

De nous à vous



Les mutuelles doivent sans cesse adapter leurs services aux nouveaux besoins de santé des adhérents.

Forte de son action en matière de prévention, la Mutualité Française, à laquelle nous adhérons, est en phase avec plusieurs mesures de santé publique dont la généralisation de la vaccination et l'augmentation du prix du tabac, deux mesures qui concourent à la nécessaire révolution de la prévention et à la mutation du système de soins vers un système de santé. Elle est engagée aussi aux côtés des pouvoirs publics pour soutenir toutes les mesures qui permettront de relever les défis liés à la transition démographique, au progrès médical et aux évolutions technologiques. La Mutualité Française se lance dans les expérimentations de téléconsultation, de télémedecine ou d'initiatives ambulatoires proposées dans le texte de loi.

Naturellement, nous suivons les négociations avec les professionnels de santé sur ces sujets et notamment celles portant sur l'engagement conventionnel des dentistes quant à leurs modalités de remboursement des soins courants et des prothèses, sur l'application du tiers payant généralisé, du reste à charge zéro et de la lisibilité des contrats entre les complémentaires santé et la CNAM. Cette feuille de route représente les objectifs fixés dans les deux années à venir.

De son côté, la Mutuelle Société Générale souhaite faire évoluer son offre avec une amélioration des prestations santé et la mise en place d'une surcomplémentaire facultative. Nous aurons l'occasion d'en reparler dans nos prochains numéros de *l'Essor mutualiste*. ■

Jean-Charles Échard, Président

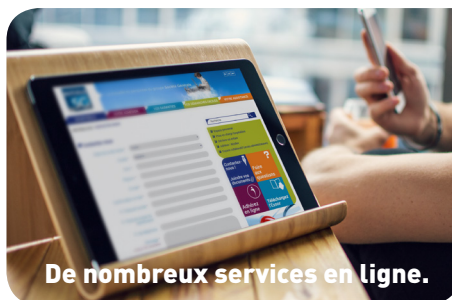
A la une

La dématérialisation dans votre vie quotidienne avec la Mutuelle

Par les services en ligne, la Mutuelle encourage le **zéro papier** pour les raisons suivantes :

- Diminution des temps de traitement
- Réduction des frais de gestion payés sur les cotisations (réduction des impressions papier et des frais postaux)
- Diminution de notre empreinte carbone
- Amélioration de la traçabilité.

Une nouveauté ! Dans votre espace personnel, retrouvez les certificats d'adhésion, l'échéancier de paiement des cotisations, les prises en charge hospitalières, les devis. Seule la carte de tiers payant est adressée par voie postale. Vous ne recevez plus de papier, une notification par e-mail est envoyée sur votre adresse de messagerie dès qu'un courrier est déposé dans votre espace personnel. Deux types de notifications sont adressés, relevés de prestations et autres courriers. Depuis votre espace personnel, vous téléchargez votre document et l'imprimez si vous le souhaitez.



De nombreux services en ligne.

Vous avez la possibilité de ne pas opter pour la dématérialisation de vos courriers en désactivant l'option dans l'onglet "Profil/Mes notifications".

De nombreux services en ligne

Lorsque vous vous rendez dans votre espace personnel, vous pouvez aussi :

- Suivre vos remboursements et consulter vos relevés
- Visualiser votre contrat
- Trouver un professionnel de santé
- Accéder au réseau d'audioprothésistes et opticiens
- Prendre connaissance de vos courriers et les télécharger.



Un site fluide et intuitif !

Pour créer votre compte, munissez-vous de votre code d'accès (numéro adhérent situé en haut à droite de votre carte d'adhérent) et allez sur www.mutuelle-sg.com, onglet Espace personnel.

Dépôt en ligne de documents : gagnez du temps !

