



C'EST LA
RENTRÉE!

CONSEILS PRATIQUES
ACTION SOCIALE

Sommaire



7



10

- 2 ■ Avis aux lecteurs / Club / ASL
- 3 ■ Photo / Édito
- 4 ■ Comptes rendus AG MGEN et ADOSEN
- 5 ■ Rentrée, bizutage
- 6 ■ Élections au Comité de section
- 7 ■ Musée d'Orsay
- 8 ■ Action sociale Rectorat
- 9 ■ Action sociale MGEN
- 10 ■ L'état de santé en France
- 11 ■ Prévention
- 12 ■ Quizz TMS



12

Le Club des retraités MGEN de Paris

Situé au 182 boulevard de la Villette 75019 (métro Jaurès), il a rouvert ses portes le 25 septembre. Il vous accueille de 9h30 à 12h et de 13h30 à 16h30 pour une inscription ou une réinscription.

Il vous propose un très large choix d'activités très diverses dans un climat cordial. Pour en savoir plus : clubmgenretraites.paris ou : 01 44 52 75 92



L'Autonome de Solidarité Laique de Paris (ASL75)



L'ASL 75 exerce sa mission de défense et de solidarité auprès des personnels de l'Éducation nationale (enseignants ou non) dans le respect de la personne. Chaque situation confiée se voit traitée avec la plus grande discrétion vis-à-vis de l'environnement personnel et professionnel de tout collègue, dans une volonté constante de confidentialité, de neutralité et d'égalité dans le traitement des dossiers. Les membres bénévoles de l'ASL 75 agissent dans un esprit mutualiste. Pour bénéficier de cette aide ou de cette protection, choisissez la sécurité en souscrivant à l'Offre des Métiers de l'Éducation (OME) auprès de l'ASL 75. Courriel : aslparis@wanadoo.fr
62, Boulevard Garibaldi 75015 PARIS
Téléphone : 01 44 70 00 20
Urgence : 06 01 70 39 03

AVIS AUX LECTEURS. Les articles de Trait d'Union sont publiés sous la responsabilité de leurs auteurs.

trait d'union : le magazine des adhérents de la section MGEN de Paris 182 boulevard de la Villette 75019 Paris Tél. : 3676 (régie par le code de la Mutualité 75-4407) • Directrice de la publication C. Florentin • Rédactrice en chef N. Waëz • Rédactrice en chef adjointe M. Billet • Secrétaire de rédaction B. Jabin • Conception/Réalisation Jeanne Barat • Impression Est imprimerie • Routage Alliance Routage • Photos - Hervé Thouroude - MGEN, Pascal Pons, Bernard Jabin, Nadia Waëz MGEN - Shutterstock • Reproduction des articles interdite • MGEN Mutuelle générale de l'Éducation nationale, n° 775 685 399, mutuelle soumise aux dispositions du livre II du Code de la mutualité. MGEN Action Sanitaire et Sociale, n° 441 921 913, mutuelle soumise aux dispositions du livre III du Code de la mutualité. MGEN Vie, n° 441 922 002, mutuelle soumise aux dispositions du livre II du Code de la mutualité. MGEN Fila, n° 440 363 588, mutuelle soumise aux dispositions du livre II du Code de la mutualité.





Catherine **Florentin**
Présidente MGEN Paris

édito

Demain solide et solidaire

C'est par ces mots que Roland Berthilier commence son mandat de Président du Groupe MGEN.

Nommé lors des Assemblées Générales de Juillet à Montpellier, il affiche sa volonté de relever de nombreux défis, et notamment celui du référencement, car l'action de MGEN devra être forte face à la concurrence, CNP et Intérial/AXA ayant été également retenues par le Ministère de l'Éducation nationale.

Des évolutions auront lieu pour les adhérents : lors des votes aux AG, les délégations se sont prononcées en faveur de changements dans les prestations (acupuncture, psychothérapie, renforcement des remboursements sur les prothèses dentaires amovibles), avec des cotisations relevées.

