

bonne SANTÉ mutualiste

“ Nul ne connaît la valeur
de l'eau avant que le puits tarisse.
Benjamin Franklin ”

LA REVUE SOLIDAIRE DE VOTRE MUTUELLE

#102 JUILLET / AOÛT 2023

DOSSIER SPÉCIAL

L'EAU ENJEU MAJEUR DU PRÉSENT ET DU FUTUR

P.3

SANTÉ PUBLIQUE

Salarier les médecins,
est-ce la solution ?

P.18

NUTRITION

Cet été, pensez à conserver...
... et à confiturer

P.23

TA SANTÉ T'APPARTIENT

Et si les jeunes laissaient
tomber leur smartphone ?

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

JEU CONCOURS
GAGNEZ
UNE SMARTBOX
BIEN-ÊTRE
P.24

bonne SANTÉ mutualiste



Sylvie Dubois
Présidente d'Entis

UN ÉTÉ TORRIDE



Faire de la santé une priorité est un choix politique. Mais ce n'est parfois qu'un effet d'annonce. Pour preuve le 100 % santé, qui affiche l'intention de rendre accessible un panier de soins, mais qui reporte sur vos complémentaires santé, c'est-à-dire sur les adhérents, le coût de cette mesure. Pour preuve l'annonce fin juin de la baisse du remboursement des soins dentaires à partir d'octobre de 70 à 60 %. Une aubaine pour les assureurs qui voient dans la santé des parts de marché. Une entorse de plus au pacte social pour ceux qui voient dans la Sécurité sociale le moyen d'offrir un égal accès aux soins à tous. La privatisation et la marchandisation de la santé se poursuivent. Elles suivent la même logique que la gestion de l'eau, ce patrimoine commun qui fait l'objet du dossier de ce Bonne Santé Mutualiste. Les nappes phréatiques comme le périmètre de la Sécu s'assèchent. Mais les Français trouvent la note salée, comme ils l'ont manifesté pendant des semaines. Jusqu'à quand ?



Sommaire #102

Santé Publique

3. Salarier les médecins, est-ce la solution ?
4. Désinformation, réinformation, infobésité : Quels risques pour nos démocraties ?
5. Lure, la bataille pour nos services publics a bien commencé Et paf, dans les dents !

Dossier Spécial

6. L'eau enjeu majeur du présent et du futur

Le cahier de vos mutuelles

L'asso qui crée du lien

17. Association Passage: Proximité et vivre-ensemble
17. SolAm Marchés solidaires: Aider sans stigmatiser

Nutrition

18. Cet été, pensez à conserver...
19. ...et à confiter !

Profession médicale

20. L'infirmière Asalée

Société

21. Comment l'intelligence artificielle va révolutionner la santé

Santé environnement

22. Jardins partagés, cultiver le respect du vivant

Ta santé t'appartient !

23. Et si les jeunes laissaient tomber leur smartphone ?
23. Le kiosque

Jeu concours

24. Avez-vous bien lu votre journal ?



www.mutuelledefranceunie.fr



www.mutuellesamir.fr



www.umfmb.fr



www.mutuellemth.fr



www.mutuale.fr



www.mutuelle-ensemble.fr



www.mutuelleloireforez.fr

Bonne Santé Mutualiste est la revue trimestrielle de l'UGM Entis, les mutuelles de l'être • Juillet / août 2023 n° 102
 Directeur de la publication : Yannick Beaumont
 Rédaction, conception et réalisation : Critères
 Photographies : Adobe Stock et Critères
 Imprimé en France sur papier recyclé.
 Numéro de CPPAP : 0324 M 05566



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

Salarier les médecins, est-ce la solution ?

Ces dernières années, de nombreux centres de santé ont été créés, à l'initiative des communes, communautés de communes, villages, mutuelles... Pour autant, la pénurie de médecin demeure, et le problème de fond avec. Salarier les médecins n'est-ce pas un piège qui entérine le désengagement de l'État pour résoudre la question des déserts médicaux ? ou bien est-ce le moyen de sortir d'un système non régulé qui se marchandise ?

Congés payés, congé maternité, formation, prise en charge des tâches administratives, horaires réguliers : les avantages du salariat attirent de plus en plus les médecins, en particulier les jeunes et les femmes. Selon l'ordre des médecins, 42 % des médecins sont salariés (à l'hôpital, en clinique, en centre de santé), 48 % exercent en tant que libéraux et 10 % partagent leur temps entre ces deux modes d'exercice. Et 63,6 % des jeunes médecins fraîchement diplômés font le choix du salariat. Ces dernières années, dans les centres de santé, 85 % des médecins de moins de 35 ans recrutés étaient des femmes.

Résultat, face à la désertification médicale et la grogne des populations, les collectivités et les acteurs locaux ont donc opté pour la création de postes salariés pour enfin réussir à faire venir des médecins.

Les mutuelles de proximité ont montré leur expertise concrète auprès des populations et des adhérents. Le département de Saône-et-Loire, qui a été le premier à développer la médecine salariée au sein de centres de santé, a fait des émules tous horizons politiques confondus dans les régions Centre-Val de Loire et Occitanie, et plus récemment en Auvergne-Rhône-Alpes et Île-de-France, encouragées par l'ARS et le plan "Ma santé 2022".

Les médecins libéraux crient à la subvention déloyale

C'est en tout cas une solution d'urgence, menée par des acteurs dont ce n'est en principe pas la compétence, comme les communes. Pour l'ordre des médecins, il ne peut s'agir que d'une offre complémentaire. Le syndicat des médecins généralistes estime la solution temporaire. La médecine libérale y voit surtout une offre concurrente

au secteur privé et déloyale, dangereuse pour les finances publiques. Car les embauches sont subventionnées par l'Assurance maladie et les agences régionales de santé (ARS).

Les médecins libéraux considèrent donc qu'il s'agit d'avantages qui pourraient servir à des incitations financières pour la médecine libérale (et dans ce cas ce ne serait plus dangereux pour les finances publiques, curieux).

Pour eux, la raison pour laquelle les médecins généralistes ne s'installent pas réside dans les fortes contraintes qui pèsent à l'installation et dans la gestion quotidienne.

Pour le président de Reagir, syndicat des jeunes médecins : « *le salariat n'est pas la solution miracle aux déserts médicaux. Il s'agit de faire des efforts sur l'exercice de la médecine libérale* ». Entendre des efforts financiers.

Exercer autrement, pas forcément à l'acte

L'Union Française pour une Médecine Libre (UFML) estime qu'il faut 2,5 médecins salariés pour abattre le travail d'un libéral. Ce serait donc moins productif et donc moins rentable pour la Sécurité sociale. Elle y voit donc une médecine au rabais, avec des médecins sous payés et une prétendue moins bonne prise en charge. C'est oublier les nombreux témoignages de médecins qui se disent ravis de pouvoir exercer sereinement, sans devoir gérer la facturation et la compta, sans expédier les patients.



Les médecins salariés travaillent généralement moins et dans de meilleures conditions. Ils ont aussi davantage de temps pour leur vie privée. Depuis la pandémie, de nombreux urbains ont révisé leur jugement sur la vie en province et en région rurale.

Pour les élus locaux, comme pour les mutuelles, cette attractivité est la clef pour que les professionnels de santé se créent une vie locale et des attaches durables dans le secteur géographique. Sylvie Dubois, qui a les deux casquettes, élue et mutualiste, abonde : « *Il faut créer des conditions de travail attractives, mais il faut aussi que les alentours offrent les services dont tout jeune professionnel, soignant ou pas, a besoin : crèches, infrastructures sportives, transports* ».

Pour Christophe Prudhomme, urgentiste représentant CGT des médecins, « *le salariat est la seule solution efficace pour pouvoir répondre aux deux exigences de la régulation de l'installation et de la disparition des dépassements d'honoraires* ».

De fait, le salariat permet de proposer aux administrés et aux adhérents une offre de soin à coût maîtrisé, même pour consulter un spécialiste. Deux visions s'affrontent ici : celle d'une médecine libérale et l'autre d'une médecine salariée, conventionnée, prête à se défaire du paiement à l'acte pour une prise en charge plus globale.

La question des déserts médicaux est donc bien un bras de fer entre deux conceptions de la santé et de l'exercice de la médecine.

L'État, en co-finançant les embauches sans mettre en place une politique nationale, ne semble pas vouloir choisir. Ou alors à bas bruit.

Désinformation, réinformation, infobésité : Quels risques pour nos démocraties ?

La fatigue informationnelle se répand au point que 77 % des Français se limitent ou cessent de s'informer ! En cause, la fiabilité des informations, la multiplication de sites de "réinformation", les chaînes en continu... Avec deux conséquences de taille : l'une sur la santé publique, l'autre sur l'engagement démocratique.



Images du pape en doudoune blanche créées par des IA, faux policiers invités sur les plateaux TV, tweets des pro-Trump, guerre en Ukraine... La désinformation se porte bien. Nous, moins. Afin de saisir les enjeux et les risques de la fatigue informationnelle, l'Observatoire Société et Consommation, Arte et la Fondation Jean Jaurès ont mené une enquête très poussée qui montre comment les Français réagissent à ce phénomène.

L'info éparpillée façon puzzle

Aujourd'hui, pour s'informer, les Français utilisent en moyenne 8,3 canaux différents et 3,2 quotidiennement. Trois canaux dominent : le JT (89 % des Français s'informent ainsi), les réseaux sociaux (83 %), la radio (82 %). Mais au quotidien, les Français consultent d'abord les réseaux sociaux, dont 50 % plusieurs fois par jour, puis viennent les JT et la radio. C'est donc internet qui domine, avec l'explosion des podcasts et des médias alternatifs comme Brut. Une mutation liée

à l'hyperconnexion : si un Français sur deux était connecté en 2005, c'est désormais plus de neuf sur dix (92 %) qui le sont, avec 84 % qui possèdent un smartphone (contre 17 % il y a dix ans) et 67 % qui sont sur les réseaux.

Et puis une majorité de Français estime important de s'informer régulièrement dans les médias (59 %). Pour un sur cinq c'est même "très important". Sauf que...

Une sobriété volontaire...

Les Français ont accès à davantage de sources d'information, mais la fragmentation et la multiplication des usages ne facilitent pas la tâche : 35 % estiment devoir faire des efforts pour s'informer correctement, en particulier les jeunes (48 %) et ceux qui tiennent à s'informer régulièrement. Ces difficultés tiennent à la qualité de l'information : la surenchère de débats polémiques, le manque de fiabilité de l'information, l'effet délétère sur le moral.

La moitié des Français éprouvent régulièrement

du stress ou de la fatigue face au trop-plein d'information. Résultat, ils ont adopté des stratégies de régulation, par exemple en désactivant les notifications sur leur téléphone ou en se forçant à ne pas regarder le JT. Ainsi 77 % des Français se limitent ou cessent de s'informer.

... qui crée du désengagement

85 % des Français ont le sentiment d'une uniformisation de l'information et d'une répétition ad nauseam des mêmes informations. Cette massification les empêche de prendre du recul (59 %), de distinguer ce qui est important (51 %), utile (53 %), ce qui leur permettrait de se faire une opinion (49 %).

La défiance vis-à-vis des médias génère donc une suspension du jugement, un désengagement face à l'actualité alors que celle-ci doit permettre de comprendre notre environnement, ce qui se joue, et par conséquent de se situer, de prendre position. La fatigue informationnelle est donc ainsi une menace à la fois pour la santé mentale des Français mais aussi pour le bon fonctionnement de la société et de la démocratie.

COMMENT INTERNET AMPLIFIE LES ERREURS DE JUGEMENT

Internet favorise certains biais cognitifs qui faussent notre jugement ou notre perception. Notamment parce que c'est nous qui cherchons l'information, soit en choisissant le média, soit en utilisant les moteurs de recherche. Ainsi le biais de confirmation nous pousse à ignorer des informations qui contredisent nos croyances et à nous diriger plutôt vers les articles qui nous confirment dans nos opinions. Le biais de représentativité, qui consiste à présenter un fait particulier comme une généralité, comme une vérité universelle, est aussi amplifié par les algorithmes. Il se renforce avec le biais de simple exposition : la répétition d'une information tend à nous faire croire qu'elle est vraie. C'est ainsi que se propagent désinformation et fake news à l'ère d'Internet. D'où le grand retour des superstitions, l'essor du complotisme, la surreprésentation des extrémistes.