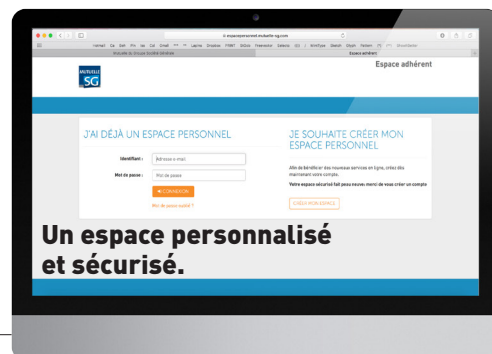
Bien plus rapide et plus sûr qu'un envoi postal, vous pouvez déposer vos justificatifs et factures dans votre espace internet. Aussi simple qu'un clic !

Les étapes pour déposer un document en ligne :

- Connectez-vous sur le site
- Cliquez sur le formulaire "Contactez-nous" et/ou "Joindre vos documents"
- Remplissez le formulaire et déposez vos documents. ■

Astuce !

Posez vos questions par e-mail
Une question par message et un envoi par demande.



Un espace personnalisé et sécurisé.

Lutter contre le tabagisme, une campagne de plus en plus prise en compte par le gouvernement

Après la mise en place du mois sans tabac, la hausse du prix du tabac est une priorité pour la ministre de la Santé. L'objectif est d'atteindre progressivement 10 euros d'ici à fin 2020. Après un premier relèvement dans les prochaines semaines, le paquet augmentera d'un euro en mars 2018, de 50 centimes en avril et en novembre 2019, de 50 centimes en avril 2020 et de 40 centimes en novembre 2020. Cette mesure de santé publique, que nous soutenons pleinement, vise à diminuer sensiblement le nombre de fumeurs. Le calendrier de hausses des prix sur trois ans permet aux fumeurs de se préparer, de trouver les moyens d'arrêter de fumer. Pour rappel, la Mutuelle propose un forfait de 150 euros par année civile, sur prescription médicale pour le sevrage tabagique (patchs, gommes, pastilles... sauf la cigarette électronique). ■

Francetvinfo.fr, le 04/11/2017,
et Europe 1, le 13/10/2017

21^e édition de la Journée nationale de l'audition sur le thème "Acouphènes et hyperacousie : fléaux du 21^e siècle ?"

La Mutuelle Société Générale soutient l'événement qui se tiendra le 8 mars prochain partout en France : www.journee-audition.org/la-campagne/vous-etes-acteurs-de-la-campagne/les-participants.html. Les professionnels et les associations du domaine de l'audition vous attendront pour des tests auditifs, des stands d'information, des conférences, etc. En 2014, une première évaluation des acouphènes a été réalisée par l'association JNA, organisatrice de l'événement, grâce à une enquête réalisée avec l'institut IFOP. Elle révélait que 16 millions de Français ressentent des acouphènes de temps à autre, dont 12 millions en permanence. Toutes les tranches d'âges étaient concernées. ■

www.journee-audition.org



Comment faire pour que nos enfants mangent de tout ?

Votre enfant se nourrit exclusivement de jambon et de frites ? Pas de panique : il n'est jamais trop tard pour lui faire apprécier de nouveaux saveurs. Même si le plus tôt est toujours le mieux !



Dès la treizième semaine de grossesse, avant de naître, le bébé "découvre" les aliments absorbés par sa mère via le liquide amniotique. Et il manifeste déjà ses préférences pour le gras et le sucré. L'enfant développe le goût grâce aux aliments absorbés par sa mère. Lorsqu'il vient au monde, il continue à expérimenter grâce au lait maternel qui reflète les saveurs de l'alimentation de la maman. Après six mois, les parents doivent diversifier son alimentation afin d'habituer l'enfant à différents aliments.



La néophobie alimentaire s'appuie par le rejet de l'assiette, le tri des aliments, le détournement de la tête, cracher, et mâcher longuement.