Et face aux lourdes et incontournables mesures réglementaires en vigueur, la suppression du forfait « frais funéraires » a été également adoptée.

Au mois de septembre, l'Union Mutualiste de Groupe VYV (MGEN Istya Harmonie) a vu le jour, en tant que premier groupe mutualiste de protection sociale en France, au sein duquel MGEN pourra renforcer son modèle mutualiste et économique, pour se poser en entreprise d'avenir, au service de tous. En tant qu'adhérent(e) MGEN, vous pouvez défendre ce modèle en intégrant le Comité de section de Paris.

> L'appel à candidature a lieu jusqu'à la fin du mois d'octobre. Ce nouveau numéro de *Trait d'Union* y consacre un article complet (page 6). Après sa lecture, n'hésitez pas à me contacter si vous souhaitez faire acte de candidature pour les prochaines élections qui auront lieu en mars 2018.

Participer à la vie militante de votre section et promouvoir le modèle mutualiste porté par MGEN depuis 70 ans...

Et si cette période de rentrée scolaire était propice à votre engagement ?

Bonne rentrée à tous !

MGEN: Montpellier Assemblées Générales 2017

✍ Bernard Jabin

Montpellier, la Ville aux cent fontaines, a accueilli l'ensemble des délégués (13 pour Paris), bénévoles, invités, qui ont participé aux travaux du groupe MGEN les 10 et 11 juillet 2017. Valeurs Mutualistes n°308 explicitant le déroulement de ces travaux,

REVENONS SUR 3 POINTS :

Groupe MGEN-ISTYA-HARMONIE :

Dans son discours d'ouverture, Thierry Beudet a dit : Nous avons la responsabilité d'observer, de comprendre, d'anticiper, de coopérer, d'entreprendre, avant d'annoncer que MGEN allait : « faire groupe avec ISTYA et HARMONIE » pour répondre aux enjeux de la taille et de l'innovation, dans la mesure où « en santé, il n'est de progrès véritable que s'il est partagé par tous ».

Innovation interne :

Grâce à un boîtier électronique remis à l'entrée, chacun a pu voter sans se déplacer, permettant un gain de temps considérable, les résultats de chaque résolution s'affichant en moins d'une minute.

Élections des conseils d'administration :

Thierry Beudet, président du groupe MGEN depuis 2009, a décidé de ne pas représenter sa candidature. Président de la Fédération Nationale de la Mutualité Française (FNMF), il a candidaté et été élu le 13 septembre à la présidence du groupe VYV (premier groupe de protection sociale mutualiste en France).

Ont été élus :

Babault Florence, Baudin Jean-Christophe, Berthilier Roland, Besseyre Véronique, Bonnel Mylène, Colin Nadine, Copin Dominique, Creissen Bernard, Devillairs Renaud, Gros Odile, Lamarre Frédérique, Moreau Hervé, Musseau-Aubry Isabelle, Naas Nadine, Olaondo Corinne, Pehau Joël, Raynaud Robert, Sabotin Gabriel, Savignac Matthias, Truffaut Clotilde.

Lors de sa réunion d'installation, le conseil d'administration a élu Roland Berthilier président. Sur sa proposition, Isabelle Hebert devient directrice générale.

« Nous continuons à démontrer chaque jour que solidarité, démocratie et responsabilité peuvent se conjuguer avec efficacité, progrès et croissance. (...) Notre priorité c'est l'humain (...) » Roland **Berthilier**



ADOSEN Prévention Santé MGEN Assemblée générale 2017



L'ADOSEN (Action Documentation Santé pour l'Éducation Nationale) - Prévention Santé MGEN permet la réalisation d'actions d'éducation, de prévention et de promotion de la santé et de la citoyenneté auprès des élèves, de la Maternelle à l'Université. En rappelant que l'association « doit être le plus utile possible à la Communauté éducative », son président, Éric Chenut, a ouvert les travaux de l'Assemblée générale. Après un point sur les 3 grands champs d'intervention de l'association (santé, citoyenneté et solidarité) autour des grandes thématiques : santé physique et psychique des élèves, climat scolaire, activités physiques et sportives, vie affective et sexuelle et don, Éric Chenut a présenté divers outils pour amplifier la dynamique militante afin de mieux répondre aux attentes du terrain et pour faire progresser la visibilité de l'ADOSEN, par exemple : le jeu « Où est Alice ? », Filgood, (programme collaboratif pour promouvoir le bien-être à l'école accessible à tout personnel de l'Éducation nationale) www.filgood-sante.fr.

