

# Initiatives

## MUTUALISTES

mgen<sup>\*</sup>

N° 1

LE MAGAZINE  
DES ADHÉRENTS MGEN  
DE LA RÉGION DES PAYS  
DE LA LOIRE  
ÉDITION VENDÉE



**Bougez  
avec  
MGGEN !**

BULLETIN RÉGIONAL

# « Premier bulletin régional MGEN »



**Christian  
Henriet**

Président  
Section départementale MGEN  
de Vendée

Destiné à mieux vous informer, ce bulletin conserve une touche départementale avec l'édito et les pages centrales. Davantage de mutualisation des moyens humains à l'échelle de la région doit apporter une meilleure qualité de service. C'est l'ambition de votre mutuelle, soucieuse de défendre son modèle, à tous les niveaux, en particulier départemental, à travers ses salariés et militants, son comité de section et ses correspondants d'établissements.

Tout recommence toujours... et tout est toujours en évolution.

Cette année 2016 permet aux adhérents d'accéder gratuitement à deux nouveaux dispositifs :

- MMMieux

Mieux dans mon corps – Mieux dans ma tête – Mieux dans ma vie

Inscrivez-vous sur [www.mmmieux.fr](http://www.mmmieux.fr) pour un accès à des informations et conseils concernant de nombreuses thématiques pour une approche globale de la santé.

- IZIGLOO

Pour la santé de votre habitat ! Cette plateforme vous apporte un conseil d'expert pour la réalisation de travaux, le choix d'artisans, ou même une assistance juridique si nécessaire.

Inscriptions sur [www.izigloo.com](http://www.izigloo.com)

De nombreux chantiers sont en cours, destinés à améliorer la qualité du service aux adhérents qui dans l'ensemble ont rejoint l'offre « Référence » de MGEN Santé Prévoyance.

N'hésitez pas à vous renseigner sur l'ensemble de nos offres et à venir en discuter avec nos conseillers.

**Initiatives**  
MUTUALISTES N° 1

3/

**EN PRATIQUE**

Les nouveaux services MGEN Santé Prévoyance



6/

**SANTÉ**

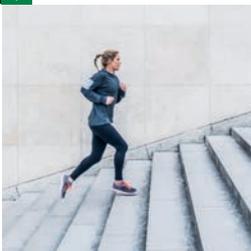
Sport et santé



5/

**VENDÉE**

Le cinéma au service de l'éducation à la santé



8/

**ACTIONS RÉGIONALES**

À fond le sport santé pour MGEN - Agenda

4/

**VENDÉE**

Les réseaux Prévention Aide et Suivi (PAS)



7/

**TÉMOIGNAGE**

Entretien avec un adhérent impliqué dans la Fondation de la Route



LE MAGAZINE  
DES ADHÉRENTS  
MGEN DE LA RÉGION  
DES PAYS DE LA LOIRE  
ÉDITION  
VENDÉE

I Directrice de publication : Dominique Drouet, [ddrouet@mgen.fr](mailto:ddrouet@mgen.fr) | Responsable de la rédaction : Eric Jeanneau | Publication diffusée à 106 000 adhérents et assurés sociaux | Crédits photos : MGEN, IstockPhoto | Conception : Dir. Com. MGEN | Réalisation et impression : Tootimédias @ - [www.tootimedias.com](http://www.tootimedias.com) | Illustrations : Istock | Dépôt légal : Septembre 2016 | N° ISSN : 1277-3905  
Imprimé en France suivant les normes de production répondant au respect de l'environnement : sur papier sans chlore certifié PEFC (forêts durablement gérées). Conditionné sous film photo dégradable.  
Si vous souhaitez obtenir un exemplaire de la dernière publication d'Initiatives Mutualistes, merci d'adresser votre demande à la directrice de la publication. Cette publication est la revue MGEN de la région des Pays de la Loire. Sa vocation est de fournir des informations locales 3 fois dans l'année. Elle se distingue de la revue Valeurs Mutualistes qui est la seule publication officielle nationale. Les indications portées dans la présente sont données sous réserve d'erreurs typographiques et réglementaires.