5 PROFILS FACE À L'INFO

• **Les hypers informés en contrôle** : principalement des hommes âgés et aisés qui s'informent de manière intense via les médias traditionnels. 11 % des Français.

• **Les hypers connectés épuisés** : des jeunes urbains diplômés qui consultent compulsivement l'information, surtout sur Internet et les réseaux sociaux. 17 % des Français.

• **Les défiant distants** : des hommes et des femmes issus de milieux modestes qui expriment une forte réserve vis-à-vis des médias et des politiques. 18 % des Français.

• **Les défiant opprésés** : principalement des femmes qui se disent dans un état de fatigue informationnelle intense et ont du mal à se faire une opinion. 35 % des Français.

• **Les non concernés** : principalement des actifs habitant des zones périurbaines ou rurales qui ne s'intéressent ni à l'information ni à la politique. 20 % des Français.

Lure, la bataille pour nos services publics a bien commencé

Enseignants, médecins, syndicalistes, élus locaux et régionaux, personnalités politiques, mutualistes et citoyens ont convergé sur le village symbolique de Lure, en Haute Saône.

Environ 4000 personnes venues des quatre coins de la France, pour dénoncer le manque de moyens attribués aux services publics et pour faire des propositions concrètes et atteignables. Alternative Mutualiste était là, en première ligne.

Cet évènement revendicatif a été organisé à l'initiative de Convergence de Défense et Développement des Services Publics, de la Coordination Nationale des Hopitaux et Maternité de Proximité et la Convergence Nationale Rail, avec le but affiché d'étendre, renforcer et travailler aux convergences des participants. Plus de 260 organisations citoyennes étaient présentes.

réduction et l'externalisation de leurs missions. « C'est une amplification de la casse de notre Sécurité sociale, de la fonction publique et ses services, dont nous ne pouvons être témoins inactifs » s'insurge Francis Balay, président d'Alternative Mutualiste.



Mais alors, comment débattre, construire et lutter ensemble ?

Cette préoccupation est désormais centrale, elle fait écho à une volonté unanime de rassemblement. La convergence a bien montré les solidarités entre les territoires ruraux et les milieux urbains, les banlieues avec les mêmes enjeux communs d'égalité de traitement, comme de vivre ensemble et de faire ensemble. Désormais la Convergence de Défense et Développement des Services Publics est le lieu de mise en commun réunissant à la fois les apports et les réflexions des organisations nationales et ceux des territoires avec les collectifs locaux. Elle propose ainsi l'organisation de journées d'études, et un espace associant les universitaires et les chercheurs. Ces journées permettront d'approfondir les questions qui se sont posées à toute la société et de dégager les voies d'action dans l'union.

Source : Manifeste de Lure/débattre, construire, lutter ensemble.

Un démantèlement en règle

Alors que la crise sanitaire a mis en évidence l'importance de nos services publics, de notre Sécurité sociale et l'abnégation de leurs personnels, alors que chacun connaît son importance pour la transition écologique, pour l'égalité femmes-hommes et pour faire face à la dégradation des conditions de vie et de travail de la jeunesse, le gouvernement intensifie le démantèlement des services publics, leur privatisation, la

Ne dit-on pas que l'union fait la force ?

« L'initiative de Lure s'ajoute aux centaines d'autres, de quartiers, locales ou sur des bassins d'activités qui ont lieu de façon éparse depuis plusieurs décennies » rajoute Francis Balay « la convergence de toutes ces luttes sert à bâtir collectivement, à unir et coordonner nos revendications, et les mutuelles de résistance s'inscrivent dans ce projet. Améliorer et développer les ser-

ET PAF, DANS LES DENTS!



Ce gouvernement a plus d'une dent contre vous, et la population en est majoritairement convaincue... et victime.

En passant brutalement le nouveau taux de remboursement de la Sécurité sociale pour les soins bucco-dentaires de 70 % à 60 %, le gouvernement aggrave les inégalités d'accès aux soins sur le secteur dentaire crucial de la santé.

Un choix assumé et dogmatique, à l'encontre de l'intérêt général, aux conséquences lourdes et

dramatiques pour nombre de concitoyens fortement impactés par le coût de la vie, et dont les politiques ultra-libérales de ce gouvernement ne se soucient guère. Quand Bruno Le Maire, ministre de l'économie, déclare « Les Français pourraient payer plus cher leurs passages en pharmacie à l'avenir », il défend l'idée d'une Sécurité sociale de plus en plus amoindrie, reportant les remboursements sur les cotisations des 36 millions de mutualistes de ce pays.

Une baffe, pleine face, dure à avaler !...

Pour Alternative Mutualiste et les mutuelles qui la composent « ce nouveau coup dur est autant contre la Sécurité sociale que contre les mutuelles. Les taxes

correspondent, en moyenne, à 2 mois de cotisations mutualistes (en guise de comparaison, il y a 5 % de taxe sur un hamburger à emporter contre 14,1 % sur une cotisation mutualiste). C'est autant de pouvoir d'achat en moins pour nos citoyens. Cette décision va, hélas, contribuer au renoncement aux soins dentaires pour celles et ceux qui souffrent le plus, et même au-delà, aggravant au final les pathologies. "Avec ce nouveau transfert de charge, la part mutuelle va mécaniquement augmenter donc les cotisations aussi..."

UNE CARIE NON SOignée C'EST...

L'émail qui s'abîme... un trou dans la dent... une dévitalisation... une extraction... une infection exposant les yeux, les poumons, le cœur, les articulations, les reins... avec l'Alternative Mutualiste, vous devez réagir à ce qu'on impose à votre santé.



SIGNEZ NOTRE PÉTITION, TOUTES ET TOUS ENSEMBLE, POUR DIRE STOP À L'INJUSTICE SANITAIRE ET SOCIALE!





L'EAU ENJEU MAJEUR DU PRÉSENT ET DU FUTUR

En 2050, plus de deux milliards d'individus seront impactés par des pénuries d'eau. Entre le réchauffement climatique d'un côté et l'explosion des besoins liée à la démographie et à nos modes de vie de l'autre, la ressource se tarit. Comment préserver l'eau de la boulimie industrielle, de l'égoïsme consumériste, du laisser-aller des pouvoirs publics, des appétits des financiers qui y voient un or bleu ?

Manquer d'eau en France ? Devoir se rationner ? Une perspective qui nous aurait paru impossible il n'y a pas si longtemps. Pourtant, chaque année depuis 2017, des restrictions d'eau par personne et par jour sont appliquées sur plus de 30 % du territoire. Le tarissement de nos ressources ne date pas d'hier.

En vingt ans, la ressource d'eau disponible a chuté de 14 % et pourrait baisser de 25 % d'ici à 2050. La cause ? Nous. C'est vrai en France et

partout dans le monde : l'augmentation de la consommation suit la croissance démographique, l'urbanisation, l'industrialisation et l'agriculture intensive, qui sont autant de facteurs de pénurie d'eau. La demande en eau douce est limitée, souvent mal gérée, et inégalement répartie. « *Il faut choisir entre le champagne pour quelques-uns et l'eau potable pour tous* », disait l'ancien président du Burkina Faso, Thomas Sankara.

Aujourd'hui encore, 2,2 milliards de personnes sur la planète n'ont pas accès à l'eau potable. Mais un seul jeans nécessite 7 000 à 10 000 litres d'eau pour être fabriqué. Un écran d'ordinateur 33 000 litres.

Des activités humaines hydrovores

Refroidissement, lavage, nettoyage, fabrication de divers produits : la production d'énergie, l'industrie chimique, l'industrie textile et l'industrie du

L'eau n'est pas qu'un "bien" commun ; mais c'est aussi un "patrimoine" commun à protéger au nom de l'intérêt général

papier consomment – et polluent – des quantités d'eau énormes. L'industrie utilise en moyenne 22 % de l'eau douce disponible dans le monde, avec des disparités. Dans les pays très industrialisés, indique l'Unesco, ce pourcentage atteint 50 %. L'industrie chimique fait vite grimper la consommation (elle représente environ 8 à 10 % de la consommation d'eau industrielle mondiale). Notons que, parmi les traitements chimiques, on compte aussi le traitement de l'eau potable et le traitement des eaux usées, qui requièrent aussi de grandes quantités d'eau !

La production d'énergie, quant à elle, y compris la production d'électricité à partir de sources thermiques et nucléaires, peut représenter jusqu'à 40 % de la consommation d'eau dans certains pays. Mais c'est l'agriculture qui consomme le plus. Selon la FAO (Organisation des Nations Unies pour l'alimentation et l'agriculture), l'irrigation pour les cultures représente environ 70 % de la consommation d'eau douce à l'échelle mondiale. Les cultures intensives, notamment celles du riz, du maïs et du coton, sont particulièrement gourmandes en eau.

L'agriculture est aussi le premier secteur à subir les phénomènes climatiques.

Une ressource limitée et un droit fondamental

La sécheresse fait baisser le niveau des nappes phréatiques, mais les inondations, la fonte des glaciers, l'élévation du niveau de la mer ont aussi des conséquences sur la disponibilité et sur la qualité de l'eau. L'eau douce utilisable ne représente que 1 % du volume total d'eau terrestre. Et si « l'eau est le pétrole de demain », comme l'affirment certains sans vergogne, on trouve peu de ressources qui nous soient aussi essentielles. L'être humain ne survit que trois jours sans eau. En revanche, on peut se passer de diesel, de plastique, de mascara ou de poêle antiadhésive.

L'eau est à la fois une question écologique, sociale et économique. Sa raréfaction a des conséquences sur le plan de la santé, de la nutrition, de l'hygiène, de la production alimentaire, avec son cortège de conflits socio-économiques et géopolitiques, et on ne parle pas que de graines de moutarde. L'enjeu est de manger, pas

d'assaisonner sa vinaigrette. Le droit à l'eau et à un assainissement de qualité a été reconnu par l'ONU en 2010 comme « un droit fondamental essentiel au plein exercice du droit à la vie et de tous les droits de l'Homme ». Un droit bafoué, comme on sait, dans les pays du Sud, mais aussi en France où on estime que 2 millions de personnes sont en grande difficulté pour payer leurs factures et conserver un accès à une eau salubre. 300 000 personnes n'ont pas l'eau courante.

SOBRIÉTÉ MOINS GÂCHER, MOINS CONSOMMER

Les biens de consommation exigent pour leur fabrication de grandes quantités d'eau. De là à dire que la crise de l'eau résulte du consumérisme, il n'y a qu'un pas !

16 000 litres d'eau pour fabriquer 1 kg de **hamburger**

11 000 litres d'eau
pour fabriquer 1 kg de **coton**

300 à 600 litres d'eau
pour 1 kg de **acier**

1 000 litres d'eau
pour fabriquer 1 kg de **pain**

300 à 400 litres d'eau pour 1 kg de **sucre**



60 à 400 litres d'eau pour 1 kg de **carton**

100 litres d'eau
pour 1 litre d'**alcool**

1 à 35 litres d'eau pour 1 kg de **savon**

35 litres d'eau pour 1 kg de **ciment**

1 à 2 litres d'eau pour 1 kg de **matière plastique**

RETENIR L'EAU QUI PART À LA MER

C'est avec l'objectif de se prémunir contre les inondations et d'éviter les eaux stagnantes qu'ont été réalisés tous les aménagements des rivières et ruisseaux. Les parcelles et zones humides ont été rendues cultivables par drainage, les haies supprimées pour élargir les champs.

Résultat : les sols ne retiennent plus l'eau et tout est fait pour que l'eau parte à la mer. Pour l'hydrobiologiste de l'association France Nature Environnement (FNE) Marie Mézière-Fortin, « si on ne maintient pas l'eau sur les territoires grâce aux capacités des sols et des cours d'eau, la désertification va se faire rapidement ».



EN GUADELOUPE, LE RÉSEAU PART À VAU-L'EAU

Coupures récurrentes, contamination à répétition... En Guadeloupe, l'eau du robinet est très fréquemment impropre à la consommation pour des milliers d'habitants dans certains endroits du département.