Une table ronde avec des jeunes « services civiques » (recrutés et formés avec tutorat) a pu faire le point sur cette expérimentation qui permet, comme le souligna Éric Chenut, de « conforter notre présence, notre capacité d'intervention en établissements ».

Sites : <http://adosen-sante.com>, <http://lesper.fr/>

C'est la rentrée!

 > Monique **Billet**

Attention ! MGEN n'est pas prévenue des mises à la retraite :

N'oubliez donc pas d'aviser votre section pour la mise à jour de votre dossier et le paiement de votre cotisation : si le prélèvement s'arrête, vous ne serez plus mutualiste et n'aurez plus droit aux prestations.

Et n'oubliez pas qu'il existe un Club des retraités dynamique, prêt à vous accueillir.

Gagnez du temps : n'envoyez pas vos feuilles de maladie à la section ou à sa directrice, mais directement au Centre de traitement, 182 boulevard de la Villette 75952 Paris cedex 19.

Carte Vitale : à mettre à jour une fois par an ou lors de tout changement dans votre situation (que vous aurez signalé à votre section MGEN) : déménagement, mutation, mariage, naissance...

Tout savoir sur les packs services inclus dans votre offre MGEN (dont Mutation):
09 72 72 27 28 (7j/7 et 24h/24).

Rentrée, attention bizutage

 > Françoise **Mougin**

(article 225-1 du code pénal)

C'est la rentrée et les anciens vont se faire un devoir d'accueillir les nouveaux.

Mais comment ? Si, dans beaucoup d'établissements, le moment d'intégration est un moment festif et convivial, dans d'autres, encore trop nombreux, les anciens pensent que les nouveaux seront mieux intégrés grâce au bizutage. Ils auront donc recours à des pratiques humiliantes, dégradantes et brutales infligées à des élèves fragilisés par leur arrivée dans un nouvel environnement. Il faut savoir que toute forme de bizutage est punie par la loi et les étudiants doivent être particulièrement vigilants lors des journées d'intégration si on les conduit dans un lieu tenu secret, si on leur interdit de garder leur téléphone portable.

Si vous, parents ou étudiants, pensez qu'un bizutage se prépare, il ne faut pas hésiter à en parler au chef d'établissement et à alerter le Comité National Contre le Bizutage qui agira pour que le bizutage n'ait pas lieu. Trois n° de téléphone : 06 07 45 26 11 / 06 82 81 40 70 / 06 07 76 93 20.

Se taire, c'est permettre que se perpétuent ces rituels néfastes, c'est permettre que des jeunes, traumatisés, renoncent à leurs études.

Le Comité National Contre le Bizutage, association loi 1901, s'est donné pour mission l'éradication du bizutage :

- > Par la prévention auprès des élèves et des personnels d'encadrement,
- > En interpellant les responsables des établissements concernés par le bizutage,
- > En alertant les ministères concernés dès qu'il a connaissance d'un cas de bizutage,
- > En soutenant les victimes de bizutage et leur famille.

contact@contrebizutage.fr

<http://contrebizutage.fr>



POINT INFOS

La plaquette informative est disponible gratuitement.
Pour la recevoir, appeler
Françoise Mougin au 06 82 81 40 70

VOUS ÊTES ADHÉRENT(E)...**ET SI VOUS ÉTIEZ CANDIDAT(E) AU COMITÉ DE SECTION EN 2018 ?****APPEL À CANDIDATURE : SEPTEMBRE À FIN OCTOBRE 2017****PÉRIODE DE VOTE : MARS 2018**

Élections au Comité de section

 Catherine **Florentin**

Être élu(e) au Comité de section, c'est :

- > Faire vivre les valeurs de sa mutuelle : démocratie, solidarité, liberté et laïcité
- > Contribuer au projet de sa mutuelle : Les élus portent la voix des adhérents, au plus près de leurs attentes
- > Mettre en oeuvre des actions concrètes : À travers des actions de développement et de prévention santé mises en place localement.

