. Indélébile, les motifs à la mode aujourd'hui



ne le seront certainement plus dans dix ou vingt ans... Il n'y a qu'à regarder nos looks d'il y a dix ans pour s'en convaincre!

Ainsi, avant de se lancer à la va-vite, mieux vaut mûrir son projet, et attendre la majorité.

## Des risques sanitaires

Encres toxiques, risques d'infections, motifs déformés par un corps qui se transforme... Les désagréments liés aux tatouages ne sont pas à prendre à la légère. Ce n'est pas pour rien qu'une autorisation parentale est obligatoire pour les mineurs!

Se faire tatouer fait mal et peut donner lieu à des infections, pouvant s'avérer graves si les conditions d'hygiène et les soins à faire après ne sont pas respectés. En effet, les milliers de piqûres du tatouage percent la peau ; cette brèche dans la barrière cutanée peut être la porte d'entrée à des bactéries (dont le staphylocoque) et certains virus transmissibles par le sang (VIH, hépatites, etc.).

## LES ENCRE DE TATOUAGE SONT-ELLES INOFFENSIVES ?

Lors d'un tatouage, l'encre est déposée entre le derme et l'épiderme par le dermatographe, la machine utilisée par les tatoueurs. À l'origine issues de pigments naturels – mais qui résistaient mal au temps –, ces encres sont désormais composées de substances chimiques potentiellement dangereuses, qui n'ont pas été conçues pour un usage chez l'homme. Le paraphénylénédiamine, connu pour son effet allergisant dans les tatouages temporaires au henné et longtemps présent dans l'encre noire des tatouages, est interdit par l'UE depuis 2005. Mais pour les autres couleurs, le rouge en tête, la composition reste encore problématique, selon un rapport de l'Académie nationale de pharmacie datant de 2017. Hydrocarbures, métaux lourds, nanoparticules... Pour 6 à 10 % des tatoués, cette décoration corporelle tourne au cauchemar, à cause, notamment, d'allergies parfois graves. L'Académie de pharmacie préconise donc des études toxicologiques systématiques sur les encres, dont la toxicité est fortement probable.

## Bienvenue aux urgences

Jean-Marie Godard  
(Éditions Fayard - 18 €)

Alors que nous sommes près de 20 millions à pousser la porte des urgences par an, celles-ci débordent, survivent, explosent. Les services d'urgences sont les premiers à pâtir des nombreuses réformes de la santé, qui préfèrent la rentabilité à l'humain, et de certaines évolutions sociétales (disparition du médecin de famille, vieillissement de la population, etc.). L'auteur s'est immergé pendant un an au cœur des urgences. Il retrace dans cet ouvrage le parcours et les sentiments de ceux qui, malgré les énormes dysfonctionnements, continuent de protéger la santé des Français.

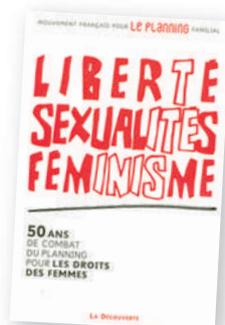


## Liberté, sexualités, féminisme :

50 ans de combat du Planning pour les droits des femmes

Isabelle Friedmann  
(Éditions La Découverte - 25 €)

En 1956, le Mouvement français pour le Planning familial commence son combat pour rendre aux femmes la maîtrise de leur corps. Après la lutte pour la légalisation de la contraception dans les années soixante, vint le combat pour l'avortement. Le Planning n'hésite pas à pratiquer dans ses permanences des avortements clandestins, souhaitant faire pression pour obtenir sa légalisation. Aujourd'hui, les membres du Planning familial poursuivent leur lutte contre les dominations masculines, pour que les femmes vivent égales et libres.

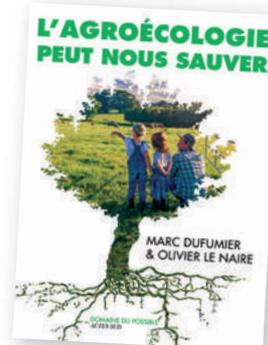


## L'agroécologie peut nous sauver

Olivier Le Naire et Marc Dufumier

(Éditions Actes Sud - 18,50 €)

Spécialiste reconnu de l'agroécologie, Marc Dufumier explique en quoi cette agriculture paysanne et respectueuse de l'environnement est une réponse globale, concrète et réalisable aux problèmes environnementaux et de santé publique que nous devons d'ores et déjà affronter. Pour nourrir les 10 milliards d'humains que nous serons en 2050, il nous faudra changer radicalement de modes de production et de consommation, loin des lobbys industriels.



POUR LIMITER L'IMPACT DES RISQUES  
DANS NOS VIES,  
UNE SEULE SOLUTION : PRÉVOIR !



1 mois  
offert\* !

PARCE QUE LES FRAIS FUNÉRAIRES  
ONT UN COÛT DE PLUS EN PLUS ÉLEVÉ,  
MUT'UALITÉ OBSÈQUES+ VOUS PROPOSE :

- + Une **allocation forfaitaire** de 1 000 € à 8 000 € par tranche de 1 000 €.
- + Un **versement** de la différence aux ayants droit si le montant des frais d'obsèques est inférieur au montant de l'allocation souscrite.
- + Une **assistance 24h/24** comprenant : rapatriement du corps, assistance aux proches lors du décès.
- + En option : le **Vœu Funéraire** qui prend en charge l'organisation de vos obsèques en respectant vos volontés.

SOUSCRIPTION EN LIGNE EN QUELQUES CLICS  
[www.mgprev.fr](http://www.mgprev.fr) - 09 87 87 01 01



Le gagnant du n°86 est M. **Philippe Monneret**, adhérent de la Mutuelle de France Unie

## JEU CONCOURS BONNE SANTÉ MUTUALISTE N°87

### GAGNEZ UN SÉJOUR DANS UN VVF VILLAGES 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 un court séjour dans un VVF Villages !

- 1) Combien d'humains serons-nous d'ici 2050 ?  
 9 milliards     10 milliards     11 milliards
- 2) En quelle année la campagne "Mon corps, mon choix, mon droit" a-t-elle été créée ?  
 2015     2017     2019
- 3) Comment s'appellent les ateliers organisés par le WECF ?  
 Home and Health     La Santé à la Maison  
 Ma Maison Ma Santé
- 4) Que signifie l'acronyme IARD ?  
 Incendie, accidents, risques divers  
 Institut d'accidentologie et des risques divers  
 Institut des addictions sur les risques de la drogue
- 5) Depuis quand le cercueil en carton est autorisé en France ?  
 1998     2002     2008

Pour participer, retournez le coupon avant le 29 novembre 2019 inclus à l'adresse suivante :

Jeu concours Bonne Santé Mutualiste n°87 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 : \_\_\_\_\_