

# le mag

Identités Mutuelle

## ENJEU

Retour sur  
les principes  
fondateurs  
de la mutualité

## DÉCODAGE

La réforme  
100% santé

*Troubles  
musculo-squelettiques*

**Et si vous  
changiez  
de posture ?**





Yves BASTIÉ  
Président

### UNE PÉRIODE COMPLEXE PROPRE À LA RÉFLEXION...

Administrateurs et salariés se sont interrogés sur les « valeurs » de notre mutuelle, se faisant aussi les interprètes de votre propre vision d'Identités Mutuelle.

Trois « valeurs » se sont dégagées et font consensus : Bienveillance, Simplicité, Agilité.

Ces valeurs s'incarnent au quotidien, elles sont mises en jeu dans nos activités, nos situations de travail et nos décisions.

#### Bienveillants, Simples et Agiles...

Bienveillants, comme il est naturel de l'être en étant attentifs à vos besoins, en créant une relation de proximité, en nous rendant disponibles et à votre écoute.

Simples, comme il est nécessaire de l'être pour que vous puissiez comprendre aisément un monde de la santé chaque jour plus complexe, mais aussi simples comme doivent être nos relations et nos échanges en toute confiance et franchise.

Agiles, pour être capables d'accomplir notre mission quels que soient les contraintes législatives et réglementaires mais aussi les impératifs techniques et financiers.

Porter ces trois valeurs, leur donner corps chaque jour à votre service, c'est notre engagement.

Pour accompagner cette nouvelle étape, il fallait aussi une nouvelle signature, après « UNIQUE ENSEMBLE » qui mettait en avant notre respect de la diversité et notre capacité à vivre ensemble, c'est le temps d'« Aujourd'hui et Humains » !

Merci de votre confiance.

Bien cordialement.

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



**04\_TENDANCES**  
Succès croissant pour  
la consultation à distance

**06\_DOSSIER**

**TMS :**  
*Et si vous changiez  
de posture ?*

**10\_DÉCODAGE**  
Tout sur le « reste à charge zéro »

**12\_À VOS CÔTÉS**  
Votre mutuelle vous accompagne

**13\_ENGAGÉS**  
Identités Mutuelle donne de la voix

**14\_DÉCRYPTAGE**  
La nouvelle offre Jeun'Or

**15\_ENJEU**  
Avec vous et pour vous

**16\_VOS CONTACTS**  
**IDENTITÉS MUTUELLE**



## ACTIVITÉ


## FERMETURE DE L'AGENCE D'ARRAS MAIS POURSUITE DE NOS ACTIVITÉS SOLIDAIRES DANS L'ARTOIS

En avril 2014, Identités Mutuelle ouvrait une agence à Arras avec un nouveau concept alliant convivialité, proximité, accueil personnalisé et nouvelles technologies. Mais cette agence n'a pas connu le succès attendu. Nos agences, outre le service de proximité, ont pour mission de sensibiliser chaque adhérent à « agir pour sa santé » grâce à des ateliers, des réunions d'information... Nous poursuivrons ces actions

de prévention et de solidarité avec nos partenaires associatifs, territoriaux et entrepreneurs à Arras.

À partir du 15 septembre, nos équipes se tiennent à votre disposition dans leurs nouveaux locaux :

 **Service gestion Hauts-de-France – 378, rue de Paris – 59500 DOUAI**

 **MNEC – place Georges-Clemenceau – 62400 BÉTHUNE (mnecc@identites-mutuelle.com)**



## VIGILANCE

## ATTENTION AUX ABUS DE DÉMARCHAGE

Des professionnels peu scrupuleux opèrent des démarchages abusifs en assurance santé par téléphone ou à domicile. Ils sont parfois agressifs et peuvent ainsi vous inciter à résilier votre garantie santé. Si vous êtes victime de ce type de démarchage, prenez contact avec votre conseiller ou notre service client. Nous vous conseillons de vous inscrire au service Bloctel, liste d'opposition au démarchage téléphonique, gratuit pour les consommateurs ([www.bloctel.gouv.fr](http://www.bloctel.gouv.fr)) ou de vous inscrire sur liste rouge.

## COMMUNICATION

## UN NOUVEAU LOGO POUR IDENTITÉS MUTUELLE



Incarner l'histoire et l'ADN d'Identités Mutuelle tout en se projetant vers l'avenir : c'est le sens de l'évolution de notre logo, qui se traduit en mots par « Aujourd'hui et Humains ». Afin de traduire notre raison d'être en mots et en image, un travail de co-construction associant les collaborateurs a permis de recueillir leur vision de la mutuelle et de ses valeurs. Bienveillance, Simplicité et Agilité ressortent de ces échanges, qui décrivent une mutuelle engagée et à taille humaine. La démarche adoptée montre la volonté de partager ce qui

fédère, guide et fait agir les équipes d'Identités Mutuelle. « La nouvelle signature d'Identités Mutuelle nous inscrit résolument dans le quotidien, le présent, mais aussi dans la durée, une forme de modernité sensible, résume Stéphane Gaudu, directeur général d'Identités Mutuelle. Demain se fabrique aujourd'hui, nul besoin pour cela de renier son passé. Identités Mutuelle n'est faite que d'hommes et de femmes qui partagent des préoccupations, des envies mais aussi des convictions et des valeurs. Totalement Aujourd'hui et résolument Humain! »

## LOI

## RÉFORME DE L'ACS

Le dispositif de l'ACS (aide à la complémentaire santé) est remplacé par la CMU-C contributive le 1<sup>er</sup> novembre 2019. La participation financière des bénéficiaires dépend de l'âge et se situe entre 8 et 30 € par mois. Ce dispositif, comme la CMU-C, est assujéti à un plafond de ressources. Contactez votre agence pour plus d'informations.