TÉMOIGNAGES

Liliane Muthwill

Mes fonctions de responsable RH m'ont tout naturellement conduite à m'intéresser à la protection sociale. Correspondante MGEN, puis élue au Comité de section, je suis devenue membre du Bureau et j'ai participé à plusieurs Commissions. Être élue me permet de vivre de l'intérieur les évolutions de MGEN qui doit relever d'immenses défis.

Joël Pétrémont

C'est un collègue de travail qui m'a donné l'envie de m'investir dans ma mutuelle au sein du Comité de section, puis du Bureau. J'ai présidé 2 Commissions de travail et je n'ai jamais regretté mon implication qui m'a fourni une expérience enrichissante que je recommande à tout un chacun.

TÉMOIGNAGE

Yannick Pavelck :

« Tombée dans la potion du militantisme », j'ai toujours voulu participer à la vie collective. J'ai choisi de défendre les collègues en militant et en devenant correspondante, puis j'ai posé ma candidature au Comité de section et je suis maintenant membre du Bureau. Cela me permet d'être le porte-parole de mes collègues et continuer à promouvoir les valeurs de solidarité, d'humanisme que j'ai toujours défendus.

Si vous êtes élu(e)...

Vous aurez l'occasion de rejoindre une équipe dont la priorité est celle de l'adhérent et de partager des moments d'échanges constructifs et conviviaux.



POINT INFOS

Si vous souhaitez des informations complémentaires, vous pouvez vous rapprocher de la section et poser vos questions à Catherine Florentin (Présidente) : cflorentin@mgen.fr

Un musée dans une gare

Monique Billet

L'un des plus grands musées d'Europe a pris place dans l'ancienne gare d'Orsay, un édifice style Beaux-Arts, construit pour l'exposition universelle de 1900.

 > Monique Billet

Établissement public dépendant du Ministère de la Culture (avec le musée de l'Orangerie et le musée Hébert), il est situé le long de la Seine, face au Jardin des Tuileries. Il a été inauguré en 1986, dans la gare réaménagée en musée sur décision du Président de la République, Valéry Giscard d'Estaing.

Ses collections présentent toute la diversité de l'art occidental, de 1848 à 1914 : peinture, sculpture, architecture, art graphique, arts décoratifs, mobilier, photographie.... Si l'on peut y voir la plus grande collection de peintures impressionnistes et post-impressionnistes au monde, avec plus de 1 100 toiles, on peut aussi accéder à d'autres mouvements, comme le Symbolisme, l'Académisme, le Primitivisme, le Néoclassicisme...

Les principaux peintres exposés : Paul Cézanne, Camille Corot, Gustave Courbet, Honoré Daumier, Edgar Degas, Eugène Delacroix, Paul Gauguin, Vincent Van Gogh, Henri Matisse, Claude Monet, Jean-Auguste-Dominique Ingres...

Quelques œuvres parmi des milliers : Les Joueurs de cartes, Le Déjeuner sur l'herbe, L'Origine du monde, La Petite Danseuse de quatorze ans, L'Atelier du peintre, Le Bal du moulin de la galette...

L'Art nouveau : dans la dernière partie du 20^e siècle, la France est au centre de créations brillantes et originales. Une donation permettra au musée d'acquérir l'ensemble des dessins, photos et manuscrits (+ de 1 500 pièces) d'Emile Gallé et une seconde provenant de l'agence Hector Guimard, apportera + de 2 000 documents.

L'architecture et l'art décoratif : environ 18 000 pièces, avec des dessins de Victor Baltard, Félix Duban, Charles Garnier, Eugène-Emmanuel Viollet-le-Duc....