Selon un rapport de 2022, plus de 350 nouvelles fuites apparaissent chaque mois sur le réseau. La tempête Fiona n'a rien arrangé. Mais l'immense chantier de modernisation des canalisations n'avance pas, le Syndicat mixte de gestion de l'eau et de l'assainissement de Guadeloupe (SMGEAG) rencontrant de graves difficultés techniques et financières. Le rapport confidentiel de 2022 pointait aussi l'absence de pilotage. En mars, un contrat d'accompagnement a été signé pour faire de ce chantier une priorité, avec une dotation exceptionnelle de 27 millions d'euros en 2023.

Le prix de l'eau

La nature de la gestion de l'eau – privée ou publique – pose donc question. Quand elle est gérée par des multinationales, la facture d'eau est de 10 à 25 % plus élevée que lorsqu'elle est gérée par un organisme public.

Cette ressource précieuse est d'un côté facturée au prix fort, de l'autre gaspillée et polluée par la grande industrie et l'agriculture intensive, parfois avec l'aide des acteurs publics. D'un côté les réseaux non entretenus fuient (en France le gaspillage d'eau via les canalisations équivalait à la consommation d'eau de 18,5 millions d'habitants), de l'autre des mégabassines sont construites pour constituer des réserves. D'un côté, les marchands d'eau en bouteille et sodas pompent dans les nappes phréatiques, de l'autre l'État envisage de faire payer l'eau plus chère au-delà des mètres cubes dits "essentiels". Le discours dominant réaffirme bien que l'eau n'est pas une ressource comme les autres, pas une simple marchandise, mais dans les faits les contradictions sont légion.

La question du partage de l'eau au cœur des tensions

Si l'eau est un bien commun, comment expliquer la privatisation des ressources ? les inégalités entre les utilisateurs ? Les Français ne sont pas dupes. L'usage des nappes phréatiques et des cours d'eau suscite l'incompréhension, voire la colère. Ainsi les réactions face aux lacs artificiels, barrages et mégabassines qui constituent aux yeux des défenseurs de l'environnement et des populations locales une privatisation de l'eau pour un usage qui sert des intérêts privés. Ainsi également, les manifestations des habitants de Crolles, en Isère, qui s'insurgent contre l'accaparement de l'eau potable par une usine de semi-conducteurs à hauteur de 29 000 m³ d'eau par jour.

La question du partage de l'eau, en particulier de l'eau douce, est au centre de grandes tensions entre les états et les populations. En France, l'article L. 210-1 du Code de l'environnement stipule que l'usage de l'eau appartient à tous et personne n'en est propriétaire. Ce n'est donc pas

qu'un "bien" commun ; c'est aussi un "patrimoine" commun à protéger au nom de l'intérêt général. Le partage qui en découle doit permettre une gestion équilibrée des usages.

La gestion solidaire et écologique de l'eau, une utopie ?

Un "plan de sobriété sur l'eau" a été présenté au printemps, avec un volet sur les fuites qui représenteraient 20 % des volumes d'eau potable, et jusqu'à 50 % sur certaines communes, sachant

que la modernisation des réseaux relève bien souvent des organismes privés auxquels les communes ont transféré la gestion de l'eau.

Un des volets du plan concerne les progrès à réaliser sur la réutilisation des eaux usées : seul 1 % l'est aujourd'hui. Mais les spécialistes ont le sentiment que ce plan est resté au milieu du gué, notamment concernant l'exonération des agriculteurs de tout effort de sobriété, alors que l'eau d'irrigation est très peu chère, ou l'absence de mesures contraignantes pour l'industrie.

L'argument opposé est que la production agricole est d'intérêt général majeur. Certes, mais quand, alors, fera-t-on la promotion de pratiques agricoles durables ? À quand une tarification qui prenne en compte les usages ? À quand la protection des écosystèmes aquatiques ? Si chaque euro payé par les utilisateurs était investi dans la qualité de service rendu, nombre de défis pourraient être relevés... Une gestion solidaire permettrait aussi d'éviter les inégalités entre les régions en termes de tarification et de qualité d'eau. Il faudrait, en somme, une gestion publique, citoyenne, solidaire et écologique de l'eau.

De l'eau aura sans doute coulé sous les ponts avant que nous y parvenions.

DES "PRODUITS CHIMIQUES ÉTERNELS" DANS NOS EAUX DOUCES

Une étude de Générations Futures publiée en janvier dernier révèle que des perfluoroalkylés (PFAS), dangereux pour la santé, ont été retrouvés dans la quasi-totalité des rivières, lacs ou étangs de l'Hexagone.

Il s'agit de plus de 4 700 molécules qui restent très longtemps dans l'environnement, d'où leur petit nom, et qui entrent dans la composition de textiles, emballages alimentaires, cosmétiques, médicaments, pesticides, cire à parquet, vernis, ustensiles de cuisine. Or ceux-ci sont responsables de cancers, d'atteintes des systèmes immunitaires, reproducteur et hormonal, de diminutions de la réponse immunitaire.

DOUCE, POTABLE, DE SOURCE, QUELLES DIFFÉRENCES ?

- **L'eau douce** : elle se définit par opposition à l'eau des mers et océans. Elle représente 2,5 % des eaux présentes sur la planète. Mais environ 1,5 % est gelé ou inaccessible. Il ne reste donc en fait qu'1 % utilisable dans les nappes, lacs et rivières, qui sont alimentés en partie par les précipitations. L'eau douce n'est pas forcément propre.
- **L'eau potable** : on parle d'eau potable quand celle-ci ne contient (en principe) ni bactéries, ni virus, ni parasites, ni algues, ni polluants ou substances toxiques. Il faut donc souvent traiter l'eau douce pour la rendre potable. L'eau du robinet passe par plusieurs étapes de traitement pour être bue.
- **L'eau de source** : seules les eaux de sources sont naturellement propres à la consommation.
- **L'eau minérale** : certaines eaux minérales sont impropres à la consommation car trop minéralisées : on parle dans ce cas d'eau dure.

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

LE TEMPS DES ASSEMBLÉES GÉNÉRALES

Ici, la démocratie n'est pas en crise

Les délégué-e-s de toutes les sections mutualistes de Mutuale et de la Mutuelle Familiale des Œuvres Sociales (MFOS), ont convergé, durant deux jours, pour y tenir leurs assemblées générales. Ils étaient près de 80, du centre de la France, de la vallée de la Loire, de Bretagne, de Normandie et du Nord pour vivre ce grand moment de démocratie dans la salle du Carroir à la Chaussée Saint-Victor, près de Blois et du siège de Mutuale. Obligatoires et vivantes, les assemblées générales si chères au mouvement mutualiste sont des moments où le but commun de solidarité et d'entraide s'exprime.

Les délégué-e-s dans leurs travaux débattent, statuent et votent. Les résolutions mutualistes, une fois plébiscitées, permettront à chaque mutuelle de continuer à servir l'intérêt de tous. De mener les actions de prévoyance, de solidarité et d'entraide ; de créer et gérer des réalisations sanitaires, sociales et culturelles ; de réaliser les opérations d'assurance couvrant les risques de dommages corporels liés à des accidents ou à la maladie. De se substituer à leur demande à d'autres mutuelles, de réassurer à la demande de mutuelles les engagements qu'elles ont contractés auprès de leurs membres.

D'assurer la prévention des risques de dommages corporels et de mettre en œuvre une action sociale...

Et cette liste n'est pas exhaustive. Le champ d'action de nos mutuelles est large et strictement réglementé par le livre 1, le livre 2 et le livre 3 qui définissent leur cadre d'activité.

Au cœur de cette acmé, le débat est omniprésent, mais ici jamais de 49.3. Les prises de parole foisonnent, les avis sont partagés, le verbe peut être vif, mais la parole est toujours sincère.

Ainsi tous les esprits des délégué-e-s ne sont tournés que vers les intérêts collectifs des adhérents que nous sommes.



**LE TEMPS
DES ASSEMBLÉES
GÉNÉRALES**

Poursuivre le projet responsable, humaniste et solidaire de la mutuelle

Le 15 juin s'est déroulée l'Assemblée Générale de Mutuale, sous l'égide de son nouveau président, pour présenter le bilan de l'année 2022, poursuivre les chantiers entrepris et préparer ceux à venir. Retour sur ce temps fort de la vie démocratique de la mutuelle.

Parmi les faits marquants de 2022, en premier lieu, le changement de président, avec l'arrivée de **Eric Rafael** qui s'est prêté à l'exercice du rapport moral et a réaffirmé sa volonté de poursuivre le travail mené jusqu'ici. Mutuale a ainsi continué ses placements financiers éthiques, soit à ce jour 45 entreprises qui produisent en France. Pour la 4^e année consécutive, le nombre d'adhérents connaît une évolution positive avec + 1,15 % pour l'individuel et + 6,35 % pour les groupes.

Mais 2022 a aussi été marquée par une augmentation considérable du coût de la santé en raison du 100 % Santé puisque celui-ci est porté à 70 % par les complémentaires santé.

Objectifs : plus d'adhérents et le retour à l'équilibre

Pour Mutuale, le 100 % Santé représente 2,5 millions de prestations en plus, soit 10 % d'augmentation. Aussi, le résultat de la mutuelle, qui aurait dû revenir à l'équilibre cette année, reste négatif. « *L'augmentation des cotisations de 4,5 % en moyenne n'a pas permis de compenser l'augmentation des charges de prestation qui, elles, ont augmenté de 4,30 %* » a expliqué **Julien Nolière**, le Directeur.

Cependant, depuis 4 ans, la mutuelle travaille à réduire les frais de gestion : cette année Mutuale a pu les faire diminuer de 300 000 euros. Elle a aussi fait la chasse aux facturations indues comme les chambres particulières. En 2022 Mutuale a ainsi récupéré 200 000 euros et compte s'atteler à certaines facturations en dentaires. L'objectif pour 2023 est de revenir à l'équilibre, avec 5 premiers mois de l'année qui laissent présager que c'est atteignable.



À l'horizon 2024, la mutuelle vise 5 000 adhérents supplémentaires en croissance interne. Pour y parvenir, Mutuale se propose de rejoindre l'UGM Unalis, une structure dédiée à la coopération et au développement des mutuelles adhérentes. Autre projet : la fusion avec la mutuelle "La Solidarité Mutualiste".

L'implication de tous

L'Assemblée Générale a été l'occasion de saluer le travail et l'implication des salariés de Mutuale, qui s'illustre notamment avec le travail qui est mené par des volontaires pour élaborer puis faire vivre la stratégie RSE. Stratégie qui fait l'objet d'un rapport de 42 pages consultables en ligne. L'Assemblée Générale a aussi permis de remettre à l'honneur l'engagement des délégués. En 2022, 53 événements de proximité, dont 13 événements d'éducation populaire, ont été organisés, souvent en partenariat avec des associations. Preuve s'il en est que le mouve-

ment mutualiste chez Mutuale a gardé son énergie. Les débats et interventions lors de l'Assemblée Générale ont aussi montré le souci de chacun de prendre les meilleures décisions pour la mutuelle et ses adhérents.

Délégués et salariés sont mus par une même volonté d'être au plus près des adhérents dans les territoires et de leur apporter le meilleur service. Ce qui se traduit par quelques chiffres : un adhérent qui appelle a 9 chances sur 10 d'avoir un conseiller mutualiste au bout du fil en une minute. Les remboursements sont effectués en moins de 48 h. La mutuelle remplit à 100 % ses objectifs de délai prestations et à 98 % ceux de délai de gestion. Tous ses processus et procédures métiers sont écrits. Un nouvel espace adhérent a été conçu et mis en ligne (lire notre article ci-contre).

Cette journée du 15 juin a donc été l'occasion de réaffirmer la raison d'être de Mutuale et son projet responsable, humaniste et solidaire.



L'assemblée générale a tenu à remercier pour leur long parcours mutualiste et militant **Alexandre Di Cioccio** de la section Auvergne (ici entouré d'Eric Rafael et Julien Nolière) ainsi que **Jacques Gallou** de la section Bretagne.

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE DE LA MUTUELLE FAMILIALE DES OEUVRES SOCIALES (MFOS)

Confirmation du redressement économique

En renouant avec un équilibre financier depuis deux ans, la MFOS retrouve son rôle sanitaire et social auprès des assurés sociaux.

La MFOS est un élément essentiel pour l'accessibilité aux soins dans le département du Loir-et-Cher. C'est ce qu'a souligné **Eric Rafael**, président de la Mutuelle Familiale des Œuvres Sociales lors de l'assemblée générale du 14 juin 2023.