# La consultation à distance, un succès croissant

*Réponse aux déserts médicaux et à la difficulté d'accès aux soins de certains Français, la télémédecine surfe sur le développement technologique pour proposer un rendez-vous virtuel, mais bien réel, entre patients et praticiens.*

**L'**Assurance maladie a recensé près de 8 000 téléconsultations entre septembre 2018 et mars 2019, premiers mois de prise en charge de ce dispositif. Si le nombre d'actes de télémédecine reste encore infime comparé à celui de l'ensemble des consultations, une tendance se dessine : semaine après semaine, le nombre de téléconsultations ne cesse d'augmenter, passant de 200 à plus de 700 par mois. Et tous les indicateurs laissent entendre que la croissance rapide devrait se poursuivre...



## LES CAS DE TÉLÉCONSULTATION

Six mois après le lancement du dispositif, l'Assurance maladie dévoilait les premiers chiffres en mars dernier. Un constat : on téléconsulte pour tous types de pathologies, notamment les maladies saisonnières. Comme dans un vrai cabinet !

- Rhumes et syndromes grippaux : 12 %
- Diarrhées et vomissements : 9 %
- Maux de gorge : 8 %
- Fièvre : 7 %
- Éruptions cutanées et démangeaisons : 7 %

D'ailleurs, 3 médecins sur 4 estiment que, d'ici à 2030, la téléconsultation fera partie de leur quotidien.

Plusieurs facteurs expliquent ce développement. La télémédecine permet d'abord d'harmoniser l'accès à des soins de qualité sur l'ensemble du territoire. Ce dispositif améliore aussi la qualité de vie des patients, notamment les personnes âgées en offrant une prise en charge depuis leur lieu de vie. Enfin, alors que 12 millions de patients souffrent d'une affection longue durée (ALD), la médecine à distance vient simplifier leur suivi et leur quotidien.

## LA TÉLÉCONSULTATION POUR TOUS ET POUR TOUT AVEC INTERNET

Les progrès technologiques accélèrent ce déploiement. Une connexion internet et une webcam sur un ordinateur, une tablette ou un smartphone suffisent pour consulter un professionnel de santé. Tous sont concernés : si 40 % des téléconsultations sont réalisées par des généralistes, 32 % le sont par des spécialistes et 20 % par des centres de santé. Pour éviter la fracture numérique, des sociétés ont développé des cabines publiques de téléconsultation. À leurs prémices, ces espaces clos sont équipés de toute la technologie nécessaire à une consultation à distance. Ils se destinent à des collectivités qui souhaiteraient les installer dans une mairie, par exemple. La présence d'un infirmier ou d'un assistant médical serait toutefois recommandée pour guider les utilisateurs.

Des tests sont aussi menés auprès de médecins généralistes volontaires qui souhaitent s'équiper d'appareils médicaux connectés : stéthoscope, otoscope, glucomètre, échographe...

Envoyés à un confrère spécialisé, les résultats de ces examens de « téléexpertise » offriront une consultation globale et un diagnostic fiable, tout en évitant des déplacements à de nombreux patients.





## Un accord signé en 2018

Depuis le 15 septembre 2018, n'importe quel assuré affilié à la Sécurité sociale peut bénéficier d'une téléconsultation. L'accord signé par l'Assurance maladie, les mutuelles et les syndicats de médecins ouvre la porte au développement de la télémédecine. Cela permettra d'abolir les distances qui freinent parfois l'accès aux soins.

La téléconsultation se déroule comme une consultation classique, en partant d'une demande de rendez-vous. Deux exigences : le recours à un échange vidéo et la connexion à une solution sécurisée pour préserver les données confidentielles. Souvent, le médecin envoie un lien au patient pour qu'il se connecte à un site ou une application dédiés.

Enfin, le tarif reste inchangé : 25 € (30 € dans certains cas), avec un remboursement sur les bases habituelles, dans le respect du parcours de soins coordonnés, ce qui suppose que vous ayez été orienté initialement par votre médecin traitant vers le médecin téléconsultant (si celui-ci n'est pas le médecin téléconsultant).

Pour assurer un suivi de qualité, le patient doit être connu du médecin réalisant l'acte de télémédecine.