Imprimé  
sur papier  
certifié PEFC™



IMPRIM'VERT®

LES NOUVEAUX SERVICES MGEN SANTÉ PRÉVOYANCE

# Un coup de pouce qui peut être utile !

« Qu'appellez-vous « Pack service » ? Est-ce gratuit ? Est-ce accessible à ma/mon conjoint-e ? Qui dois-je contacter ? »



**Jean Baptiste Lechat**  
SALARIÉ MGEN  
Conseiller Mutualiste MGEN  
du Maine-et-Loire

## \_\_\_ Réponse \_\_\_

### ■ MGEN propose un service d'assistance renforcé

aux adhérents confrontés à des situations qui peuvent perturber la vie quotidienne, professionnelle ou familiale. Les services sont regroupés autour de 6 packs thématiques, afin de couvrir l'ensemble des sphères de besoins de l'adhérent.

### ■ Le coût de ces services est inclus dans la cotisation à l'offre MGEN Santé Prévoyance.

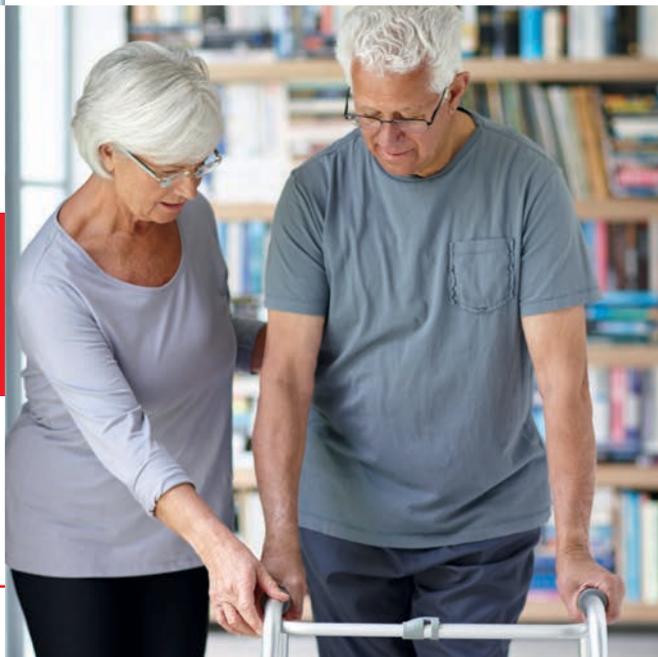
Le détail des prestations offertes ainsi que les conditions qui permettent d'en bénéficier sont accessibles dans la notice d'information des services, disponible dans votre espace adhérent sur [www.mgen.fr](http://www.mgen.fr)

### ■ Les adhérents et les bénéficiaires conjoints peuvent bénéficier de l'ensemble des services.

Les garanties dédiées aux enfants concernent également votre conjoint non mutualiste. La vie de famille, ça compte pour MGEN !

### ■ Si vous souhaitez bénéficier d'un de ces services,

appelez le 09 72 72 27 28 (coût d'une communication locale), accessible 7j/7 – 24h/24. Un collaborateur d'Inter Mutuelles Assistance, à qui la gestion a été déléguée, répondra à vos questions et vous indiquera vos droits en fonction de votre situation. ■



## DES PACKS DE SERVICES ADAPTÉS AUX BESOINS ET MOMENTS DE VIE DES ADHÉRENTS

**1 - Mutation professionnelle en France :** aide à la recherche d'emploi du conjoint, aide au déménagement, nettoyage du logement quitté.

**2 - Informations administratives, sociales, juridiques et vie pratique :** service d'informations en ligne en accès sécurisé et illimité (famille, santé, droit du travail, retraite, fiscalité...) et accès téléphonique.

**3 - Organisation de votre quotidien en cas d'hospitalisation ou d'immobilisation au domicile :** à domicile, livraison de médicaments ou portage de repas (en cas d'immobilisation), transfert posthospitalier<sup>(1)</sup>.