Quelques chiffres : 57 400 m² de surface utile, 10 escaliers mécaniques, 12 ascenseurs et monte-charges, 40 000 résonateurs acoustiques pour limiter les effets de résonance, 12 000 tonnes de structures métalliques, 35 000 m² de verrières et parois vitrées. Sur 79 470 œuvres (dont 5 765 en dépôt), 4 000 œuvres présentées en permanence et plus de 3 millions de visiteurs par an.

POINT INFOS

Des expositions temporaires mettent en valeur un artiste, un courant, une question d'histoire de l'art. Un auditorium accueille des manifestations diverses : concerts, conférences, colloques, théâtres d'ombres, cinéma, spectacles dédiés au jeune public.



Action sociale de l'Académie de Paris

« Le propre de la solidarité, c'est de ne point admettre d'exclusion. » Victor Hugo (1802-1885)

 Bernard Jabin

Les agents en poste (titulaires, stagiaires, apprentis, contractuels employés de manière permanente et continue, à temps plein ou à temps partiel), les retraités résidant à Paris, peuvent bénéficier de mesures d'aide sociale. Il suffit de se trouver rémunéré par l'État sur le budget de l'Éducation nationale.

À Paris, la section MGEN participe régulièrement au travail tripartite (MGEN, syndicats et administration) mené dans des commissions académiques d'action sociale (CAAS) - permanentes, budgétaires, et plénières -, afin d'améliorer les conditions de vie parfois très difficiles des personnels (enseignants ou non) de l'Éducation nationale, de l'Enseignement supérieur (hors établissements autonomes), de l'Enseignement privé, et de leurs familles.

Certaines prestations s'avèrent soumises à une condition indiciaire, d'autres à un quotient familial ou à un plafond de ressources.

Deux services s'occupent des personnels susceptibles de bénéficier des Prestations interministérielles (PIM), des Actions Sociales d'Initiative Académique (ASIA) et des secours exceptionnels ou prêts à court terme à taux zéro :

> le service des affaires médicales et sociales (SAMS) : 01 44 62 40 99 - 01 44 62 41 80 ou 01 44 62 41 91.

> le service social en faveur des personnels (SSP) : 01 44 62 47 44.

PIM : Restauration des personnels, aide aux familles, séjours d'enfants, mesures concernant les enfants handicapés ou infirmes de moins de 20 ans, <https://www.mgen.fr/patients/handicap-nos-partenariats/>, <http://www.handicap-vacances.org/>.

ASIA : Garde et études des enfants, loisirs-vacances des enfants, loisirs-vacances des personnels.
PIM et ASIA peuvent se cumuler.

Consultations : Conseillère en économie sociale et familiale (CESF)
• Réseau prévention, aide et suivi (PAS) : voir P 11,
RDV : 0805 500 005, en partenariat avec MGEN Paris,
<https://www.mgen.fr/sections/section-de-paris/>.

Secours : Secours urgents et exceptionnels
• Prêts à court terme et sans intérêts.

Accès au logement : voir TU n° 118, Octobre 2016.
• Logement social • Hébergement temporaire • Aide à l'installation dans un logement locatif • Aide au logement du comité interministériel des villes (CIV).

Actions culturelles et de loisirs : Carte Cezam : <http://srias.ile-de-france.gouv.fr/fre/Culture-et-loisirs/Abonnement-CEZAM>.

• Coupons sport : srias.ile-de-france.gouv.fr • Arbre de Noël pour les personnels de l'Académie avec le concours financier de MGEN Paris.