## Le + Identités Mutuelle

**DÈS OCTOBRE 2019, LES ADHÉRENTS DES OFFRES « SANTÉ JEUNES » ET « JEUN'OR »** pourront consulter gratuitement, sans rendez-vous, 24 heures sur 24 et 7 jours sur 7, un médecin de Medaviz, partenaire d'Identités Mutuelle. En utilisant une application mobile dédiée (ou par téléphone pour une première demande), ils seront mis en relation avec le médecin de leur choix, généraliste ou spécialiste. Selon la pathologie, ces « télémedecins » diplômés et inscrits au Conseil national de l'Ordre des médecins peuvent délivrer des ordonnances, envoyées directement à la pharmacie la plus proche du domicile de l'adhérent. La téléconsultation peut se révéler très utile dans le cadre notamment d'un 2<sup>e</sup> avis, d'un conseil médical ou d'une demande d'interprétation de résultats d'analyses ou d'exams médicaux.



**DÉCOUVREZ NOTRE PARTENAIRE  
EN TÉLÉCONSULTATIONS**



# TMS

## *Et si vous changiez de posture ?*

*La grande famille des troubles musculo-squelettiques (TMS) rassemble de nombreux maux qui touchent aussi bien les actifs que les retraités. Mais comment les reconnaître ? Quelles solutions pour les soigner ? Et surtout peut-on les prévenir ?*



*Muscle, articulation, vaisseau ou nerf, un trouble musculo-squelettique (TMS) peut toucher chacun de ces éléments, depuis le cou jusqu'aux orteils. En pratique ? Un lumbago ou une sciatique, une tendinite du coude ou du talon, un épanchement de liquide dans le genou ou l'épaule sont des TMS, les crampes en font également partie. Déjà au 19<sup>e</sup> siècle la « crampe de l'écrivain » a affecté en masse les employés de l'administration britannique, période où ils ont remplacé leurs plumes d'oie par des plumes en acier. Plus récente, la « textonite » est une inflammation des tendons (tendinite) du pouce décrite chez ceux qui passent plusieurs heures par jour à envoyer des textos.*

## REPÉRER LE PROBLÈME

La plupart des TMS se manifestent par des douleurs, qui au début disparaissent au repos. Ils entraînent aussi très souvent une limitation des mouvements. Une tendinite des muscles de l'épaule cause par exemple de grandes difficultés à lever le bras. Mais les symptômes sont parfois plus déconcertants. Le syndrome du canal carpien peut

ainsi se manifester la nuit par une sensation de décharge électrique ou des fourmillements dans certains doigts. Tous les troubles musculo-squelettiques ont en commun une origine dite « multifactorielle », car plusieurs facteurs concourent à leur apparition. Certains d'entre eux tiennent à l'état de santé. Le diabète et le surpoids favorisent ainsi, comme la ménopause, la survenue de TMS. D'autres facteurs tiennent aux activités pratiquées. Jardiner, bricoler, jouer d'un instrument de musique ou avoir une activité sportive inadaptée peuvent favoriser, aggraver ou provoquer la survenue d'un TMS. La sédentarité et le stress aussi ! Cependant, c'est le plus souvent du côté de l'activité professionnelle, actuelle ou passée, qu'il faut se tourner pour trouver le principal coupable. Les TMS représentent d'ailleurs depuis des années la première cause de maladies professionnelles et d'inaptitude au travail dans le secteur privé. Que ce soit dans la vie professionnelle ou personnelle, un TMS naît dès lors qu'il existe un déséquilibre entre les capacités du corps et les contraintes auxquelles il est soumis : postures éprouvantes (bras en l'air, position accroupie, penchée...), gestes répétitifs, port de lourdes charges, exposition aux vibrations... Et pour certains TMS, comme les tendinites du poignet, quelques semaines peuvent suffire !



## LES POSTURES IDÉALES

- > **Devant un ordinateur**  
Les épaules relâchées, les avant-bras à l'horizontale, les jambes fléchies à 90°, les pieds posés à plat sur le sol ou sur un repose-pieds, le cou droit, le dos calé sur le dossier du siège.
- > **Au volant**  
Incliner le dossier légèrement vers l'arrière, placer un petit coussin en bas du dos pour mieux le soutenir si besoin est, avancer le siège de façon à pouvoir tenir le haut du volant sans avoir à décoller les épaules du dossier.
- > **Ramasser un petit objet ou vider le lave-vaisselle**  
Garder le dos droit, mettre un genou à terre, l'autre jambe placée en avant, genou plié.
- > **Soulever une charge lourde**  
Se placer au-dessus de l'objet (ou de l'enfant) à porter, fléchir les genoux en gardant le dos droit, prendre à deux mains la charge et se relever à la force des jambes.
- > **Repasser, bricoler devant un établi**  
Se placer dans une position qui n'oblige pas à se pencher en avant ou sur le côté, au besoin écarter les jambes, s'asseoir à intervalles réguliers sur un tabouret haut ou prendre appui d'un genou sur une chaise placée devant soi.



PLUS D'INFOS





Trois gestes simples pour une meilleure posture



Reposez-vous sur une chaise lors des tâches ménagères



Dans la salle de bain appuyez-vous contre le mur



Asseyez-vous lorsque vous faites vos lacets



Parce que la **prévention** est au cœur de notre activité ; bénéficiez de forfaits médecines douces et d'une participation à vos activités sportives lorsque vous souscrivez à l'une de nos **Offres Santé**.