Les enfants présentent une période de néophobie alimentaire de 2 à 10 ans. Lors de cette période, les enfants développent un sentiment de peur face à de nouveaux aliments. La plupart d'entre eux ont une réticence à la découverte de nouveaux mets, pour eux tout nouvel aliment est mauvais. La néophobie alimentaire s'appuie par le rejet de l'assiette, le tri des aliments, le détournement de la tête, cracher, et mâcher longuement. Pour vous éviter le gaspillage alimentaire et pour que votre enfant puisse goûter à tout, voici quelques conseils de la part de Lauriane Barelli, conseillère en nutrition.

- N'hésitez pas à proposer plusieurs fois à votre enfant un aliment avant qu'il ne l'apprécie
- Ne marchandez pas autour de la nourriture
- Ne forcez jamais votre enfant à finir son assiette s'il n'a plus faim
- Préparez la cuisine en sa compagnie avec un menu adapté à son âge
- Ne lui laissez pas le choix pour les repas
- Ne prévoyez pas un second repas
- Soyez exemplaire et mangez la même chose que lui
- Soignez la présentation de vos repas, ça y gagne beaucoup.

Lorsque votre enfant déjeune en collectivité (crèche, école, etc.), il devient plus facile de lui faire apprécier de nouveaux aliments et de l'habituer. C'est un environnement favorable pour diminuer la néophobie alimentaire. En présence d'autres enfants et d'adultes "modèles", il fait plus d'effort. Environ trois quarts des enfants de 2 à 10 ans traversent cette période de néophobie. On attribue la plupart du temps cette période avec celle du "Non" de la petite enfance. Cela peut s'expliquer aussi par un changement d'environnement, la recherche d'autonomie et de sécurité, car un enfant a besoin de stabiliser son univers. Il est important de réaliser que les enfants ne sont pas "difficiles", mais qu'ils traversent une phase normale dans le développement du goût. ■

Lettre de Priorité Santé Mutualiste, décembre 2017



Lyme : une maladie parfois grave et pourtant négligée

La maladie de Lyme est une maladie infectieuse due à une bactérie (*Borrelia burgdorferi*), transmise à l'homme par l'intermédiaire d'une piqûre de tique infectée. Si elle n'est pas diagnostiquée et traitée à temps par des antibiotiques, elle peut donner lieu à des formes sévères et invalidantes. Elle se contracte le plus souvent lors d'une balade en forêt, d'une randonnée ou d'un déjeuner sur l'herbe. Cette pathologie concernerait « plus d'un million de personnes en Europe », estime le professeur Christian Perronne, chef du service des maladies infectieuses à l'hôpital Raymond-Poincaré de Garches (Hauts-de-Seine).

Érythème migrant

« Le premier symptôme de la maladie peut apparaître quelques jours après la morsure sous la forme d'un érythème migrant, mais ce n'est pas systématique », explique le professeur Perronne. Le plus souvent, cette rougeur sous forme de cocarde va grossir, puis disparaître (elle peut aussi persister longtemps). L'érythème peut brûler, démanger ou ne pas être douloureux. Des antibiotiques doivent être prescrits sans attendre, pendant deux à trois semaines,

ce qui réduit considérablement le risque de développer les formes sévères de la maladie. Cela dépend aussi beaucoup de la qualité du système immunitaire des personnes infectées. Certaines auront



La maladie de Lyme se contracte le plus souvent lors d'une balade en forêt, d'une randonnée ou d'un déjeuner sur l'herbe.

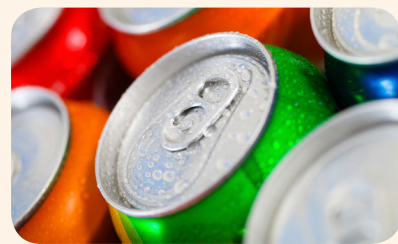
des formes bénignes (articulations douloureuses, fatigue), mais parviendront à contrôler la maladie. D'autres seront plus gravement touchées par les stades secondaire et tertiaire qui évolueront en quelques mois ou en plusieurs années. La maladie de Lyme se manifestera alors par des formes invalidantes avec des maux de tête terribles, des problèmes ophtalmologiques, des troubles cardiaques, des paralysies, des méningites...