Avec 11 chirurgiens-dentistes et 7 opticiens, l'effectif des centres de santé dentaire de la mutuelle représente 24% des praticiens sur le département. L'action des œuvres sociales de Mutuale est donc patente et reconnue. C'est pourquoi la MFOS, afin d'apporter encore plus

de services à la population, installera une table de téléconsultation ophtalmologique dans deux de ses centres optiques à partir du deuxième semestre 2023. La prise en charge des patients se fera par des professionnels de santé (sans dépassement d'honoraires). De ce fait les centres optiques de la MFOS seront de véritables lieux d'accès aux soins visuels et s'affirmeront dans leur rôle d'acteurs de santé à but non lucratif, contrairement à nos concurrents qui considèrent la santé visuelle comme une activité marchande profitable.

Bonne Santé Mutualiste reviendra dans le prochain numéro d'automne et de façon détaillée sur la politique de mise en place de ces matériels dans les centres de santé de la mutuelle.

En tant que mutualistes, nous devons contribuer à l'amélioration de la santé et des conditions de vie de nos adhérents. C'est même l'article L111-1 du code de la mutualité qui le dit. Aussi Mutuale et ses différentes sections se sont mobilisés contre la réforme des retraites et ont manifesté, aux cotés des Français.

Alors que l'espérance de vie en bonne santé a tendance à stagner dans notre pays (67 ans pour les femmes et 65,6 ans pour les hommes), l'allongement de la durée de cotisation à 43 ans prévu par la réforme des retraites va priver des millions d'entre nous de profiter pleinement de leur retraite. Un bac +3 partira à 64 ans et un bac +5 à 67 ans sans parler des femmes et des carrières hachées (maladie, chômage, RSA...) qui paieront aussi le prix cher de cette réforme. Et ceci à condition que cela soit possible de continuer à travailler jusqu'à ces âges, mais aussi à condition que les entreprises gardent les salariés les plus âgé(e)s et donc souvent considérés comme coûtant trop chers et pas assez productifs... Comment dès lors atteindre une retraite à taux plein pour une vie la plus digne possible ? Encore une fois, ce sont les plus fragiles qui paieront le prix fort de cette réforme inégalitaire. Autant de raisons de l'engagement de Mutuale.

Des placements financiers éthiques, responsables et locaux

Le 5 avril, Mutuale a accueilli à son siège social, Florian Breton, fondateur de MiiMOSA, première plateforme de financement participatif en Europe dédiée à l'agriculture.

Mutuale et Florian Breton partagent un même engagement pour la préservation de l'environnement, des conditions sociales des agriculteurs et de notre alimentation. La visite de ce dernier et les échanges avec les salariés ont permis de mettre en lumière l'activité de la plateforme depuis 2015 en faveur de la transition agroécologique. MiiMOSA sélectionne des projets qui nécessitent des fonds et les soumet aux investisseurs qui souhaitent réaliser des placements financiers éthiques et responsables dans le domaine de l'agriculture.

Des placements qui ont du sens

Mutuale – qui comme toute mutuelle a l'obligation de détenir des fonds de réserve – répond ainsi à la réglementation tout en soutenant le développement de projets locaux, respectueux de l'environnement. La mutuelle a investi dans un projet de production de lin éco-responsable, dans la Compagnie Laitière Paysanne qui produit des glaces bio, dans la Société Coopérative Ouvrière Provençale de Thé et Infusion ou encore la Compagnie des Amandes. Mutuale, comme Florian Breton, est convaincue de la part active que chacun peut prendre dans le processus de transformation des modalités d'une agriculture innovante et performante. Il s'agit de prendre le contre-pied d'une mondialisation non maîtrisée. 150 projets devraient ainsi être soutenus par Mutuale.

Construire ensemble la stratégie RSE

Le 1^{er} juin, toutes les équipes de Mutuale se sont retrouvées dans les locaux du siège social à La Chaussée Saint-Victor pour une journée d'échanges et de réflexion. Objectif : tracer ensemble, dans une démarche de co-construction, les grandes lignes de la stratégie RSE du Groupe.

Mutuale a engagé une démarche de co-construction de sa stratégie RSE avec ses salariés. En amont de cette journée, suite à une première phase de travail collectif, des ateliers de travail s'étaient ainsi formés avec des salariés volontaires pour imaginer des projets autour des 4 piliers de la stratégie RSE de Mutuale : Adhérent, Développement, Humain et Engagement Responsable. Le 1^{er} juin était l'occasion de présenter le fruit de leur travail.

Pour créer du lien avec nos adhérents et partenaires

Les équipes des piliers "Adhérent" et "Développement" ont pour objectif d'engager un dialogue avec les parties prenantes externes. Ainsi, l'équipe "Adhérent" a organisé, le 24 mai dernier, un atelier cuisine avec des adhérents

qui permettait à la fois de créer du lien avec et entre les adhérents, de les sensibiliser à une alimentation saine et locale et d'impliquer des acteurs locaux : l'atelier était animé par "Fait comme un chef" et les recettes réalisées avec les légumes cultivés par l'association Bio Solidaire le Jardin de Cocagne.

Pour faciliter les relations inter-salariales

Pour l'équipe pilote du pilier « Humain » il s'agit de trouver comment faciliter les relations inter-salariales pour faire appliquer nos valeurs humaines en interne et en externe. L'enjeu est aussi de développer le sens du service et de l'écoute entre salariés. Les bonnes pratiques associées à ces valeurs ont été recensées dans une charte d'entreprise intitulée "Charte de la Qualité des Relations au Travail".

Pour agir pour l'environnement

Le pilier "Engagement Responsable" vise à sensibiliser et agir pour la protection de l'environnement sur nos territoires. L'une des équipes travaille sur deux projets de biodiversité, l'un au niveau du siège social, l'autre sur chacun de

nos territoires avec le soutien d'initiatives locales. Une autre équipe "Engagement Responsable" a quant à elle listé, sous forme d'une charte, les bonnes pratiques à adopter pour réduire nos consommations. Cette charte est le fruit d'une réflexion commune qui a été entamée sur la façon dont chacun d'entre nous peut contribuer à réduire ses consommations, limiter son impact environnemental et préserver le monde de demain. Les projets vont donc continuer à se déployer. Merci aux équipes des ateliers pour leur investissement et à l'ensemble des salariés pour leur présence ce 1^{er} juin.

Notre rapport RSE consultable en ligne

Nos adhérents peuvent consulter en ligne notre rapport RSE (ou Déclaration de performance extra-financière) 2022. Celui-ci présente la stratégie, le programme, les actions et les résultats de Mutuale en matière de développement durable.

EN BREF

Adhérents, votre nouvel espace dédié est en ligne

Depuis le 1^{er} juin, le nouvel espace adhérent est en ligne. Il a été conçu pour faciliter et fluidifier nos échanges.

Le nouvel espace adhérent vous permet :

- La gestion du contrat santé : vous pouvez retrouver toutes les informations liées à votre contrat, actualiser vos données personnelles, ajouter et retirer des bénéficiaires.
- La transmission des factures, demandes de devis ou de prise en charge : vous transmettez directement les documents à nous faire parvenir.
- Le paiement en ligne des cotisations : l'espace sécurisé permet de régler vos cotisations.
- Votre espace adhérent vous permet également de consulter vos remboursements et leur suivi et d'être informé de leur traitement. Vous pouvez communiquer avec le centre de gestion.

Comment créer son espace personnel ?

Accessible dès votre adhésion, votre espace adhérent totalement sécurisé est accessible sur la page d'accueil du site www.mutuale.fr en cliquant sur le pictogramme en haut à droite et en sélectionnant "Espace Particulier".

Lors de votre première connexion :

1. Munissez-vous de votre numéro adhérent. Ce dernier apparaît à l'intérieur de votre carte de tiers-payant Mutuale.
2. Cliquez sur le bouton "Première connexion" pour accéder au formulaire d'activation de votre compte et vérifier vos informations.
3. À la prochaine connexion, votre compte étant activé, vous n'aurez qu'à cliquer sur le bouton "Je me connecte".

Toutes les infos :

<https://www.mutuale.fr/index.php/informations-pratiques/l-espace-adherent>

MUTUALE AUVERGNE

EN BREF

Premières urgences

Fidèle à sa mission d'éducation populaire, Mutuale a organisé plusieurs projections du film d'Eric Gueret, *Premières urgences*. Une façon d'alerter sur l'état de l'hôpital public. Jeudi 25 mai, en partenariat avec l'association Ciné Bocage, au complexe UGC de Moulins, a eu lieu une projection, suivie d'un débat avec le réalisateur, qui a réuni une cinquantaine de spectateurs. Dans *Premières urgences*, Gilles Gueret montre comment l'hôpital public, aujourd'hui au bord de l'effondrement, ne tient que par l'engagement sans faille du personnel soignant. Le film a également été projeté aux délégués lors de l'Assemblée Générale de la MFOS le 14 juin.

Désertines et ses 41^e foulées vertes



C'est sous un ciel maussade et pluvieux que se sont déroulées ces 41^e Foulées Vertes à Désertines, dans l'Allier. Près de 200 coureurs courageux se sont élancés le dimanche 2 avril au stade du Vercher. Organisées

par l'Amicale laïque de Désertines, les Foulées Vertes sont le rendez-vous sportif du printemps pour les amateurs de courses, petits et grands. Partenaire de longue date, la section Auvergne de Mutuale a financé les récompenses distribuées aux vainqueurs des plus jeunes catégories.

Le 26 août, marchons ensemble à Saint-Clément

Mutuale et l'association Onco And Co organisent, le 26 août, une marche à Saint-Clément au bénéfice de l'association, que Mutuale soutient depuis plusieurs années en organisant des événements (l'année dernière, une sortie à Guédelon). L'association vient en aide aux victimes d'un cancer, leurs proches et les équipes soignantes de Vichy.

L'esprit solidaire de la mutuelle à Toulon-sur-Allier

Suite au tragique décès d'un membre du personnel de la mairie de Toulon-sur-Allier, la Mutuelle Générale de Prévoyance et Mutuale section Auvergne ont financé une cellule psychologique. Le personnel de la mairie a pu évoquer le traumatisme de la disparition de leur collègue avec une psychologue. « Dans ce genre de circonstances, la solidarité mutualiste est spontanée », rappelle Alexandre Di Coccio, président de la section Mutuale Auvergne.

Une mutuelle 100% Made in France

Mutuale, forte d'une première expérience à Bordeaux, a renouvelé sa présence au salon du Made In France, cette fois-ci à Lyon les 6 et 7 mai dernier. Sur son stand, des visiteurs à la fois surpris et ravis de découvrir une mutuelle 100% made in France.



Pour Mutuale, première mutuelle certifiée Service France Garanti avec 100% de ses salariés employés en France, il est logique d'exposer sur les salons du MIF Expo. C'est sur le site de la Sucrière, vaste bâtiment industriel réhabilité au bord de la Saône, que 150 exposants ont accueilli plus de dix mille visiteurs.

L'équipe de Mutuale présente a multiplié les contacts auprès d'un public curieux et ravis. Mutuale sera aussi présente au MIF Paris du 9 au 12 novembre à la porte de Versailles où 100 000 visiteurs sont attendus.

Au fil des rencontres et des échanges, les équipes de Mutuale présentes sur leur stand du salon du Made in France ont été très sollicitées par un public curieux.

■ MUTUALE AUVERGNE

Un salon pour seniors dynamiques

Les 17 et 18 mars, Mutuale était au rendez-vous du salon Dynamic Seniors à Vichy.

Nos deux conseillères Amandine Croizel et Sylvie Vultaggio, accompagnées de Dorothee Bilak ont assuré la présence de Mutuale au salon dédié aux aînés de Vichy et sa région, où les plus de 65 ans représentent 25% de la population.

Avec près de 600 visiteurs, le salon eut un vif succès comme en témoignent les 50 fiches contacts reçues pour la participation à notre jeu concours. C'est une adhérente, M^{me} Edith Jouat qui a gagné le bon cadeau d'une valeur de 150 euros en produits de beauté.

Deux conseillères mutualistes de la section Auvergne de Mutuale ont accueilli durant deux jours le public du salon Dynamic Seniors à Vichy.



L'évasion fiscale en débat

Le 17 mars dernier, la section Auvergne de Mutuale coorganisait une soirée ciné-débat autour du film *La (Très) Grande Évasion*, au cinéma Étoile Palace de Vichy.