POINT INFOS

Pour plus de renseignements sur vos prestations :
SAMS http://www.ac-paris.fr/portail/action_sociale
SSP servicesocialdespersonnels@ac-paris.fr



Action sociale : des valeurs et des actes

✎ > Marc Ventura

L'action sociale... un marqueur fort du mutualisme. Les actions sociales et solidaires sont historiquement au cœur des préoccupations des militants de la mutuelle, elles sont de véritables marqueurs identitaires. Le modèle mutualiste MGEN comprend diverses formes de « SOLIDARITÉ »

MGEN accompagne ses adhérents tout au long de leur vie :

Chaque offre de la gamme MGEN Santé Prévoyance constitue une protection complète regroupant à la fois, santé, prévoyance, services et Actions Sociales et Solidaires. Les adhérents et leurs proches sont parfaitement couverts aux moments-clés de leur vie, quels que soient leur état de santé, l'évolution de leur situation familiale ou les difficultés qu'ils peuvent rencontrer. En 2015, 33 millions d'euros de prestations solidarité ont été versés à 178 000 personnes en situation de fragilité. L'action sociale a aussi permis de faire face à des situations de précarité financière : Soins coûteux > s Handicap > Dépendance > Aides aux aidants > Orphelinat > Service à domicile > Aides financières.

MGEN

répond à vos besoins par des solutions sociales et solidaires.

Demandez les conditions détaillées auprès de votre Section Départementale, ou bien au 3676. Les brochures « Les repères de l'Action Sociale » vous expliquent les modalités d'accompagnement en situation de :

- > Handicap
- > Aidant familial >
- > Perte d'autonomie

Vos besoins

- > En situation de dépendance ou de handicap, vous devez subvenir financièrement à vos besoins.
- > Suite à une mutation ou une maladie, vous avez un retard de paiement de votre administration.
- > Après un événement grave d'ordre familial, social ou médical, vous devez surmonter un problème financier important.
- > En raison de votre état de santé, vous avez besoin d'une aide extérieure pour effectuer les tâches ménagères ou garder vos enfants.
- > Vous avez moins de 36 ans, vous devez faire face à des frais liés à votre installation.

Actions Sociales et Solidaires

- > Les allocations handicap et dépendance vous aident à faire face aux conséquences financières liées à la perte d'autonomie.
- > L'avance spéciale est versée sous forme de prêt sans intérêts (jusqu'à 3 000 euros).
- > Le prêt service, le prêt social, l'aide exceptionnelle, sont des aides et des prêts d'urgence.
- > Le Service d'Aide à Domicile est une participation financière à l'intervention d'une aide ménagère ou d'une travailleuse familiale.
- > Le prêt installation vous permet de bénéficier d'un montant de 1000 à 3000 euros sans intérêts et sans frais de dossier.

i POINT INFOS

Ces brochures, disponibles en espaces d'accueil, vous proposent une définition claire des différentes situations, mais aussi une présentation des acteurs publics auxquels vous pouvez faire appel afin d'avoir des réponses à vos besoins, et enfin, une description des dispositifs MGEN.



L'état de santé de la population en France

« Les inégalités de mortalité demeurent dans nos pays plus importantes que dans d'autres pays européens et se sont aggravées au cours des dernières décennies »,

constatait déjà en 2009, le Haut Conseil de la santé publique.

 Nadia WAËZ

Un rapport publié en 2017 par la Direction de la recherche, des études, de l'évaluation et des statistiques (Drees), coordonné pour la première fois avec l'agence Santé Publique France, indique que des disparités sociales significatives demeurent en matière de santé en France. Si l'état de santé des Français est « globalement bon » par rapport à nos voisins européens de richesse similaire, avec une espérance de vie élevée, il n'en reste pas moins qu'un homme diplômé et cadre vivra en moyenne plus longtemps qu'un homme sans diplôme et ouvrier. Et les écarts sont considérables : sur la période 2009-2013, l'espérance de vie d'un cadre à 35 ans était supérieure de 6,4 ans à celle d'un ouvrier. Reflet aussi des inégalités sociales, on vit plus longtemps en Ile-de-France ou dans la moitié sud de la France que dans les Hauts-de-France ou dans les départements et régions d'outre-mer (Drom), avec là encore, des écarts importants, exemple : 6 ans entre l'Ile-de-France et Mayotte pour les hommes.