[www.identites-mutuelle.com](http://www.identites-mutuelle.com)

## AGIR VITE

Ne rien faire, c'est risquer de voir les lésions s'aggraver puis se pérenniser. Pour éviter d'en arriver là, il faut passer à l'action dès les premiers symptômes. Une sensation récurrente de tension ou de courbature localisée (cou, épaule, poignet...) lors d'une activité traduit déjà l'existence d'une sollicitation excessive, qui peut conduire à un TMS. Il faut dès lors mener l'enquête, au mieux avec l'aide d'experts : médecin traitant, rhumatologue, médecin du sport ou du travail, le cas échéant... L'objectif ? Retrouver et éliminer

le ou les facteurs déclenchants ou favorisants. En parallèle, plusieurs moyens peuvent être mobilisés pour traiter les lésions existantes : médicaments contre la douleur et l'inflammation, kinésithérapie, ostéopathie, infiltrations, chirurgie... Au moment où les douleurs sont

maximales, une mise au repos de la zone concernée (attelle, ceinture lombaire) est parfois nécessaire. Attention toutefois car une inactivité totale peut ralentir le rétablissement ! C'est le cas du mal de dos, pour lequel les mouvements du quotidien, exercés sans forcer, font partie du traitement.

## Le + Identités Mutuelle

IDENTITÉS MUTUELLE PROPOSERA À SES ADHÉRENTS DES ATELIERS POSTURE EN AGENCE, en 2019 à l'agence de Freyming-Merlebach, suivie d'autres agences en 2020. Vos conseillers agence vous tiendront informés des dates de ces ateliers.



## Épaules douloureuses, tendinite, mal de dos... Et si vous changiez de posture ?

### PENSER PRÉVENTION

L'idéal consiste toutefois à éviter le premier tour de reins... c'est possible ! À tout âge, chacun peut contribuer à prévenir les TMS au quotidien en adoptant les bonnes positions (voir encadré p. 7) et les bons gestes, c'est-à-dire ceux qui ne placent pas les articulations dans des positions extrêmes et n'obligent pas les muscles à des efforts trop violents. Devant un ordinateur ou une machine à coudre, il faut également penser à faire des pauses régulières, si possible actives (s'étirer, marcher...). La prévention passe aussi par le choix pertinent de ses équipements. Une bonne literie limite le risque de mal de dos. Une perche télescopique pour peindre au rouleau réduit les sollicitations des articulations des bras, des épaules et du dos. Des chaussures de marche adaptées, choisies si besoin est avec l'aide d'un podologue, diminuent le risque de tendinite du pied. Les adeptes des loisirs minutieux (scrapbooking, maquettes...) ont pour leur part intérêt à opter pour une lampe puissante et bien positionnée, ce qui évite d'avoir à fléchir le cou pour mieux voir ses travaux. L'activité physique constitue un dernier moyen de prévenir les TMS, en privilégiant les sports sans à-coups qui font travailler les muscles dans la durée et augmente la souplesse. Natation, gymnastique douce, marche à pied, tai-chi ou vélo de route, toutes ces disciplines réduisent le stress et accroissent les capacités du corps. Les muscles deviennent plus résistants et protègent mieux les articulations. En d'autres mots ? Muscler son dos éloigne le risque de lumbago !

Sources : CNAMTS, INRS, IRBMS.



### L'AVIS DE L'EXPERT

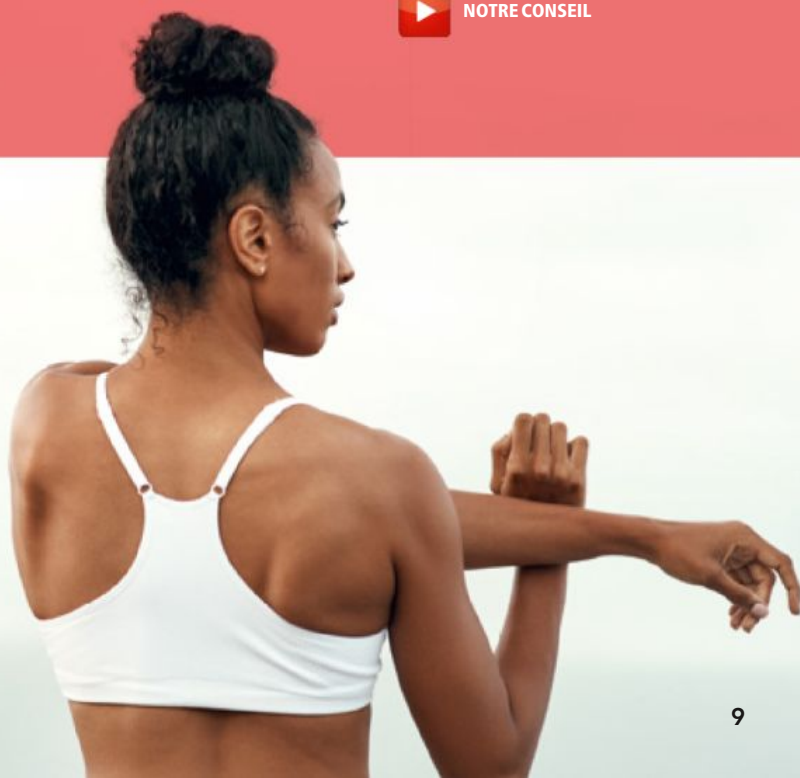
**Dominique Blanc,**  
président d'Ostéopathes  
de France