84 spectateurs se sont rendus au cinéma Étoile Palace de Vichy pour le ciné-débat organisé par Mutuale, Attac Bassin de Vichy et Anticor 03. La projection du documentaire *La (Très) Grande Évasion* s'est poursuivie par un débat en présence de Laurence Boubet, membre du conseil d'administration d'Attac France, sur l'évasion fiscale et ses conséquences pour la société.

La fraude fiscale en France c'est chaque année, 20 à 25 milliards d'euros (INSEE). Pour comparaison, le déficit de la sécurité sociale était estimé à 19 milliards d'euros l'an dernier.



Mutuale a coorganisé une soirée ciné-débat autour de l'évasion fiscale avec la projection du film de Yannick Kergoat, *La (Très) Grande Évasion*.

Rando santé bien-être

Ce 29 avril, les rives de l'Allier ont servi de terrain de randonnée aux participants de la journée organisée par la Fédération Française de Randonnée de l'Allier en partenariat avec le VVF et Mutuale. Au programme, des

conférences sur le bien-être, des randonnées découvertes, un gros lot offert par Mutuale d'une valeur de 150 euros, remporté par M^{me} Carole Martin. Mutuale a versé une subvention de 700 eu-

ros à la Fédération Française de Randonnée, financé une animation de l'association Many dances'n'roll ainsi qu'un guide de randonnées dans l'Allier FFR disponible dans nos agences.

MUTUALE BRETAGNE

LA LITTORALE 56

Une marche de masse contre le cancer

Le 16 avril dernier, Mutuale s'associait une fois de plus à l'évènement sportif et solidaire La Littorale 56, qui permet de collecter des fonds au bénéfice d'associations accompagnant des personnes souffrant d'un cancer.

Mettre en valeur le sport et la santé, faire découvrir les beaux paysages du littoral morbihannais, récolter des fonds pour la lutte contre le cancer sont les buts de cette manifestation qui devient, au fil des ans, un véritable rendez-vous solidaire pour les Bretons et d'autres participants venus de loin. Pour preuve, 9 300 participants (2 980 hommes, 5 390 femmes et 930 enfants) se sont lancés dans cette marche entre Guidel Plage et Fort Bloqué sur des parcours de 4, 6 ou 10 km au rythme et au pas

qu'ils choisissaient. Si certains, adeptes de la course, ont moins vu le paysage, d'autres, en famille, entre amis en marche cool ou randonneurs, ont apprécié la beauté de la rivière Laita et les grèves du Morbihan.

Un engouement populaire

En 10 ans, l'association a collecté 300 000 euros, réuni 50 000 participants, financé 63 projets, mobilisé 250 bénévoles pour chaque édition. Cette année particulièrement, et grâce au nombre de participants, l'organisation de La Littorale 56 a pu collecter 43 000 euros répartis au profit de 6 associations.

La section Mutuale Bretagne a apporté sa pierre à cette réussite. En plus de sa dotation, elle avait installé un vélo pour inviter chacun à parti-



ciper à l'effort : pour chaque kilomètre parcouru, Mutuale reversait 1 euro. 183 kilomètres ont été atteints – contre 110 l'année dernière – preuve que le public ne rechigne pas à donner un peu de soi pour la bonne cause. La section Mutuale Bretagne et ses adhérents vous donnent rendez-vous le dimanche 14 avril 2024 pour la 11^e édition de La Littorale 56.

Bienvenue à Loisirs Tourisme Bretagne

L'équipe de la section Mutuale Bretagne accueille à Lorient à partir du 10 juillet, dans ses locaux, l'association Loisirs et Tourisme Bretagne.

« Avoir sous un toit commun deux organisations de l'économie sociale et solidaire à but non lucratif, l'une tournée vers le tourisme social et l'autre (Mutuale) pour la protection sociale de la population est une aubaine pour les Lorientais » rappelle Marc Le Bruchec, Responsable Régional de la section Mutuale

Bretagne. « Elle cherchait de nouveaux locaux. Nous avons de la place... »

L'association Loisirs et Tourisme Bretagne propose sur un modèle social des activités de voyages, loisirs et culture qui ne répondent pas qu'à la logique marchande. « Une colocation qui a du sens puisque nous partageons les mêmes valeurs », conclut Marc Le Bruchec.

À partir du 10 juillet 2023, Loisirs Tourisme Bretagne sera donc rue Lazare Carnot à Lorient. Tél : 02 97 21 16 86

MUTUALE BRETAGNE

Mutuale adhère à C2SOL

C2SOL fédère et anime le réseau d'acteurs, d'entrepreneurs et de partenaires de l'Économie Sociale et Solidaire du pays lorientais. Mutuale y a adhéré en mai dernier afin de poursuivre le maillage territorial engagé depuis quelques années, de renforcer les liens avec d'autres structures de l'ESS (Économie Sociale et Solidaire), d'initier de nouveaux partenariats ou même d'envisager une labellisation. À suivre !

EN BREF

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE DE LA SECTION BRETAGNE

Un temps d'échange toujours fort

C'est au Quai 9 à Lanester, proche de Lorient, qu'une trentaine de délégués de la section Bretagne a tenu son assemblée générale en présence d'Eric Rafaël, le président de Mutuale. Gilbert Hochet a fait lecture d'un rapport moral portant sur les sujets impactant les mutualistes : le 100% santé, les atteintes à la Sécurité sociale, la convention citoyenne. Il a rendu hommage à Georges Krynicki, ancien directeur et figure emblématique de l'esprit mutualiste. Un buffet convivial a clos cette réunion annuelle marquée par l'échange et les débats.

PARTENARIAT

Des expos sur le thème de la rencontre

Mutuale est partenaire d'une série d'expositions qui se tiendront du 30 juin au 30 septembre sur Etel, Theix-Noyal et une dizaine de communes du pays de Loudéac. Organisées par Les Focales, un collectif de photographes bretons, mais aussi d'un peu partout en France et dans le monde, la manifestation a pour thème la "rencontre", rencontres avec les peuples, rencontre culturelle, rencontre avec la nature. Un catalogue a été imprimé, également sponsorisé par Mutuale, qui s'associe ainsi pour la deuxième année consécutive à cet évènement culturel qui dynamise la région, remplit une mission d'éducation populaire et véhicule des valeurs que nous partageons.



■ MUTUALE CENTRE - VAL DE LOIRE

Courir au Macadam Blésois

Cette année encore Mutuale s'est associée au Macadam Blésois. L'évènement sportif solidaire, accessible aux petits comme aux grands, s'est déroulé le 4 juin et a été l'occasion de promouvoir les pratiques sportives et le sens du collectif.

Le sport réunit plusieurs valeurs que défend Mutuale, dont l'esprit collectif et solidaire qui caractérise cette course que la ville de Blois organise depuis plus de 30 ans. La matinée propose 3 courses : des parcours pour les enfants de 6 à 11 ans, des trails de 5 et 12 km et enfin

un Color run de 2500 m à parcourir dans la tenue la plus colorée possible.

C'est l'occasion pour chacun de participer à une initiative solidaire. Ainsi, pour chaque inscription aux courses de 7 km et 12 km du Macadam, la ville reverse 2 euros à TELMAH (Tendez la main au Handisport), une association parrainée par Bernard Thevenet, double champion du tour de France et Marie-Amélie Le Fur, championne du monde handisport de 100 m et 200 m. En 2022, 1 259 euros ont ainsi été récoltés et permis à des enfants autistes de bénéficier d'une session d'équithérapie.



La préparation et la bonne conduite de cette demi-journée sportive ont nécessité le concours de 100 bénévoles et mobilisé une centaine d'agents. Un bel esprit d'équipe !



© Ville de Blois / F. Christophe

CULTURE, PÉDAGOGIE, RÊVE ET RÉALITÉ

Mutuale partenaire de la Maison de la magie

Il n'y a pas d'illusion : la Maison de la magie de Blois entretient bien avec ses partenaires une relation durable et fidèle. Mutuale en fait partie.

Mutuale a d'emblée été sensible à la volonté d'éducation populaire et à la démarche pédagogique de la Maison de la magie de Blois, avec ses tournées dans les écoles avoisinantes, ses contenus sur l'histoire.

La Maison de la magie réunit 7 000 objets et œuvres répartis sur 2 000 m² et propose de

multiples programmes, des activités, des spectacles vivants.

La Maison de la magie propose cette année des visites en autonomie ou hors les murs, dans les écoles, avec un HistoPad pour une visite virtuelle du musée. Mutuale fait partie des entreprises locales et régionales qui soutiennent la Maison de la magie.

Projection de *Debout les femmes* pour soutenir la caisse de solidarité des grévistes

La section Mutuale d'Indre et Loire a organisé en avril deux projections du film-documentaire *Debout les femmes pour continuer la mobilisation contre l'injuste réforme des retraites, notamment à l'égard des femmes et soutenir les grévistes.*

Pour manifester leur soutien à la lutte contre la réforme des retraites, et en solidarité avec les femmes pour qui la réforme est particulière-

ment inique, la section et les anciens de Dennery ont organisé une projection du film co-réalisé par Gilles Perret et le député LFI François Ruffin, *Debout les femmes* à Preuilly sur Claise. Une autre projection a été organisée avec l'U.D. C.G.T. à la Bourse du travail.

Un moment de partage qui a aussi permis de collecter 1 043 € reversés, selon le souhait des réalisateurs, à la caisse de solidarité des grèves.



Mars Bleu : Mois pour la promotion du dépistage du cancer colorectal

Mutuale s'est associée à l'initiative de la CPAM du Cher et de ses partenaires mercredi 22 mars à Henrichemont et vendredi 31 mars Saint-Florent-sur-Cher près de Bourges, pour participer à ces matinées solidaires de sensibilisation et d'information.

Responsable de plus de 17 000 décès par an, le cancer colorectal est le troisième cancer le plus fréquent chez les hommes après ceux de la prostate et du poumon et le deuxième le plus fréquent chez les femmes après celui du sein.

Des traitements existent pour le guérir lorsqu'il est pris en charge rapidement. Aussi l'Assurance maladie et l'Institut National du Cancer ont mis à disposition de la population âgée de 50 à 74 ans des tests gratuits et simplifiés à faire chez soi pour détecter au plus vite cette anomalie qui touche les cellules de la paroi interne du colon.

Ses causes sont encore mal connues mais une alimentation trop riche, notamment en graisses animales, une consommation importante de viandes rouges, le surpoids, l'inactivité phy-

sique, la consommation d'alcool et de tabac sont des facteurs de risque. Le test de dépistage est à reconduire tous les 2 ans.

Chaque année 44 000 nouveaux cas sont diagnostiqués en France. 55 % des diagnostics concernaient des hommes contre 45 % chez les femmes.

Les statistiques montrent qu'en région Centre-Val de Loire le taux de personnes testées est un peu supérieur à la moyenne nationale : 37 % des personnes concernées y réalisent en effet leur test, contre 34 % en France.

Une marche pour la paix

Dimanche 12 mars, à l'initiative du Mouvement de la Paix, avec le partenariat de la section d'Indre-et-Loire de Mutuale, entre autres, une randonnée pédestre pacifiste a réuni, pour sa première édition, 85 marcheurs de tous âges à l'Île de Métairie, à la Ville-aux-Dames. La section Mutuale d'Indre-et-Loire s'est naturellement associée à cet événement au moment où résonne le bruit des bottes dans notre monde.

Il tenait à cœur de Mutuale de participer à ce moment de refus universel de la guerre et de le



partager avec les autres randonneurs tourangeaux. Sensibiliser nos jeunes aux conflits du monde par une pratique alternative, voilà une belle mission! Cette marche était de plus organisée sur un site pédagogique dédié à la connaissance des milieux naturels et à leur préservation, autre thématique chère à Mutuale. Optimisée avec un ravitaillement au départ et à l'arrivée des deux boucles de 5 km, cette marche a ravi les participants. Un grand bravo à tous et au personnel de l'agence de Tours pour sa présence. Au-delà d'une richesse patrimoniale, une richesse mutualiste et humaine.

Le Challenge T21 pour remettre du bon sens dans son assiette

21 jours pour retrouver les bons repères et une alimentation équilibrée : c'est l'objectif du Challenge T21, un programme futé et efficace auquel s'est associé Mutuale en avril pour ses adhérents et salariés prêts à relever le défi.