**4 - Accompagnement des enfants en cas d'hospitalisation ou d'immobilisation des parents<sup>(1)</sup> :** garde d'enfants, conduite à l'école et aux activités extrascolaires, soutien scolaire ou aide aux devoirs.

**5 - Soutien en cas de perte temporaire d'autonomie (PTA MGEN) :** bilan personnalisé par un ergothérapeute, service de téléassistance, enveloppe de services (garde d'enfant, déplacement d'un proche, entretien du jardin...), mise en relation avec des professionnels pour les travaux d'aménagement du domicile.

**6 - Soutien en cas de pathologie lourde de vos enfants :** bilan personnalisé par un ergothérapeute, enveloppe de services (garde d'enfant malade, déplacement d'un proche), mise en relation avec des professionnels pour les travaux d'aménagement du domicile.

(1) L'ouverture des services est conditionnée par le nombre de jours d'hospitalisation et les causes de celle-ci

# Les réseaux Prévention Aide et Suivi (PAS)

Créés en accord avec l'Éducation nationale, le réseau PAS développe des actions pour prévenir les risques professionnels et promouvoir la santé au travail.

M<sup>me</sup> Morançais, psychologue du travail qui intervient en Vendée depuis la rentrée, répond à nos questions.



professionnel, ce qui garantit la confidentialité absolue de la démarche.

## OÙ SE PASSENT CES RENDEZ-VOUS ?

Les entretiens se font dans les locaux de la MGEN dans un lieu neutre, en toute indépendance de la hiérarchie ou de l'environnement professionnel.

## COMMENT PEUT-ON PROCÉDER POUR BÉNÉFICIER DE CES ENTRETIENS AVEC UN PROFESSIONNEL ?

Il suffit d'appeler le numéro de téléphone réservé à la prise de RDV.

## AU-DELÀ DE L'ESPACE D'ACCUEIL ET D'ÉCOUTE, PARTICIPEZ-VOUS À D'AUTRES ACTIONS DANS LE CADRE DU RÉSEAU PAS ?

En collaboration avec le psychologue du travail du réseau PAS de Loire Atlantique, je réalise également des actions collectives :

- des actions de formation et de sensibilisation sur les questions de bien-être et de qualité de vie au travail (prévention des risques psycho-sociaux, épuisement et usure professionnelle, gestion du stress),
- des animations de groupes d'échanges sur les pratiques professionnelles,
- des interventions auprès des équipes, notamment lors de situations de conflits, de changements ou d'évolutions au sein de l'établissement. ♦

**Q**u'est-ce que l'Espace d'Accueil et d'Ecoute (EAE) des réseaux PAS ?

Il s'agit d'un espace d'écoute individuelle, confidentiel et gratuit, avec un psychologue du travail. En complémentarité des services de l'académie déjà existants (service social des personnels, médecine de prévention, services RH...), ce dispositif a pour vocation d'accueillir les personnels qui ressentent le besoin d'être écoutés, et soutenus, hors institution.

## QUI PEUT AVOIR RECOURS À L'EAE ?

Cet espace est ouvert à tous les personnels de l'Éducation nationale et de l'enseignement supérieur; titulaires ou non, mutualistes ou non, en situation de fragilité ou de mal-être. L'EAE offre la possibilité de rencontrer un psychologue afin d'être écouté et guidé dans ses difficultés professionnelles ou personnelles.

## LE NOMBRE DE RDV EST-IL LIMITÉ ?

L'Espace d'Accueil et d'Ecoute n'est pas un lieu de soins ; le nombre d'entretiens individuels est volontairement limité à trois. La personne peut être ensuite orientée vers des ressources appropriées.