« Tout le monde peut être touché par les troubles musculo-squelettiques, quels que soient son âge, sa carrière professionnelle, ses loisirs... Un certain nombre de facteurs favorise cependant leur apparition. Une personne souple encaissera mieux les contraintes imposées par une activité qu'une autre, plus raide. Le passé traumatique est également important. Un accident, une fracture, une intervention chirurgicale peuvent modifier certains tissus et, de ce fait, favoriser la survenue ultérieure de TMS. Le dernier facteur est émotionnel : difficultés

personnelles, surcharge d'activité... Et cela ne se passe pas seulement dans la tête ! Le stress engendre de véritables tensions physiques, musculaires mais aussi viscérales. Elles se manifestent par des douleurs, un signal d'alarme dont il faut tenir compte. L'ostéopathe peut lever ces tensions engendrées par le stress, mais aussi les prévenir. De même, il peut remédier, par exemple, au positionnement non optimal d'un os de la cheville après une entorse, ou aux adhérences provoquées par une opération, ce qui contribue à prévenir la survenue de TMS à distance. »



NOTRE CONSEIL



# 100 % santé

La réforme « 100 % santé » ou « reste à charge zéro » (  voir article du Mag n°40) continue son déploiement en 2020.

Objectif de la réforme : garantir l'accès à une offre sans reste à charge en optique, audiologie et dentaire après l'intervention combinée de l'Assurance maladie obligatoire et de l'Assurance maladie complémentaire.

## Le « reste à charge », c'est quoi ?

C'est le montant que l'assuré doit payer après remboursement de la Sécurité sociale et de la mutuelle.

Cette réforme permet de proposer progressivement des équipements médicaux (panier « 100 % santé ») totalement remboursés dans les trois domaines qui présentent les restes à charge les plus élevés (optique, audiologie et dentaire).

## Le « panier 100 % santé », c'est quoi ?

C'est une sélection de lunettes, prothèses dentaires et appareils auditifs. Leurs tarifs sont plafonnés et seront intégralement remboursés par la Sécurité sociale et la mutuelle (donc avec un reste à charge zéro).

Tous les contrats complémentaires santé « responsables et solidaires » doivent obligatoirement prendre en charge les paniers « 100 % santé » selon le calendrier de la réforme.

## Le + Identités Mutuelle

DÈS LE 1<sup>ER</sup> JANVIER 2020, Identités Mutuelle intègrera dans votre garantie santé les paniers de soins « 100 % santé » optique et dentaire. Une information sera envoyée à tous les adhérents avec leur avis d'échéance.

CE QUI CHANGE AU 1<sup>ER</sup> JANVIER 2020



## OPTIQUE

Dès le 1<sup>er</sup> janvier 2020, votre opticien aura l'obligation de vous présenter un devis proposant une offre « 100 % santé ». Les équipements optiques (lunettes) se répartiront en deux classes :

- **Classe A** : offre « 100 % santé », sans reste à charge.
- **Classe B** : offre à prix libres (remboursement de la Sécurité sociale inférieur à l'offre « 100 % santé », remboursement de la mutuelle en fonction de votre contrat et remboursement des montures au maximum de 100 €).

### ZOOM SUR L'OFFRE CLASSE A « 100 % SANTÉ »

Montures respectant les normes européennes à un prix maximal de 30 €. Un choix de 35 modèles de montures pour les adultes et 20 modèles pour les enfants. Des verres traitant l'ensemble des troubles visuels, avec traitement antireflets, antirayures et amincissement des verres.

### CHOIX DE L'ASSURÉ

Les équipements classe A vous garantissent un remboursement intégral de vos lunettes. Toutefois, vous gardez la possibilité d'opter pour un équipement classe B à prix libres ou un équipement mixte (verres classe A et monture classe B ; verres classe B et monture classe A ; 1 verre classe A et 1 verre classe B et une monture dans l'une ou l'autre classe). Vous pourriez alors avoir un reste à charge à payer.

### RENOUVELLEMENT DE L'ÉQUIPEMENT OPTIQUE

La périodicité minimale pour bénéficier d'un renouvellement complet (1 monture et 2 verres) est de :

- 2 ans pour les adultes et les enfants de 16 ans et plus ;
- 1 an pour les moins de 16 ans.

La période (1 ou 2 ans) s'apprécie par rapport à la date d'achat du dernier équipement.