Le mieux pour manger équilibré, c'est de le faire plutôt qu'en parler. Si le Challenge T21 démarre dans un premier temps avec une conférence pour réexpliquer ce qui est sain, ce qui ne l'est pas, la phase concrète est la vraie valeur ajoutée de ce concept, imaginé par deux coachs sportifs.

Détox et rééquilibrage

« Il y a des croyances alimentaires, explique Lucas Gabillet l'un des créateurs du programme. Il y a aussi beaucoup de comportements irrationnels. On voit des athlètes se mettre à faire des régimes sans savoir pourquoi! » Leur autre cheval de bataille: le lobbying et les produits de plus en plus transformés. « Les 7 premiers jours sont consacrés à éliminer les toxines. On supprime le café, tous les sucres. Pendant cette phase de

détox, c'est fruits, légumes et quelques graines, pas de protéine. » Une liste de courses est fournie, des menus sont établis. Ensuite viennent 14 jours de rééquilibrage.

Le programme s'est composé de 2 conférences qui ont réuni environ 80 personnes dans les locaux de Mutuale à La Chaussée St-Victor. puis du challenge qui a compté une quarantaine de participants, dont des adhérents et salariés de la mutuelle.

40 participants, 0 abandon

« Avant de démarrer, puis à l'issue des 21 jours, on a mesuré la composition corporelle des participants - taux de gras, muscle, densité osseuse, hydratation - leur poids, leur pratique sportive. » Un groupe Whatsapp a permis de créer une émulation



de groupe et aux coachs de répondre aux questions en temps réel. Huit participants ont suivi le challenge à distance. Les autres avaient accès à la salle de sport des deux coaches. « Tous les participants ont joué le jeu. Ils ont tous appris quelque chose ». Résultat : une perte moyenne de 3 kg, dont 2 kg de graisse; une petite perte musculaire mais une meilleure hydratation chez les femmes, une plus grande capacité à brûler les graisses et, le plus important, une réelle compréhension de ce qui se passe dans son assiette, histoire de ne pas retomber dans ses anciennes habitudes!

Sauvegarder les services publics, un enjeu qui rassemble

À la suite de la manifestation haute en revendications organisée par Convergence Nationale des Services Publics, la section Indre-et-Loire se mobilise pour poursuivre les débats localement sur la nécessité de défendre nos services publics.

Convergence Nationale des Services Publics a organisé du 12 au 14 mai, à Lure en Haute Saône, un grand rassemblement de défense des services publics qui a réuni 260 organisations associatives, syndicales, politiques, mutualistes. La présidente de la section Indre-et-Loire de Mutuale, Joëlle Guérin, y a par-

ticipé avec Convergence des Services Publics 37. Ces trois jours ont permis de débattre sur la Sécurité Sociale en présence de Bernard Teper, et de participer à des ateliers sur l'énergie, le logement, la sécurité sociale de l'alimentation, l'hôpital public et la santé.

La section poursuit localement, avec ses partenaires, les débats et les actions de mobilisation avec les adhérents pour défendre l'hôpital public et la Sécurité sociale, qui seront une fois de plus mis à mal par le PLFSS (Projet de Loi de Financement de la Sécurité sociale) 2024, et plus largement tous les services publics qui sont notre bien commun.



AGENDA

CENTRE - VAL DE LOIRE

Cher

14 septembre : assemblée de section dans les locaux de l'Union Départementale C.G.T - 8, place Malus à Bourges - 17h00

7 Octobre : Mutuale partenaire d'Octobre Rose à St-Amand-Montrond à l'espace Sam Expo.

Indre-et-Loire

7 octobre : Randonnée solidaire et santé prévue sur le secteur d'Artannes en partenariat avec la Fédération sportive et gymnique du travail.

19 octobre : Assemblée de section le jeudi

MUTUALE NORMANDIE



Mutuale au 1^{er} salon Business Expo de Rouen

Le 11 mai, Mutuale était présente au premier salon Business Expo de Rouen organisé par l'entreprise Infinity spécialisée dans l'organisation d'événements sportif,

culturel ou d'entreprise. La mutuelle a pu présenter l'ensemble de ses services dans un espace réunissant plus de 200 entreprises.

MUTUALE PICARDIE

Lutter contre la précarité alimentaire de jeunes scolarisés

Mutuale participe depuis deux ans aux levées de fonds de l'association SolAm qui lutte contre la précarité alimentaire, en organisant des marchés solidaires et en créant cette année une conserverie solidaire au sein du lycée public Édouard Gand d'Amiens. « Il s'agit de toucher un public jeune, des étudiants en CAP, en BTS et en DUT » explique Mathieu Douillot, responsable Mutuale de la région. Ces jeunes vont apprendre à cuisiner et mettre en conserve des produits locaux de saison fournis par les maraîchers partenaires de SolAm.

« On veut les sensibiliser à l'importance de l'alimentation et leur transmettre en même



temps un savoir-faire, qu'ils pourront eux-mêmes transmettre à leur tour » explique Lucien Fontaine, président de SolAm.

La section de Mutuale poursuit ainsi une série de partenariats qui s'inscrivent dans la logique de Sécurité Sociale Alimentaire que défend la mutuelle.

MUTUALE NORD-PAS-DE-CALAIS

Mutuale aux côtés du personnel du Centre Hospitalier de Somain

Le Centre Hospitalier de Somain et son personnel étaient à l'honneur le samedi 11 mars en raison de leur engagement face au Covid-19. Ils ont été érigés au rang de citoyens d'honneur au cours de cette cérémonie qui s'est déroulée en présence du Maire, du sous-préfet de Douai, du président de la communauté de communes Cœur d'Ostrevent, et de Mutuale qui a tenu un stand pour l'occasion.

MUTUALE PICARDIE

La Nuit de l'égalité

Mutuale a invité ses adhérents à participer le 7 mars à la première nuit de l'égalité organisée par l'association Le Cercle de Théia, à Amiens. Mutuale était partenaire de cet événement qui a réuni les associations et organismes locaux œuvrant en faveur des Droits des Femmes. Au programme, exposition, témoignages de femmes et grand débat sur l'égalité.



La santé, notre métier

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



AGENCES MUTUALE, LA MUTUELLE FAMILIALE

AUVERGNE

Agence de Montluçon:

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

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

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

BRETAGNE

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

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

GENTRE - VAL DE LOIRE

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

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

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

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

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

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

NORMANDIE

Agence de Grand-Couronne:

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

NORD-PAS-DE-CALAIS

Agence de Calais:

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

PICARDIE

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

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

RÉSEAU DE SOINS - MFOS MUTUELLE FAMILIALE DES ŒUVRES SOCIALES

CENTRES DENTAIRES

La Chaussée Saint-Victor:

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

Romorantin:

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

Vendôme:

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

CENTRES OPTIQUES

Comptoir Visuel Saint-Gervais-la-Forêt:

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

Comptoir Visuel Vendôme:

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

Comptoir Visuel Romorantin:

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

SIÈGE

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

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

ASSOCIATION PASSAGE

Proximité et vivre-ensemble

Rattachée au dispositif d'Aide à l'Enfance, l'association Passage Prévention Spécialisée, créée en 1972, ne cesse de développer ses actions en direction des jeunes. Aujourd'hui présente sur les bassins annécien, annemassien et genevois, elle concerne environ 1900 jeunes de 8 à 18 ans.

L'objectif de l'association Passage est de répondre aux problématiques liées à l'adolescence, au milieu culturel défavorisé, à la stigmatisation ou au repli identitaire. En partenariat avec les structures locales et administratives, elle construit des projets qui visent à lutter contre la marginalisation, la précarité, le décrochage scolaire, les conduites addictives.

Exerçant aux côtés des partenaires éducatifs et des structures d'animation en temps libres, les travailleurs sociaux sont en lien direct avec les collégiens en proposant des campagnes de prévention autour de l'utilisation du numérique, du

rapport au corps et de la sexualité. Leur champ d'action s'étend jusqu'aux familles de ces jeunes pour ré-impulser un vivre ensemble qui parfois finit par faire défaut.

La proximité : voie de l'adhésion libre

La force du dispositif tient à la proximité qu'elle privilégie et par l'adhésion qu'elle suscite. Aucune nomination administrative n'est à l'origine de l'intégration des jeunes au dispositif de Passage. Les éducateurs de rue vont à la rencontre des jeunes et des parents en se rendant sur les lieux

qu'ils fréquentent : dans la rue, les parcs, les cafés, les immeubles... Et avec un véhicule aménagé, le Pass&Pause, ils sont présents sur site du lundi au samedi de 19 heures à 22 heures.

Point Écoute Parents

Totalement anonyme et ne demandant aucune démarche administrative, ce dispositif apporte un soutien gratuit. Il est un intermédiaire entre l'accompagnement social et éducatif et la prise en charge thérapeutique.

Les écoutants sont formés pour intervenir dans la cellule familiale.

Commune Nouvelle Annecy : 06 19 94 09 85
Bassin genevois : 07 79 80 57 96



La solidarité, la proximité et l'insertion sont des valeurs chères à Entis. Pour soutenir les actions et les jeunes que l'association Passage accompagne, notre mutuelle se mobilise par une participation financière.



En savoir +
www.passage.asso.fr

SOLAM

Marchés solidaires : Aider sans stigmatiser

Depuis trois ans, l'association SolAm met en relation maraîchers locaux et associations pour donner aux personnes en difficulté accès à des produits sains et de saison. Ces "marchés" leur permettent de redonner du sens à leur assiette.

« Quand on pense à la fin du mois, on ne pense pas à la fin du monde » resitue Lucien Fontaine, ni à s'offrir des légumes frais et bio. C'est de ce constat que sont nés les marchés SolAm. Et d'une circonstance : la Covid. Lucien Fontaine, qui est alors président de l'Unicef Picardie, n'a plus de bénévoles, tout est fermé à Amiens comme partout, les maraîchers n'arrivent pas à écouler leur production, les associations n'ont plus de contact avec les personnes qu'elles accompagnent.

Ni une ni deux, Lucien Fontaine organise des "marchés" qui sont un bon prétexte pour retrouver ces populations fragilisées et les aider sans stigmatiser. « Ce ne sont pas des distributions. Le format "marché" est important pour socialiser ». Chaque association programme les marchés dans sa structure, et souvent des ateliers cuisine sont organisés : « On peut donner tous les légumes que l'on veut : si les gens ne savent pas les cuisiner, ça ira à la poubelle ».

Pour rétribuer les maraîchers, l'association SolAm

lève des fonds. C'est dans ce cadre que des mutuelles, à l'instar de Mutuale, permettent de pérenniser ces marchés solidaires.



POUR UNE SÉCURITÉ SOCIALE ALIMENTAIRE

L'association SolAm, qui fait partie du réseau de la Sécurité sociale alimentaire et du réseau des Jardins de Cocagne, milite pour une Sécurité sociale alimentaire. L'accès à l'alimentation est un droit. « La solidarité nationale devrait s'exercer dans ce domaine comme pour la santé » estime Lucien Fontaine dont l'association s'est transformée en caisse alimentaire abondée par des particuliers ou des entreprises qui partagent ces convictions.



En savoir +
www.helloasso.com/associations/solam



Cet été, pensez à conserver...



Pratiques, saines, économiques et écologiques. Voilà qui décrit parfaitement les conserves artisanales, celles que l'on fait maison avec des produits bruts et frais. Malgré les révolutions successives en matière de conservation, les bocaux et conserves ont, ces dernières années, retrouvé leurs lettres de noblesse.

À la fois délicieuse et porteuse de sens et de valeurs, la conserve a le vent en poupe. Nombreux sont les Français qui s'y mettent, et les groupes d'entraide et d'échange de recettes sur les réseaux sociaux ont de plus en plus de succès. Il faut dire que ce petit bocal en verre est certainement le plus à même de répondre aux enjeux de demain.

Une alimentation économique et écologique...

Faire et manger des conserves, c'est donner un sens à son alimentation et s'assurer de manger des aliments sains et variés, dont on connaît l'origine et dont on maîtrise les ingrédients. Pour l'autrice culinaire Audrey Briday, « la conserve concoctée chez soi a l'avantage de figer les saisons ». En effet, elle permet de respecter la saisonnalité et le cycle naturel des fruits et légumes, tout en dégustant des tomates ou des poivrons quand on veut.