## COMMENT EST GARANTIE LA CONFIDENTIALITÉ DES ÉCHANGES ?

En tant que psychologue, je suis soumise au secret

## Espace d'accueil et d'écoute en Vendée

Dans les locaux MGEN,  
156 bd Aristide Briand à la Roche sur Yon  
Sur rendez-vous, un mercredi sur deux  
de 14h00 à 17h00

sd085pas@mgen.fr  
02 51 36 02 84 (ligne dédiée)  
Confidentiel et gratuit.

## Le cinéma au service de l'éducation à la santé

Pour aborder la prévention des infections sexuellement transmissibles au lycée, Adosen Prévention Santé MGEN propose aux lycées vendéens une démarche en trois temps :

- projection du film « Pilules bleues »,
- séquences construites avec l'équipe éducative,
- ateliers animés par le centre de dépistage (CEGID) et le Planning familial.

Inspiré d'une bande dessinée, « Pilules bleues » raconte une histoire d'amour dans l'ombre du sida. S'appuyer sur une œuvre de fiction permet d'interpeller les élèves tout en conservant une forme de mise à distance et ainsi de créer un espace plus favorable à l'échange. Film et BD peuvent faire l'objet d'un travail (inter)disciplinaire et éducatif. Les intervenants extérieurs prolongent les échanges dans un cadre différent et apportent des réponses aux questions restées en suspens. Une démarche qui s'inscrit dans la logique du parcours de santé à l'école : **«faire acquérir à chaque élève les connaissances, les compétences et la culture lui permettant de prendre en charge sa propre santé de façon autonome et responsable en référence à la mission émancipatrice de l'école»**. ♦

### Départ en retraite de Michelle Gueffet

Une carrière entière, 41 années passées au service des adhérents MGEN depuis 1975, Michelle Gueffet a connu le changement de local de notre section de la rue Albert 1<sup>er</sup> à la Rue Ramon en 1977 puis celui plus récent Rue Aristide Briand en 2014. Toute l'équipe départementale salue notre jeune retraitée ! ♦



### Bien-être actif en famille !

Vous avez un enfant de 3 à 5 ans ? Vous souhaitez lui faire découvrir des activités physiques ? Partager un moment épanouissant avec lui ? En partenariat avec l'Ufolep, MGEN vous propose de participer gratuitement à un programme de 10 séances de découvertes d'activités physiques.

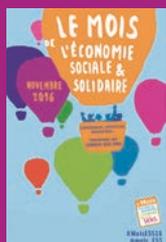
Renseignements : [contact85@mgen.fr](mailto:contact85@mgen.fr) ♦

## AGENDA



**12 octobre :** débat théâtral « Bonne chère pas cher » dans les locaux de l'IUT à la Roche sur Yon.

**14 décembre :** Sensibilisation à la prévention des Infections Sexuellement Transmissibles par le Centre de dépistage à la section MGEN.



### Novembre, mois de l'ESS Économie sociale et solidaire

Depuis sa création en 2014, Label ESS 85 est l'association qui a pour objectif de participer au développement de l'ESS et d'en promouvoir les valeurs sur le département. En Vendée, l'Économie sociale et solidaire concerne 2 500 établissements employeurs

(associations, coopératives, mutuelles) et plus de 23 000 salariés représentant près de 14% des emplois privés. MGEN, adhérente à Label ESS 85, dans le cadre du mois de l'ESS, participera à un « Marché décalé » le samedi 26 novembre à La Roche sur Yon.

Pour en savoir plus : [label85ess.wix.com/labeless85](http://label85ess.wix.com/labeless85) ♦

## ACTIVITÉ PHYSIQUE

# sport et santé

**L'activité physique permet de lutter contre la sédentarité caractéristique de l'Homme moderne qui serait responsable de 5 millions de décès dans le monde chaque année.**

**D**e nombreuses études mettent en évidence l'impact positif de l'activité physique : diminution du risque de près de 80% pour le diabète de type II, division par 2 de la consommation de médicaments pour les personnes concernées par le cholestérol, réduction du risque d'obésité... Il est acquis qu'avoir une activité suffisante (au moins 30 minutes par jour) a des effets bénéfiques sur les maladies de l'appareil circulatoire, les cancers, les troubles mentaux. Enfin, on estime que les actifs ont une diminution du risque de petite infection banale de 65% par rapport aux inactifs.