Déterminants sociaux

De nombreux facteurs influent sur l'état de santé : alimentation, sommeil, activité physique, conditions de vie et de travail... Le rapport entre niveau social et état de santé est aussi très marqué pour les maladies cardio-vasculaires, pulmonaires, le diabète ...

Ensuite, les facteurs de risques (alcool, tabac, sédentarité, mauvaise alimentation) touchent différemment les Français. Le tabac concerne 19% des cadres, contre 42% des ouvriers non qualifiés et c'est dans le Grand-Est que l'on trouve le plus de consommateurs. Pour les pathologies liées à l'alcool, 4 régions sont les plus touchées : Hauts-de-France, Bretagne, Normandie et Réunion pour les Drom.

De même, dans les grandes sections de maternelle, la proportion d'enfants souffrant d'obésité atteint 5,8% chez les ouvriers et 1,3% chez les cadres. Les disparités sont fortes sur les comportements comme la nutrition ou l'activité physique.

Évident aussi :

Les conditions de travail influent fortement sur la santé, que ce soient l'environnement (pesticides, amiante...), les contraintes physiques (postures pénibles, charges lourdes...), ou les rythmes (travail de nuit...). Le rapport de la Drees montre notamment que 70% des ouvriers sont concernés par au moins un facteur de pénibilité, contre 21% des employés de commerce et de service et 12% des cadres et professions intellectuelles supérieures.

Affichée comme un enjeu majeur depuis des années, la réduction des inégalités sociales de santé est toujours d'actualité.

La prévention à la section MGEN de Paris

 Pascal Pons

L'Espace Accueil Écoute:

Dans le cadre des accords entre MGEN et le Ministère de l'Éducation nationale, de l'Enseignement supérieur et de la Recherche, la section de Paris met à la disposition de tous les personnels et agents du Ministère en activité un espace destiné aux entretiens individuels.

Si vous rencontrez des difficultés dans votre vie professionnelle ou personnelle, une psychologue écoutante vous reçoit tous les mercredis après-midi à l'espace **MGEN Tolbiac**, 26 rue des Frigos 75013 Paris. Service anonyme, confidentiel et gratuit, sur rendez-vous au : 0805 500 005

Les actions de prévention en 2017 à destination des adhérents parisiens :

Plusieurs actions de prévention ont lieu à la section **MGEN de Paris**, comme le dépistage auditif à l'**espace Saint-Lazare**, avec une audioprothésiste du réseau conventionné Audistya, l'atelier de musicothérapie à l'**espace Tolbiac** avec une professeure de musique diplômée en musicothérapie. Deux grandes journées de prévention ont également eu lieu à la rentrée :

> Le samedi 30 septembre, une action sport/santé pour tous dans le cadre « d'Octobre rose » avec une association de femmes en rééducation suite à un cancer du sein : phœnix et dragons. Les adhérents de Paris et du Val-de-Marne ont été conviés à une séance d'initiation au canotage sur la base nautique du parc interdépartemental de Choisy-le-Roi (94). *Des photos sont visibles sur la page Facebook de la section !*

> Le lundi 2 octobre, une après-midi sur le sommeil, destinée aux adhérents retraités, avec les conseils et exercices proposés par un sophrologue ainsi qu'une démonstration d'un objet connecté traqueur de sommeil ! Des photos sont également visibles sur la page Facebook de la section.

Actions à renouveler en 2018 et préinscriptions :

Les séances de dépistage auditif reprendront en mars 2018 à l'**espace Saint-Lazare**, l'action sport/santé avec initiation au bateau en mai/juin 2018 à **Choisy-le-Roi** et l'**atelier de musicothérapie** (une séance par mois sur 9 mois) reprendra en octobre 2018 à l'**espace Tolbiac**.