Une manière de faire des économies en achetant des produits bruts moins chers, et de préserver l'environnement puisque la conserve évite le gas-

pillage, est contenue dans du verre réutilisable et recyclable à l'infini, et ne requiert aucune énergie pour être conservée. Pour le sociologue Christian Gatard, la conserve « constitue aujourd'hui un choix alimentaire responsable, adapté à notre époque et demain à notre futur ».

... pratique et saine

Il existe en réalité bien des manières de faire des conserves : la conservation dans du vinaigre, la lactofermentation, la déshydratation et, la plus connue, la stérilisation. Bien réalisée, cette dernière permet de garder toutes les saveurs et les vitamines des aliments, sans avoir besoin d'ajouter de conservateurs. Si elle s'adapte à notre volonté de mieux manger, la conserve convient parfaitement à nos modes de vie car il n'y a qu'à la réchauffer.

Pour Christian Gatard, les conserves « apportent nombre de services, parmi lesquels une disponibilité de tous les instants et une absence de préparation compliquée ». En effet, quand on prépare des conserves, on prépare de nombreux repas en une seule fois.

Comment on s'y met ?

La fabrication d'une conserve requiert plusieurs étapes importantes, qui, si elles ne sont pas respectées, risquent non seulement d'altérer le goût des aliments, mais aussi de les rendre toxiques pour qui les mange.

■ **Nettoyez correctement vos bocaux** à l'eau chaude savonneuse. Il faut que les bocaux soient en parfait état.

■ **Respectez les conditions d'hygiène** dans la préparation de ce que vous voulez conserver.

■ **Cuisinez les aliments.** Blanchissez vos légumes, videz et nettoyez les volailles...

■ **Remplissez vos bocaux** avec une préparation la plus chaude possible. Veillez à ce que les aliments soient correctement répartis et qu'il n'y ait pas de poche d'air.

■ **Fermez les bocaux.** Si vos bocaux comportent une rondelle, il faut que celle-ci soit neuve et préalablement ébouillantée.

■ **Procédez rapidement au traitement thermique** dans un stérilisateur, dans un autocuiseur ou dans une cocotte-minute. La durée du traitement thermique dépend des recettes et des aliments conservés. Attention, le stérilisateur permet uniquement de pasteuriser.

■ **Vérifiez l'étanchéité** de vos conserves une fois refroidies (le couvercle doit rester collé au bocal) et stockez les conserves à l'abri de la lumière, de la chaleur et de l'humidité.

... et à confiter !

Qui n'a jamais trempé son doigt dans un pot de confiture pour y retrouver le goût de son enfance ! Aujourd'hui sur de nombreuses tables au petit-déjeuner, l'électuaire, comme on la nommait au Moyen-Âge, était à l'origine un ingrédient de la pharmacopée arabe. Procédé ingénieux pour la conservation des fruits mais aussi des légumes, la confiture se confectionne à toutes les sauces.

Il est grand temps de ressortir du placard cette bassine en cuivre, idéale pour réaliser de délicieuses confitures. Chaque année, près de 60 % des Français préparent leurs propres confitures. L'été est le moment idéal pour réaliser des confitures maison, puisque c'est la saison qui nous offre la plus grande variété de fruits. Une manière de se délecter avec gourmandise d'un mets de qualité tout en perpétuant une tradition millénaire et intergénérationnelle.

La recette de la simplicité

Popularisée par Nostradamus dans son Traité des fardements et confitures (1555), la confiture est la recette même de la simplicité : des fruits ou des légumes, du sucre, de la pectine et du citron. Rien de plus. Pourtant, la confiture nécessite de suivre quelques règles. Le choix des fruits ou des légumes est primordial. Il s'agit de ne pas les choisir trop mûrs mais à juste maturité pour que la consistance soit optimale. Le sucre est l'autre ingrédient phare, qui permet la bonne conservation de la confiture. Selon la législation, il ne doit pas excéder 55 g pour 100 g de produit fini (décret du 14 août 1985), en comptant le sucre des fruits et celui que l'on ajoute. Le tout est chauffé dans une bassine en cuivre, à haute température.

Un appel à la créativité et au partage

Pour le chef Jean-Marie Guilbault, élu meilleur confiturier de France en 2011, « toutes les alliances sont possibles, à partir du moment où les saveurs sont équilibrées ». Fruits ou légumes sont ainsi mélangés, agrémentés d'épices, d'herbes aromatiques ou de pétales de fleurs, selon les envies et les goûts.

La seule limite est notre imagination. C'est le cas d'Audrey, qui, tous les étés, réalise ses confitures en adaptant au goût du jour les recettes de sa grand-mère : « Elle m'a transmis le goût de faire de



« Qu'elle soit aux fraises à la rhubarbe
On l'ingurgite goulûment
La confiture on la chaparde
On l'aime clandestinement »

La Confiture, chanson des Frères Jacques

la confiture maison. Ses recettes sont simples mais délicieuses. Aujourd'hui, j'y ajoute quelques épices ou des saveurs plus modernes ».

Faire de la confiture : un acte militant ?

À l'origine, faire des confitures était le seul moyen de conserver les fruits. Aujourd'hui, la réaliser maison permet de se passer des préparations in-

dustrielles, souvent plus sucrées, dont on ne connaît généralement pas l'origine des fruits. Dès lors que l'on utilise des fruits ou des légumes locaux et de saison, cueillis ou récoltés à maturité et qui ne sont pas issus de l'agriculture intensive, les confitures permettent de protéger la biodiversité tout en mangeant mieux et moins cher, faisant de la préparation des confitures un véritable acte militant.

DU SUCRE, OUI, MAIS AVEC MODÉRATION



Principalement composée de sucre et de fruits, la confiture, même faite maison, n'a que peu d'intérêt nutritionnel. En effet, elle contient du fructose mais pas de fibres ni de vitamines et reste, de fait, un aliment plaisir qu'il convient de manger avec modération dans le cadre d'une alimentation équilibrée. Combinée avec un jus de fruit, c'est une vraie bombe calorique et glucidique. En effet, cet apport de fructose combiné à une absence de fibres accélère le passage du sucre dans le sang, faisant augmenter rapidement le taux de glycémie. In fine, ce fructose est transformé par le foie en graisses.

L'infirmière Asalée

Afin d'améliorer la prise en charge des maladies chroniques en médecine de ville, médecin traitant et infirmière spécialisée en santé publique s'associent pour permettre au patient, grâce à l'éducation thérapeutique, de s'approprier sa pathologie. Explications avec Lucie Legeard, infirmière Asalée à Annecy.



ASALEE, acronyme de Action de Santé Libérale en Equipe, désigne un protocole de coopération créé en 2004 qui permet des délégations d'actes ou d'activités des médecins généralistes vers des infirmières déléguées à la santé publique (IDSP) au sein d'un cabinet. Des infirmières que l'on appelle par métonymie "Asalée". Leur rôle ? Redonner aux patients des compétences, des connaissances, pour qu'ils puissent vivre le mieux possible leur pathologie chronique. Pour que le patient soit acteur de sa santé. «*À l'hôpital, on est dans l'action et le faire, resitue Lucie Legeard. Ici on est dans le faire faire par le patient*».

L'éducation thérapeutique au cœur de la prise en charge

Les infirmières Asalée passent beaucoup de temps à expliquer. «*Il arrive en consultation de*

voir des patients malades depuis 6 ou 7 ans et qui ne connaissent quasiment rien de leur maladie. » Or les infirmières Asalée interviennent dans des cas qui nécessitent d'aménager la vie quotidienne. «*Nous avons des protocoles validés par l'ARS pour les diabètes de type II ou pré-diabètes, les risques cardio-vasculaires, l'asthme, l'arrêt du tabac, les BPCO, les enfants en surpoids*». L'éducation thérapeutique permet d'ancrer dans les habitudes du patient les bonnes pratiques, la bonne observance des traitements. Le suivi s'inscrit dans la durée. «*On les aide à trouver les solutions qu'ils vont pouvoir tenir dans le temps. Et ce qui est intégré va avoir une action sur le long terme.* »

Plusieurs études ont montré une amélioration significative de la qualité de vie chez les patients, notamment diabétiques, grâce au protocole Asalée, qui a été étendu en 2012 sur l'ensemble du territoire.

Des délégations de pouvoir

Le protocole Asalée a modifié la prise en charge des patients, mais il a aussi créé de nouvelles interactions entre médecin et infirmière. «*Dans tous les cabinets, on voit que la coopération avec les*

médecins est la condition sine qua non de la réussite de ce suivi. Il faut une relation de confiance. On ne travaille pas toute seule. Et inversement, le médecin tire profit des informations que l'on fait remonter jusqu'à lui. » Le temps d'échange avec les médecins est inclus dans le processus.

Au fur et à mesure, l'ARS a d'ailleurs élargi le champs d'action des infirmières, avec des actes dérogatoires pour faire réaliser des électrocardiogrammes par exemple. Ces délégations libèrent du temps pour les médecins et augmentent le temps – généralement très minuté – consacré au patient. «*On a plus de temps d'écoute. Les patients nous disent des choses qui leur paraissent trop futiles pour être signalées aux médecins.* » Et c'est là que les Asalées trouvent souvent des points à corriger.

Les infirmières Asalée sont plus proches des patients : elles sont dans le cabinet de leur médecin traitant. Les délais pour avoir un rendez-vous sont moins longs qu'à l'hôpital. Et, pour que les patients n'hésitent pas à avoir recours à elles, ils peuvent prendre rendez-vous sans prescription du médecin et la consultation est prise intégralement en charge par la CNAM.

L'ENTRETIEN MOTIVATIONNEL

Les infirmières Asalée réalisent un "entretien motivationnel". Développé dans les années 80 par William R. Miller et Stephen Rollnick, deux psychologues cliniciens américains, l'entretien motivationnel a d'abord été utilisé pour le traitement de la dépendance à l'alcool. Cet entretien centré sur le patient vise à encourager à changer son comportement en l'aidant à trouver ce qui le motive, ses objectifs, ses aspirations, ce qui le freine au contraire. Il s'agit pour le patient de mesurer l'écart entre ses habitudes de vie actuelles et celles visées. Ce travail d'identification des motivations personnelles est nécessaire pour l'adhésion au traitement médical, pour les addictions, pour les troubles alimentaires et pour devenir acteur de sa santé.

PARCOURS ET REPÈRES

Diplôme : Les infirmières dites Asalée sont des infirmières diplômées d'Etat (IDE) qui font acte de candidature auprès de l'association Asalée pour exercer dans un secteur validé par l'ARS et disposant de médecins volontaires pour entrer dans le protocole. Il faut faire état de trois années d'expérience complètes. Les infirmières Asalée deviennent alors infirmières déléguées à la santé publique (IDSP)

Nombres de soignants concernés : En 2023, le protocole concerne 7801 médecins généralistes et 1792 IDPS

Salaire : entre 1800 et 2400 € hors prime.

Secteur : Les "asalée" exercent pour la plupart en tant que salariées au sein d'un cabinet médical ou d'un centre de santé, mais certaines font le choix du libéral (25 % en 2018).

Présence sur les territoires : 2555 implantations sur le territoire.

Comment l'intelligence artificielle va révolutionner la santé



Aide précieuse au service du diagnostic, les algorithmes sont déjà utilisés depuis des années dans le milieu médical. Si leur utilisation va en se généralisant, elle ne va pas sans interrogations : comment utiliser l'intelligence artificielle (IA) de manière optimale en évitant les écueils, éthiques notamment ?

Banque, GPS, e-mails, achats en ligne et même rédaction de textes ou création d'œuvres d'art... l'intelligence artificielle est partout autour de nous. Dans le domaine de la santé aussi, même si on le sait peu. Pour le directeur général de l'OMS, le Dr Tedros Adhanom Ghebreyesus, l'IA « présente un immense potentiel pour améliorer la santé [...] [mais] elle peut aussi entraîner des effets préjudiciables ».

Du diagnostic à la santé prédictive

Grâce à sa capacité à traiter des milliards de données en peu de temps, l'IA permet d'« alléger le travail technique du médecin, qui aura donc plus de temps pour l'humain », explique le professeur Jean-Emmanuel Bibault, oncologue et auteur de l'essai 2041 : l'Odyssée de la médecine (éd. des Équateurs). Elle serait même meilleure que l'humain pour diagnostiquer ou cibler des tumeurs à irradier.