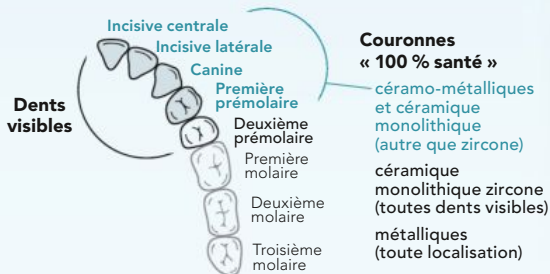
## DENTAIRE

Le 1<sup>er</sup> janvier 2020, certains soins prothétiques dentaires (couronnes et bridges) entreront dans le panier « 100 % santé » et seront donc intégralement pris en charge. Ce panier de soins sera complété par d'autres prothèses à compter du 1<sup>er</sup> janvier 2021. Dès le 1<sup>er</sup> janvier 2020, votre dentiste aura l'obligation de vous proposer la solution la plus adaptée et pourra vous soumettre jusqu'à 3 devis :

- un devis « **panier 100 % santé** »
- un devis « **reste à charge maîtrisé** »
- un devis « **prix libres** »

### ZOOM SUR LE PANIER « 100 % SANTÉ »

Le panier de soins « 100 % santé » couvrira un large choix de prothèses, avec des matériaux (céramo-métalliques, céramique monolithique, métalliques...) dont la qualité esthétique est adaptée à la localisation de la dent (distinction entre les dents « visibles » et les dents « non visibles »).



### ZOOM SUR LE PANIER À TARIFS MAÎTRISÉS

Ce panier comprend des soins prothétiques dentaires avec des tarifs encadrés pour assurer un reste à charge modéré.

Par exemple, si vous choisissez une couronne céramo-métallique sur la deuxième prémolaire, le tarif est plafonné à 550 €, mais vous ne serez pas obligatoirement remboursé intégralement.

### ZOOM SUR LE PANIER À PRIX LIBRES

Ce panier permet au praticien et au patient de choisir librement les techniques les plus innovantes ou de répondre à des exigences esthétiques particulières sans plafonnement de tarifs.

Ces soins seront remboursés sur la base de remboursement Sécurité sociale et selon le niveau de votre garantie complémentaire santé.



## AUDIOLOGIE

Le reste à charge zéro sera appliqué « 100 % santé » à partir du 1<sup>er</sup> janvier 2021.

Dès le 1<sup>er</sup> janvier 2020, le prix maximal de vente des aides auditives « 100 % santé » sera de 1 100 €. La base de remboursement

Sécurité sociale sera revalorisée de 50 €, ce qui réduira le reste à charge des assurés d'environ 250 €.



# 100% SANTÉ



## À RETENIR

- Les paniers de soins « 100 % santé » : des offres de qualité prises en charge à 100 %.
- Votre professionnel de santé doit obligatoirement vous proposer une offre « 100 % santé ».
- C'est ensuite à vous de choisir la prestation qui vous convient.



# VOTRE MUTUELLE VOUS ACCOMPAGNE

*Dès le 1<sup>er</sup> janvier 2020, vous bénéficierez de nouvelles prestations d'assistance Identités Mutuelle : une prise en charge en cas d'hospitalisation en ambulatoire et un accompagnement pour les aidants.*



## HOSPITALISATION EN AMBULATOIRE

En 2016, 4 interventions chirurgicales sur 10 se déroulaient en ambulatoire : le patient arrive à l'hôpital pour une opération et en ressort le jour même. En 2020, cette proportion s'élèvera à 6 sur 10 ! Une progression rendue possible par le développement des technologies médicales et l'amélioration des techniques, qui permettent d'opérer de façon moins invasive. Le ministère de la Santé cite d'ailleurs en exemple des pays comme le Danemark ou la Suède qui comptent 90 % d'opérations en ambulatoire.

En 2018 en France, ce type d'hospitalisation a déjà concerné 6 millions de patients et 7,7 millions de séjours. Avec un excellent bilan, tant financier que médical, grâce à un retour à domicile facilité et une récupération plus rapide. Pour le confort des patients,

l'ambulatoire nécessite toutefois un accompagnement post-hospitalisation.

Ainsi, Identités Mutuelle fait évoluer ses garanties d'assistance. Désormais, les adhérents hospitalisés en ambulatoire bénéficieront des mêmes prestations que lors d'une hospitalisation classique : aide à domicile ou prestation de bien-être en substitution, garde des enfants ou des petits-enfants, téléassistance...

## ACCOMPAGNEMENT DES AIDANTS

Allongement de la durée de vie et augmentation de pathologies comme la maladie d'Alzheimer : le nombre de proches aidants ne cesse de s'accroître en France. Ils seraient 11 millions, soit 1 personne sur 6, à s'occuper d'un proche malade ou affaibli.

75 % d'entre eux se disent fatigués ou stressés par cette situation. Être aidant engendre des bouleversements dans la vie tant personnelle que professionnelle. Pour accompagner les aidants et éviter une altération de leur santé, Identités Mutuelle offre une nouvelle prestation d'assistance qui comprend un bilan psychosocial de la situation, une assistance préventive (soutien pour la vie quotidienne) ainsi qu'une assistance en cas de crise (comme l'épuisement de l'aidant).