### DE PLUS EN PLUS SÉDENTAIRE ?

Pourtant, 42% des Français (+8 points depuis 2009) déclarent ne pratiquer aucun sport. Quant à l'activité physique, 29% des Français n'en font jamais. On peut ainsi estimer à plus de 20 millions, le nombre de personnes sédentaires ! Et du fait de l'augmentation du temps passé sur écrans, la sédentarité n'épargne plus les jeunes, avec pour conséquence un doublement de l'obésité entre 1997 et 2012 parmi les 15-25 ans dans les Pays de la Loire.

### ÇA BOUGE !

97% des médecins de notre région estiment avoir pour rôle d'encourager leurs patients à augmenter leur niveau d'activité physique. La loi santé adoptée fin 2015 permet la prescription d'une activité physique adaptée pour les patients atteints d'une maladie de longue durée. L'Éducation nationale a engagé la mise en œuvre d'un parcours de santé dans lequel le sport via l'EPS doit prendre toute sa place. MGEN s'associe à ce mouvement. Votée à l'assemblée générale de juillet, la nouvelle offre jeunes inclura dès janvier 2017 un forfait pouvant prendre en compte une partie des frais d'abonnement ou de licences sportives. Dans notre région, plusieurs programmes de prévention à destination des élèves et des adhérents ont été mis en place pour favoriser la découverte ou la reprise d'une activité physique. Allez, on se bouge ? ■

## Sport et activité physique

**Le sport** se caractérise par un ensemble d'exercices physiques se présentant sous forme de jeux pratiqués en observant des règles définies généralement par des fédérations.

**L'activité physique** correspond à toute mobilisation musculaire entraînant une augmentation significative de la dépense énergétique (sport mais aussi jardinage, marche, vélo...).

ENTRETIEN AVEC UN ADHÉRENT

# impliqué dans la Fondation de la Route



## La Fondation de la Route en quelques mots

**2005** création de la Fondation de la Route par la MGET  
**2016** MGET et la Fondation de la Route rejoignent le groupe MGEN  
 5 grands pôles régionaux dont un pôle à Angers  
[www.fondationdelaroute.fr](http://www.fondationdelaroute.fr)  
 Plus de renseignements auprès de votre section MGEN



### Christian Gelé

Bénévole  
à la Fondation  
de la Route



#### ■ Quel a été ton parcours professionnel ?

**Christian Gelé :** Après avoir débuté comme agent de travaux à la Direction départementale de l'équipement de Niort en 1976, j'ai terminé ma carrière comme chef d'équipe principal, responsable de la gestion des ouvrages d'art. J'étais notamment chargé du contrôle et du diagnostic des désordres rencontrés sur les ponts, une opération qui doit être menée régulièrement pour que l'on puisse réaliser les réparations nécessaires avant que ces dégradations ne les affaiblissent.

#### ■ Avec en parallèle un fort engagement mutualiste ?

**C.G. :** Le bénévolat a toujours été important pour moi. Association Sportive et Culturelle d'Entraide de l'Équipement, syndicat, mutuelle... Comme je n'aime pas être là en tant que figurant, j'ai vite pris des responsabilités dans notre mutuelle professionnelle au niveau départemental. En 2005, j'ai été élu au conseil d'administration et au bureau national.

#### ■ Tu as donc participé à la création de la Fondation de la Route ?

**C.G. :** L'idée est venue en 1998 des adhérents MGET qui travaillaient sur les

#### routes et étaient directement concernés par le risque d'accident.

La Fondation est née en 2005. J'ai pu en voir tout l'intérêt sur le terrain en organisant une opération de sensibilisation de 3 jours sur une aire de repos à Niort. N'ayant plus de fonction d'élu depuis la fusion avec la MGEN, j'ai décidé de donner de mon temps pour mettre en place et animer les opérations de prévention.