Mais l'innovation continue avec le deep learning (apprentissage profond), pour prédire si un individu sera, au cours de sa vie, atteint d'un cancer du sein, de la maladie d'Alzheimer ou même en proie à des idées suicidaires.

L'IA, mieux qu'un médecin ?

Les études comparatives mettent majoritairement l'IA gagnante face à l'humain, notamment en matière de diagnostic. L'IA remplacera-t-elle un jour le

médecin ? Pour Jean-Emmanuel Bibault, « l'intelligence artificielle ne remplace absolument pas les médecins ou les infirmiers ». Le médecin sera toujours chargé du diagnostic final, d'autant que, basée sur la logique, les statistiques et les données du passé, l'IA manque à ce jour cruellement d'intuition, voire de créativité.

Mais lorsque l'humain ne peut faire ce que l'IA fait, comment vérifier son travail ?

Des enjeux éthiques

Dans son Magazine #53 consacré à la santé numérique, l'INSERM affirme que « l'innovation numérique doit absolument rester bénéfique pour la société [...] la résolution des nouvelles questions éthiques liées à la protection des données des patients, à l'accessibilité des outils, à l'aggravation de la fracture numérique ou à l'impact environnemental [...] sera déterminante ».

Dans le domaine de la santé, les questions des données de santé et du secret médical sont donc primordiales, surtout lorsque ce sont des intérêts privés qui sont à l'œuvre : « Le choix d'opérateurs privés laisse craindre l'influence d'enjeux financiers [...] potentiellement contraires à l'intégrité scientifique et à l'intérêt collectif. »

Des questions économiques, éthiques et politiques qu'il faut forcément prendre en compte car l'IA questionne le système de santé dans son ensemble.

QUAND L'IA AMUSE ET FAIT PEUR À LA FOIS

Nous sommes nombreux à nous être fait berner par cette photo, aussi étonnante qu'inventée de toutes pièces, du pape François portant une doudoune blanche. Le responsable ? Midjourney, une IA, génératrice d'images à partir d'un texte descriptif. Et ce n'est pas le seul logiciel à révolutionner le monde du numérique et de la création et susciter l'enthousiasme du public. ChatGPT, une IA dite "générative", permet de rédiger n'importe quel texte sur à peu près n'importe quel sujet.

Pour le sociologue Yann Ferguson, ces « intelligences artificielles génératives ont un effet sur des métiers qui semblaient à l'abri de l'automatisation, en particulier dans le tertiaire ». L'avènement de ces IA soulève de nombreux problèmes éthiques, que dénoncent mille personnalités et scientifiques dans une lettre, appelant à « prendre du recul et réfléchir aux implications de ces technologies que l'on met actuellement dans les mains de millions d'individus ». À ces risques s'ajoute une question, fondamentale : « Devons-nous automatiser tous les emplois ou seulement utiliser l'IA pour remplacer les choses que nous n'aimons pas faire ? »

Jardins partagés, cultiver le respect du vivant



Des fraises entre deux immeubles d'habitation ? Des courgettes sur le toit d'une université ? Et pourquoi pas des ruches juste à côté d'une entreprise ? Ces dernières années, les jardins partagés et l'agriculture urbaine ont la cote, pour produire de quoi se nourrir sainement et se retrouver sur un lieu commun et collectif.

Quand des habitants gèrent et animent un jardin au cœur de leur quartier, ils récoltent non seulement des fruits et des légumes de saison, ils participent à la préservation de la biodiversité, ils protègent leur santé mais ils créent aussi du lien social, de la solidarité et de la démocratie. Ces lieux de vie ouverts sur le quartier sont riches de valeurs et destinés aux urbains souvent éloignés de la nature.

Une origine populaire

En France, l'apparition des jardins partagés est liée à la Révolution industrielle et plus particulièrement à l'abbé Lemire, qui crée en 1896 la Ligue française du coin de terre et du foyer pour nourrir les ouvriers. Ces jardins deviennent des jardins familiaux au milieu du xx^e siècle, s'exportent dans les années 1970 aux États-Unis avant de revenir en France dans les années 1990.

Aujourd'hui, pour le ministère de l'Agriculture, le jardin partagé est « une solution efficace pour répondre à l'ambition de nourrir les villes en respectant les circuits courts ».

Respecter l'environnement et la santé

Le jardin partagé est un fantastique terrain d'expérimentations et d'actions pour produire des fruits et des légumes dans le respect de l'environnement et des ressources naturelles. Chaque jardin

a sa charte, mais tous ont en commun l'adoption de pratiques respectueuses des écosystèmes, de la biodiversité et des cycles naturels.

En 2021, le plan France Relance a lancé un appel à projets pour développer des jardins partagés et l'agriculture urbaine, mobilisant au niveau national 17 millions d'euros. L'objectif ? Mieux connaître le vivant et mieux manger.

De la graine plantée au compost, c'est tout le cycle de vie d'un légume ou d'un fruit qui est ici valorisé. Et ça fait du bien à la santé car les cultures, sans produits phytosanitaires, sont diversifiées et de saison. Jardiner, c'est bouger et, aussi, s'aérer l'esprit.

Un jardin pour faire le lien

Les activités ne se limitent pas au jardinage. Dans la charte commune aux jardins partagés (charte de l'association Le Jardin dans tous ses états), ils permettent « le renforcement de liens sociaux, là où les conditions d'existence ont contribué à distendre les mailles de la vie sociale, de l'entraide et du dialogue [...] et à donner un point d'appui aux personnes en difficulté, afin de retrouver utilité sociale et dignité ».

En réunissant les habitants d'un même quartier, le jardin partagé encourage la mixité sociale, culturelle et générationnelle, en encourageant la démocratie à travers une gestion collective du projet. De là à dire que cette forme d'agriculture urbaine et citoyenne peut influencer notre manière de vivre ensemble, il n'y a qu'un pas !

À AMIENS, MUTUALE SOUTIENT LES JARDINS PARTAGÉS

Grâce à son fonds de dotation, Mutuale Solidarité, Mutuale a soutenu financièrement un projet de jardin solidaire et partagé à Amiens. L'objectif de l'association Terre Zen et du collectif L'Île aux fruits est de mettre en œuvre une production agricole et maraîchère pour permettre aux habitants du quartier Gare La Vallée de se rencontrer, d'apprendre à cultiver eux-mêmes et valoriser leurs légumes.



Et si les jeunes laissaient tomber leur smartphone ?

Ranger son smartphone au fond d'un tiroir ? Pour certains, y penser est une angoisse, mais, pour d'autres, de plus en plus nombreux, c'est un choix. Comment et pourquoi la génération Z délaisse les téléphones intelligents et se réapproprie les téléphones "brique" ?



Lola Shub a 18 ans. Avec une camarade de lycée, elle a créé le Luddite Club, le club des adolescents qui vivent sans smartphone. Créé en 2021 à Brooklyn, ce club a rapidement eu du succès, et aide, via des réunions hebdomadaires, les ados à se sevrer de l'usage de cet objet devenu indispensable.

Tous accros au smartphone ?

Née avec Internet et les réseaux sociaux, la génération Z (personnes nées entre 1997 et 2010) est majoritairement équipée de smartphones (95 %). On les appelle des screenager, contraction des mots screen (écran) et teenager (adolescents). Ils passent plusieurs heures par jour sur les applications de leur téléphone et les réseaux sociaux. Ils

sont néanmoins de plus en plus nombreux à remettre en cause l'emprise des smartphones sur leur vie, sur leur cerveau et sur leur santé.

Un retour aux anciens téléphones

On croyait le Nokia 3310 définitivement relégué au rang d'antiquité mais il n'en est rien ! En effet, ces téléphones "brique" ou *dumbphones* ("téléphones idiots" en anglais) sans accès Internet voire sans appareil, qui servent uniquement à téléphoner et à envoyer des SMS, ont le vent en poupe. Leur

avantage ? Ils sont moins chers, nécessitent un forfait simple et permettent de reprendre possession de sa vie, de vivre les moments et de les savourer pleinement.

S'extraire de la sollicitation permanente

Pour le sociologue Dominique Boullier, les premiers téléphones portables avaient déjà introduit le concept d'être joint à tout moment, mais « *celui qui détient le smartphone s'expose à la possibilité d'être en permanence sollicité et dérangé* ». Une ultra-connexion délétère, puisqu'elle peut s'accompagner de nombreux maux physiques et psychologiques. Les raisons sont également militantes : la lutte contre la récolte des données personnelles, la protection de l'environnement et des ressources de métaux rares, la protection des travailleurs pauvres.

EN CHIFFRES :

735 millions : c'est le nombre de dumbphones vendus en 2020, un marché qui a quasiment doublé par rapport aux années précédentes. La même année, il s'est vendu 1,332 milliard de smartphones dans le monde, mais, depuis, les ventes de téléphones intelligents tendent à baisser sensiblement.

Les Écrans-rois : aidons nos enfants à reprendre le contrôle

de Carole Bienaimé Besse
Éditions l'Observatoire / 2023 / 21 €

Les enfants et les adolescents ont vu leur temps d'exposition aux écrans atteindre des niveaux records, sans qu'aucune attention soit vraiment portée aux contenus qu'ils regardaient. Comment en sommes-nous arrivés là et comment y

remédier ? Comment aider nos enfants à reprendre le contrôle ? Dans cet essai qui tient autant de l'analyse critique que du guide pratique, l'auteure explore avec intelligence et rigueur les enjeux et les défis de notre société hyperconnectée et les conséquences sur les plus jeunes. Elle démontre comment les écrans affectent leur santé mentale et leur développement intellectuel.



Une France sans eau : L'enquête

de Vincent Lucchese
Éditions Alisio / 2023 / 19,90 €

Sur les routes de France, du Doubs aux Hautes-Pyrénées, le journaliste scientifique Vincent Lucchese mène l'enquête. Vous allez enfin comprendre les fascinants

mécanismes du cycle de l'eau, les ressorts de cette crise et comment adapter nos infrastructures et modes de vie pour faire face à ces changements si rapides sans sacrifier les écosystèmes.



Conservation, la bible pour réussir

de Lucie Boiogo et Johann Gis
Éditions Rustica / 2023 / 22,95 €

Votre potager a été généreux, les marchés débordent de produits saisonniers, et vous souhaitez transformer vos beaux fruits et légumes en plats sains et savoureux, respectueux de l'environnement, de votre santé, et en toute simplicité ?

Voici la bible qu'il vous faut pour réussir ! Découvrez dans cet ouvrage des solutions ludiques et réalistes adaptées à vos besoins, qui vous aideront à conserver.



Kiosque

Assurance Scolaire
et extrascolaire

Une assurance qui va
vous laisser sans voix.

Vous assurez, vraiment !

Seulement
9€*
la 1^{ère} année
Attestation immédiate

Les + Mutuelle

- + Couverture 24 h/24, dans toutes les activités
- + Prise en charge des **frais de soins, lunettes, prothèses ou appareils dentaires**
- + **Protection de votre enfant** qu'il soit victime ou responsable d'un accident



Les offres
**Assurance
Scolaire**

Pensées pour votre budget



Rendez-vous sur le site de votre mutuelle

* Offre valable pour toute nouvelle souscription puis 14 €/an dès la 2^e année. Voir modalités en agence.

JEU CONCOURS BONNE SANTÉ MUTUALISTE N°102

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

Avez-vous bien lu votre magazine ?

Répondez à ce questionnaire pour le vérifier.

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

1/ Avec la nouvelle réglementation, le remboursement de la sécurité sociale pour des soins bucco-dentaires s'élève à :

- 50% 70% 60%

2/ Le domaine qui utilise le plus d'eau est :

- L'industrie L'agriculture L'énergie

3/ Les conserves permettent de garder l'apport en vitamines des aliments :

- Vrai Faux

4/ Les fruits conservés en confiture gardent leur apport vitaminique :

- Vrai Faux

5/ Les jardins familiaux voient le jour :

- En 1950 En 1970 En 1990

Pour participer, retournez le coupon avant le 31 juillet 2023 inclus à l'adresse suivante :

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

Mutuelle : _____

Numéro d'adhérent : _____

Nom : _____

Prénom : _____

Adresse : _____

CP : _____ Ville : _____

Téléphone : _____

Mail : _____