Si la situation d'aidant prend fin (la personne aidée retrouve ses capacités ou décède), l'assistance propose un accompagnement pour faciliter le retour à la vie normale ou une aide à la gestion du deuil.

Pour contacter l'assistance RMA : 09 69 39 74 62 (appel non surtaxé)

“

Laura Godard,  
chef de produit, Identités Mutuelle

« Avec l'intégration de ces nouvelles prestations, Identités Mutuelle s'adapte aux évolutions de la société et de la pratique médicale en proposant à ses adhérents des services toujours plus mutualistes qui correspondent à leurs besoins. Proximité, bienveillance et accompagnement. »

**ÉVÉNEMENTS**

**IDENTITÉS MUTUELLE ENGAGÉE CONTRE LE GASPILLAGE**

Conjointement au partenariat avec Les Frigos solidaires, et dans une réelle préoccupation pour la lutte antigaspillage – alimentaire, notamment – Identités Mutuelle a participé à des événements sur ce thème, en tenant des stands

antigaspillage avec Les Frigos solidaires à Paris et dans les Hauts-de-France. À l'honneur ? Quiz et jeux pour apprendre à ranger son frigo, sensibiliser aux fruits et légumes de saison, déchiffrer les logos sur les produits...



**Identités Mutuelle donne de la voix !**



Rando découverte 18.05.2019, à Gardanne.

**ATELIERS « AGIR POUR SA SANTÉ »**

**FOCUS SUR L'ATELIER DE GARDANNE « VOIX PARLÉE — VOIX CHANTÉE »**

Depuis 2018, Identités Mutuelle propose, en partenariat avec des acteurs locaux, des ateliers et des activités « Agir pour sa santé » : fabrication de produits naturels de nettoyage et cosmétiques, lutte antigaspillage, randonnée découverte, bilan auditif gratuit, etc. D'autres actions sont prévues, dont un atelier « Voix parlée – voix chantée » à partir du mois d'octobre, à l'agence de Gardanne. Christina Beoletto, responsable du Club de la chanson française, notre

partenaire, vous aidera à poser votre voix pour lutter contre la fatigue vocale et à mieux la connaître pour le plaisir de chanter : le chant mobilise 300 muscles, libère des hormones du bonheur, aide à réguler la respiration et lutte contre le stress, l'ennui et la dépression ! Pour connaître la date de l'atelier et s'inscrire (maximum 5 personnes par atelier), veuillez contacter vos conseillères à l'agence de Gardanne : 24, boulevard Carnot, tél: 04 42 65 87 48, gardanne@identites-mutuelle.com

**LES FRIGOS SOLIDAIRES**

**UNE NOUVELLE OPTION « SOLIDAIRE » CHEZ IDENTITÉS MUTUELLE**

Identités Mutuelle parraine l'association Les Frigos solidaires et la soutient dans son développement national. Déjà plus de 40 frigos solidaires dans toute la France. Pour montrer de façon très concrète le partage des valeurs de l'association, Identités Mutuelle a créé l'option « solidaire ». Les adhérents actuels et futurs pourront choisir de soutenir Les Frigos solidaires en adhérant à l'option et ainsi effectuer un don de 0,50 € par mois (prélevé avec leur cotisation). En contrepartie, la Mutuelle abonde la même somme ; ainsi, 1 € est versé chaque mois à l'association pour permettre l'ouverture de nouveaux frigos ! Chacun peut participer à cette initiative innovante de partage et de lutte contre le gaspillage alimentaire et devenir ainsi #CréateurdeSolidarité.

**Pour plus d'informations, rendez-vous en agence ou sur notre site internet.**



**EN SAVOIR PLUS**

# LA NOUVELLE OFFRE JEUN'OR EN 4 QUESTIONS-RÉPONSES

*Découvrez en 4 points clefs Jeun'Or, la nouvelle offre Identités Mutuelle.*



## À qui s'adresse Jeun'Or ?

La gamme Jeun'Or est l'offre santé simple et modulable spécialement conçue pour les 50 ans et plus. Encore actif ou bientôt retraité, Jeun'Or vous accompagne dans cette nouvelle étape de votre vie avec une couverture santé dédiée et de nombreux services. Vous êtes déjà retraité ? Vous pouvez adhérer sans limite d'âge à Jeun'Or !

## Comment cela fonctionne-t-il ?

Vous faites le choix parmi deux garanties principales : Form'1 ou Form'2. Ces dernières peuvent être complétées par l'un des deux renforts : Renform'1 et Renform'2.

Form'1 est une garantie qui ne prévoit pas de dépassements d'honoraires et assure une couverture essentielle. Si vous souhaitez souscrire une garantie qui comprend des dépassements d'honoraires, Form'2 est la formule la plus adaptée à vos besoins. Quant aux renforts, ils vous assurent des remboursements plus importants de frais lourds tels que l'optique, le dentaire ou encore l'hospitalisation. Ils assurent également de meilleurs remboursements des consultations des médecins n'ayant pas

adhéré au DPTAM (dispositif de pratique tarifaire maîtrisée).