Que faire en cas de morsure ?

Regardez sur les zones de plis du corps (aisselle, intérieur des coudes, derrière les genoux) et sur le cuir chevelu. Dès que vous repérez une tique, enlevez-la le plus rapidement possible. Vous pouvez la retirer avec un tire-tique, une pince à épiler ou, à défaut, les ongles. Désinfectez ensuite la zone de la morsure avec de l'alcool ou un autre antiseptique. Surveillez pendant quelques semaines. ■

Delphine Delarue,
France Mutualité n° 559

Une animation "Prévenir et alerter sur la maladie de Lyme" se tiendra à Nantes, le 20 mars, au sein de Société Générale dans les locaux de SGSS SECURITIES SERVICES.



La taxe de soda évolue

La mise en place d'une progressivité de la "taxe soda", instaurée en 2013 (Art. 13 bis du PLFFS 2018) vise à transformer la contribution uniforme basée sur la présence de sucre dans les boissons en une contribution progressive (fixation de seuils), fonction de la proportion de sucres. La taxe soda sera ainsi augmentée dès lors qu'une boisson présentera plus de cinq grammes de sucres par 100 millilitres. Elle sera multipliée par deux au-dessus de huit grammes et par trois au-dessus de dix grammes. Cet ajustement, voté en octobre 2017 par les députés, permettrait de réduire la consommation de boissons sucrées des Français. ■

placedelasante.mutualite.fr/plfss-2018



Augmentation du forfait hospitalier de 2 euros

La Mutuelle couvre la totalité du forfait journalier hospitalier pour la médecine et la chirurgie obstétrique, ainsi que pour les soins de suite et de réadaptation, dont le montant fixé par arrêté ministériel est passé de 18 euros à 20 euros. Ce forfait hospitalier lors d'un séjour en service psychiatrie est passé de 13,50 à 15 euros. ■

placedelasante.mutualite.fr/plfss-2018



Prise en charge à 100 % du dépistage du cancer pour les femmes dès 25 ans

Le 27 octobre dernier, l'Assemblée nationale a voté la prise en charge à 100 % par l'Assurance maladie des frais liés à une consultation unique de prévention du cancer du sein et du col de l'utérus pour les assurées de 25 ans. À cet âge, le cancer n'est pas la préoccupation majeure des jeunes femmes. Mais, mieux informées avant 30 ans, elles pourraient prévenir l'apparition de

tumeurs plus importantes par la suite. En France, les cancers du sein et du col de l'utérus sont la première cause de mortalité chez la femme. Cette prise en charge a pour objectif de lever les éventuels freins financiers et de garantir un égal accès des jeunes femmes à une consultation unique de prévention. ■

www.francetvinfo.fr

Renouvellement du tiers du Conseil d'administration

Vous souhaitez vous investir dans la vie de votre Mutuelle. Pour cela, vous pouvez présenter votre candidature au poste d'administrateur. En effet, la Mutuelle est administrée par un Conseil composé de 24 administrateurs. Le renouvellement du Conseil d'administration a lieu par tiers tous les deux ans ; il sera renouvelé, cette année, lors de la prochaine Assemblée générale de juin. Pour être éligibles au Conseil d'administration, les membres doivent :

- être âgés de 18 ans révolus ;
- ne pas avoir exercé de fonction de salarié au sein de la Mutuelle au cours des trois années précédant l'élection ;
- n'avoir fait l'objet d'aucune condamnation dans les conditions énumérées à l'article L.114-21 du Code de la Mutualité.