#### ■ Que propose la Fondation de la Route ?

**C.G. :** La Fondation de la Route agit pour modifier le comportement des conducteurs et les inciter à adopter des attitudes citoyennes.

Avec le matériel dont nous disposons à Angers (voiture tonneau, simulchoc, ergo vision, simulateurs de conduite auto et moto, lunettes d'alcoolémie, matériels pédagogiques), nous pouvons mettre en place des ateliers auprès de tous les publics. Nous intervenons à la demande des mutuelles, des collectivités locales, des entreprises, des établissements scolaires, etc. J'apprécie particulièrement les interventions auprès des jeunes. C'est important de leur montrer les risques mais surtout de dialoguer avec eux pour qu'ils réfléchissent aux comportements qu'ils adoptent sur la route. ■

OUVERTURE  
du centre  
de réadaptation  
de l'académie  
de Nantes

Destiné aux personnels de l'Éducation nationale éloignés de leur milieu professionnel suite à un problème de santé, ce centre a pour objectif **de les accompagner vers un retour progressif dans leur environnement de travail ou de les aider à construire un projet de réorientation.**

Ce dispositif conduit en complémentarité avec les services du rectorat est cofinancé par le Ministère et MGEN.

## À FOND LE SPORT SANTÉ POUR MGEN PARTENAIRE...

### ... DU COMITÉ DÉPARTEMENTAL OLYMPIQUE ET SPORTIF ET D'HARMONIE MUTUELLE

Ce partenariat a permis d'organiser une conférence sport santé avec la participation de la championne de judo Lucie Decosse et d'animer un stand commun sur le village «Sentez-vous sport». Week-end du 16 au 18 septembre à Nantes.

### ... DE LA MUTUALITÉ FRANÇAISE

L'action «Bouge... Une priorité pour ta santé !» est menée dans une école de chaque département. Elle vise à favoriser la pratique régulière d'activités physiques par les enfants et à leur permettre de devenir acteurs de leur santé.

### .... DE L'UFOLEP

Le programme «Bien-être actif» offre aux adhérents MGEN la possibilité de découvrir des activités variées et adaptées à leur condition physique. À découvrir également, l'application «**Tout Terrain**», une appli mobile permettant à tous les amateurs de sport de se réunir pour (re)trouver le plaisir de la pratique sportive en commun ! ■



### Avec MGEN Santé Prévoyance, choisissez l'offre qui va avec votre vie.

Jusqu'au 31 octobre, un dispositif spécifique d'accueil est mis en place dans l'espace mutuel de votre département. C'est l'occasion de faire le point avec votre conseiller MGEN sur votre couverture.



## AGENDA

ATELIER

### Créer un environnement sain pour mon enfant

- Laval 5/10 ou 8/12/16
- Nantes 14/10 ou 8/11/16
- La Roche sur Yon 21/09 et 7/12/16
- Angers 20/09 et 6/12/16
- Le Mans 23/09 et 7/12/16

Parents ou futurs parents, la Mutualité Française vous propose de participer à un atelier Nesting. En deux heures, cet atelier gratuit vous offre un large tour d'horizon sur tout ce qui touche à l'environnement du nouveau-né ou du jeune enfant. Quelles sont les sources de pollution intérieure ? Quelles solutions alternatives simples peuvent être mises en œuvre ? Inscription sur [www.paysdelaloire.mutualite.fr](http://www.paysdelaloire.mutualite.fr)

### FORUM DES SENIORS

► Nantes du 24  
au 26 novembre 2016

MGEN sera présente au Parc des Expositions de la Beaujoire, rendez-vous des seniors actifs en quête d'informations et d'idées pour «vitaminer» leur nouvelle vie. Venez nous y retrouver !

LE MOIS

### de l'Économie sociale et solidaire

► Novembre 2016

Découvrez l'économie sociale et solidaire au travers des événements organisés près de chez vous. Rendez-vous sur [www.lemois-ess.org](http://www.lemois-ess.org)