Pour plus de détails sur les garanties, contactez vos conseillers en agence.

## Quels sont les avantages ?

La gamme Jeun'Or est adaptée à la réforme « 100 % santé », qui prévoit d'ici à 2021 un remboursement total des prestations optiques, dentaires et auditives dans le cadre des « paniers de soins 100 % santé ». Par ailleurs, si votre conjoint adhère au contrat dans les 6 mois suivant la date d'effet initiale, 2 mois de souscription Jeun'Or lui seront offerts.

## Quels services sont inclus ?

Les adhérents Jeun'Or bénéficient de l'ensemble des services proposés par Identités Mutuelle : assistance RMA, téléconsultation (nouveau) ou encore bilan retraite pour bien préparer sa fin de carrière. Il est possible de souscrire des options payantes, comme le complément allocation obsèques ou le versement d'un capital en cas de décès accidentel.



EN SAVOIR PLUS



# Les principes fondateurs de la mutualité sont plus que jamais d'actualité

*Les mutuelles n'interviennent pas seulement pour payer des prestations santé. Elles œuvrent au quotidien à l'amélioration des conditions de vie, au tissage de lien social, aux échanges de bonnes pratiques, à l'accompagnement de leurs adhérents tout au long de leur vie. Historiquement porteur d'innovations, le monde mutualiste compte bien poursuivre dans cette voie.*

## Une dynamique d'amélioration !

Confrontant nos valeurs et nos pratiques, Identités Mutuelle s'est engagée dans une recherche permanente d'améliorations. Pour en dégager les axes principaux et faire émerger des propositions concrètes, des réflexions collectives sont engagées avec la participation de tous : adhérents, délégués élus, salariés, partenaires.

## Un nouveau questionnaire dans Le Mag ?

Oui, nous nous engageons à vous consulter régulièrement pour connaître votre ressenti et vos attentes. Vous êtes les mieux placés pour détecter nos manquements et nous en faire part. Nous vous remercions par avance de votre participation.

## Un appel à participation à nos comités régionaux ?

Espaces de co-construction, d'écoute et de partage, ces comités n'attendent plus que vous ! Une autre façon d'entreprendre est possible, en vous associant à nos décisions pour vous garantir des offres adaptées, des services pratiques, des documents clairs, des activités intéressantes, des outils pédagogiques et ludiques.

**Retournez le questionnaire dûment rempli et, si vous êtes intéressé, le coupon ci-dessous dans l'enveloppe fournie sans affranchir.**

### COUPON-RÉPONSE - Information / Participation comités régionaux

Prénom..... Nom.....

Adresse..... CP..... Ville.....

Tél..... E-mail.....

Je souhaite recevoir plus d'informations sur ces comités ( par courrier  par téléphone  par mail)

Merci de m'inscrire au comité de ma région :

Gardanne  Alès  Freyming-Merlebach  Lens  Douai  Béthune  Interrégion\*

\*Interrégion : si vous n'êtes pas proche d'une de nos agences listées ci-dessus, ce comité est pour vous.

# VOS CONTACTS

# IDENTITÉS MUTUELLE



## PAR COURRIER

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

## PAR TÉLÉPHONE

Du lundi au vendredi de 9 h à 17 h 30

Accès indifférencié de votre lieu de résidence :

Paris : 01 43 18 34 00

Béthune : 03 21 53 42 46

Gardanne : 04 42 65 87 48

Lens : 03 21 14 01 50

Alès : 04 66 52 22 96

Douai : 03 27 95 45 50

Forbach : 03 87 88 35 21

Hénin-Beaumont : 03 21 76 68 80

Freyming-Merlebach : 0387040814

## PAR E-MAIL

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

## AGENCES

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

**BÉTHUNE (62400)**

Place Georges-Clemenceau

**DOUAI (59500)**

378, rue de Paris

**HÉNIN-BEAUMONT (62110)**

237, rue Élie-Gruyelle

**LENS (62300)**

73, boulevard Basly

**FREYMING-MERLEBACH (57800)**

44, rue Nicolas-Colson

**FORBACH (57600)**

117, rue Nationale (zone piétonne)

**ALÈS (30100)**

1, rue Saint-Vincent

**GARDANNE (13120)**

24, boulevard Carnot

**BRIGNOLES (83170)**

9, avenue du Maréchal-Foch

Immeuble Le Candelon

le 1<sup>er</sup> mercredi du mois, de 9 h à 11 h.

Afin de vous délivrer le meilleur service, nous avons besoin des informations à jour vous concernant (adresse, téléphone, portable, e-mail...). Aussi, vous avez été récemment contacté, par téléphone ou par courrier, par notre partenaire Alta ETIC.

Si vous n'avez pas déjà répondu au courrier ou à l'appel d'Alta ETIC, merci de contacter votre conseiller (cf. « Vos contacts » ci-dessus) pour vérifier ou mettre à jour ces informations.

## VOTRE ESPACE ADHÉRENT SUR INTERNET [www.identites-mutuelle.com](http://www.identites-mutuelle.com)

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

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

À partir de votre espace, vous pouvez :

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

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