L'Assemblée générale devant se tenir, sauf modification ultérieure, au plus tard le 26 juin 2018, les inscriptions doivent être reçues avant le 19 avril, à l'adresse suivante : Mutuelle du personnel du Groupe Société Générale, 75886 Paris Cedex 18. Le courrier de candidature devra mentionner expressément que le candidat répond bien aux conditions d'éligibilité requises par les statuts de la Mutuelle (Article 19) et du Code de la Mutualité française. ■

Pourquoi préférer un opticien et un audioprothésiste de notre réseau Kalivia ?

La Mutuelle Société Générale met à votre disposition les services d'un réseau de soins conventionné pour vous permettre de bénéficier d'un reste à charge modéré, voire nul, ainsi que des équipements de qualité chez les opticiens et audioprothésistes agréés par Kalivia. La pratique de la dispense d'avance de frais est systématique. Le réseau audio, c'est 3 450 centres partenaires de Kalivia. Le réseau optique est représenté par 5 200 centres d'optique partenaires. Retrouvez la liste des professionnels de santé dans "Votre espace personnel", rubrique "Votre réseau d'audioprothésistes et opticiens". ■

Réflexe santé



Les vaccins : nouvelles obligations

Pour faire face à la réapparition d'épidémies, la Concertation citoyenne a émis, en 2016, une recommandation concernant la couverture vaccinale chez les enfants. Dès juillet 2017, le ministère de la Santé décidait d'élargir l'obligation vaccinale à huit vaccins supplémentaires pour les enfants âgés de moins de 18 mois.

À partir du 1^{er} janvier 2018, tous les enfants de moins de deux ans doivent se faire vacciner, en plus des trois vaccins déjà imposés. Si les vaccins ne sont pas effectués, les enfants ne pourront pas fréquenter les collectivités ni être gardés par une nourrice agréée. Les parents pourront être sanctionnés. Les enfants devront être vaccinés contre 11 maladies en 10 injections (lire tableau ci-dessous). Ces vaccins, déjà recommandés et inscrits sur le calendrier vaccinal, sont remboursés dans l'intégralité, dont 65 % pris en charge par l'Assurance maladie et 35 % par la Mutuelle.

À partir de juin 2018, les parents qui ne feront pas vacciner leurs enfants, encourront, selon le code pénal, deux ans de prison et 30 000 € d'amende sous dépôt de plainte.

Aussi, les parents qui utiliseraient de faux certificats médicaux attestant de la vac-

cination obligatoire, risqueraient trois ans de prison et 45 000 € d'amende. Quant au prescripteur, il peut être radié de l'ordre des médecins et est passible de cinq ans de prison et 75 000 € d'amende. Le tout n'est pas de faire peur aux parents, ni de sanctionner, mais d'avoir confiance dans la vaccination.

Il est important de se faire vacciner et de respecter le calendrier vaccinal qui reste le moyen de prévention le plus efficace pour lutter contre les maladies infectieuses graves. L'utilité du vaccin est de se protéger et de protéger les autres, surtout les personnes les plus fragiles.

La France reste l'un des six pays européens où la rougeole circule encore. Pour l'éliminer, il faudrait que 95 % de la population de moins de deux ans soit vaccinée avec deux doses. ■

Lettre Priorité Santé Mutualiste, décembre 2017

Vaccins	Âge de l'enfant	Rappel vaccins
Diphtérie, tétanos, polio, coqueluche, méningite et hépatite B + pneumocoque	2 à 4 mois	11 mois
Méningite à méningocoque C	5 mois	12 mois
ROR (rougeole, oreillons, rubéole)	12 mois	16 à 18 mois
Rappel de diphtérie, tétanos, polio et coqueluche	6 ans et 11 ans	Chez l'adulte à 25, 45 et 65 ans. Puis, tous les 10 ans.
Papillomavirus (cancer col utérus)	11-14 ans	



Bon à savoir

11 vaccins (contre 3 en 2017) sont rendus obligatoires pour les enfants nés au 1^{er} janvier 2018