Pascal Pons, délégué en charge des projets de prévention.



séance de dépistage auditif pour les adhérents MGEN parisiens de plus de 50 ans.



atelier « bien-être » pour les retraités MGEN avec notamment des séances de musicothérapie

POINT INFOS

Si vous souhaitez des renseignements et/ou êtes intéressés par une préinscription pour une ou plusieurs actions à venir, n'hésitez pas à nous écrire à : prevention75@mgen.fr

Nouveau : la section MGEN de Paris a sa page Facebook. Vous y retrouverez toute l'actualité du groupe : offres, services... ainsi que les photos et annonces des actions menées à la section.

Rendez-vous nombreux sur la page et n'hésitez pas à « liker » si vous aimez...

Adresse :

<https://www.facebook.com/MGEN-75-148178795761424/>

QUIZZ

Les troubles **musculo-squelettiques T.M.S.**

 Nadia WAËZ

- 1 ■ **Les TMS regroupent les affections touchant :**
 - A - les muscles du dos
 - B - les articulations (cartilages, ménisques, etc.)
 - C - les muscles, les tendons, les nerfs, les articulations et les os
- 2 ■ **Les TMS sont le résultat d'un déséquilibre entre les capacités du corps d'un côté et les sollicitations et contraintes de l'autre. Ils apparaissent principalement :**
 - A - suite à un faux mouvement
 - B - suite à des spasmes musculaires
 - C - de façon progressive après une longue période de sollicitations intensives des parties du corps atteintes
- 3 ■ **Ils sont reconnus en tant que maladies professionnelles :**
 - A - plutôt rarement
 - B - assez fréquemment
 - C - très fréquemment
- 4 ■ **La reconnaissance de maladie professionnelle est :**
 - A - plus récente que celle de l'accident du travail
 - B - plus ancienne que celle de l'accident du travail
 - C - concomitante à celle de l'accident du travail
- 5 ■ **Les maladies professionnelles les plus fréquentes sont :**
 - A - les pathologies dues à l'amiante
 - B - les troubles musculo-squelettiques
 - C - les risques psycho-sociaux
- 6 ■ **Les TMS sont causés par une hyper sollicitation mécanique du physique :**
 - A - au travail
 - B - lors d'activités de loisirs
 - C - lors d'activités domestiques
- 7 ■ **Devant un écran d'ordinateur, il est vrai que :**
 - A - l'utilisation d'une souris d'ordinateur de façon prolongée et fréquente peut provoquer un TMS
 - B - qu'une pause toutes les deux heures est bénéfique
 - C - se tenir droit, avoir un dossier de siège, des appuie-bras, peuvent limiter les douleurs en fin de journée
- 8 ■ **L'épicondylite est :**
 - A - une absence de stress au travail
 - B - une inflammation des tendons du coude
 - C - une articulation souple
- 9 ■ **D'autres facteurs non biomécaniques peuvent provoquer des TMS, comme :**
 - A - le stress
 - B - l'âge
 - C - le rythme de travail
- 10 ■ **Chiffres clés des TMS et des accidents : quels sont les bons ?**
 - A - dans 30 % des accidents, la victime était en mouvement, essentiellement en train de marcher, courir, monter, descendre, etc.
 - B - dans 20 % des cas, la victime était en train de transporter manuellement quelque chose, surtout verticalement
 - C - la principale cause d'accident du travail est un mouvement du corps sous contrainte

1 - 2 - 3 - 4 - 5 : d'abord réservée aux accidents du travail, la loi d'avril 1898 a été étendue à la réparation des maladies professionnelles par la loi d'octobre 1919. 5 b : les TMS représentent plus de 80 % des maladies professionnelles, puis viennent les maladies dues à l'amiante, 15 % des activités de loisirs comme le bricolage, le jardinage ou le sport ainsi que des activités domestiques comme le ménage peuvent être responsables de TMS, mais les études prouvent que les mauvaises conditions de travail sont les principales responsables. 7 a et c : pas la réponse b, car il est recommandé de faire une pause de 10 mn après 50 mn de travail sur écran. 8 b : c'est cette affection qui fait partie des TMS du membre supérieur. La douleur ressentie peut avoir différentes origines ; elle survient après une sollicitation du bras importante et/ou répétée. 9 a, b et c. 10 a, b et c.