

# Initiatives

## MUTUALISTES



**70  
ans !**

L'aventure  
continue...



## Le mot de la présidente Var

2017,  
une année riche en événements dans le Var.

Nous fêterons tous ensemble, à l'occasion de nos prochaines rencontres mutuelles du 31 mai, les 70 ans de MGEN dans une perspective d'avenir.

Nous accueillerons une étape des Fitdays MGEN à Draguignan le 17 juin.

Nous développons nos partenariats culturels pour la rentrée prochaine.

Nous envisageons nos futures actions de prévention.

Nous enrichissons notre communication par le numérique.

Nous participons à divers projets.

**Vous, adhérentes, adhérents MGEN êtes notre principale source de motivation, qui nous anime au quotidien !**

Nous entendons poursuivre dans ce sens pour faire vivre notre mutuelle encore de longues années. Nous avons besoin de vous : les prochaines élections auront lieu en 2018, avec un dépôt des candidatures avant fin octobre 2017.

**Alors, rejoignez-nous dès à présent !**

Sandrine Falasco  
Présidente MGEN 83

4-5

GESTION DU  
STRESS



6-7

ZOOM SUR  
LES ACCORDS  
CONVENTIONNELS



8-9

NOUVELLE  
ASSURANCE  
VOYAGE



10-11

LE TIERS PAYANT  
EN PRATIQUE



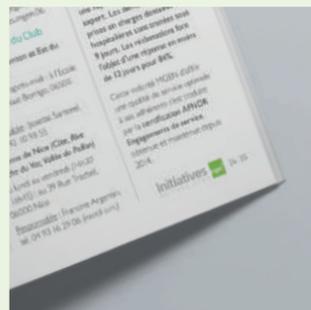
12-13

VOS FESTIVALS  
EN PACA ET  
CORSE



14-15

BRÈVES



16

PORTRAIT  
DE MILITANT



### Nous rencontrer

La Valette du Var,  
19 avenue des Frères Lumière

### Nous écrire

Courrier : MGEN 83 - CS 60000 La Valette du Var  
83166 Toulon Cedex 9

Twitter : @MGENetvous

Web : depuis votre espace personnel sur le site mgen.fr

### Nous joindre

3676 Service gratuit  
+ prix appel

### LE MAGAZINE RÉGIONAL DES ADHÉRENTS mgen<sup>+</sup> PACA ET CORSE / MAI 2017

Directeur de la publication : Julien Villeveille, jvilleveille@mgen.fr | Diffusion : aux 180 000 adhérents MGEN des régions PACA et Corse | Rédaction : Gaëlle Cloarec / services MGEN | Crédits photos : Clément Puig (couverture) / photothèque MGEN / Hervé Thouroude / MGEN / Fotolia / Istock Photo | Conception / réalisation / illustrations : www.mkt-design.fr | Production : Produire supports de communication | Imprimerie : Hemisud. Imprimé en France sur papier 100 % recyclé. Conditionné sous film photo dégradable.



Cette publication est le magazine MGEN des régions PACA et Corse, elle a pour vocation de fournir des informations locales 2 fois dans l'année. Elle se distingue du magazine Valeurs Mutualistes qui est la seule publication officielle du groupe MGEN. Les indications portées dans ce document sont données sous réserve d'erreurs typographiques et réglementaires.

## Edito

### 70 ans en 2016 pour notre MGEN !

"Mutuelle générale de l'Éducation nationale", disions-nous à sa création et il y a encore peu.

"MGEN" puis "Groupe MGEN", disons-nous maintenant.

Mutuelle historique, nationale, d'administration, de l'Éducation nationale,

MGEN est maintenant devenue une mutuelle pour tous tout en demeurant aussi une mutuelle professionnelle.

**MGEN avait, a et aura...  
MGEN a été, est et sera...  
MGEN a dû, doit et devra...  
MGEN a su, sait et saura...**

Marc Devouge  
Administrateur national  
chargé de la région PACA-Corse



# Je fais quoi pour gérer mon stress ?

**Au quotidien, nous sommes souvent tenus en rendre compte. Mais qu'y faire ? et formatrice, spécialiste de la gestion de 30 ans, on apprend à remédier à cela, car des solutions existent !**

**dus, parfois sans même Avec Marylène Pia, coach du stress depuis près de 30 ans, on apprend à remédier à cela, car des solutions existent !**

**La première étape est de prendre conscience de nos tensions mentales :** "on les somatise au niveau des mâchoires, des épaules et du dos, où elles entraînent douleurs et crispations". La respiration reflète notre état intérieur ; en cas de stress, elle est haute, rapide, superficielle. Plutôt ventrale, régulière et profonde, elle marque un ressenti serein.

**Des exercices de respiration simples ou des techniques d'ancrage permettent de renforcer sa capacité d'auto-régulation.** Ce sont d'excellents outils à mobiliser pour aborder avec calme les situations stressantes, qu'il s'agisse d'un examen ou d'une évaluation professionnelle, de discuter avec son ado ou bien de difficultés d'endormissement...

## Quelques exercices

**1.** Dans la journée, offrez-vous régulièrement quelques instants pour souffler. "L'idéal est de favoriser un réflexe/détente : lorsque j'ai soif, je bois un verre d'eau, lorsque je sens des tensions, dès que je le peux, je prends le temps de quelques respirations apaisantes !"

**2.** La respiration ventrale est un excellent anti-stress. Inspirez normalement et soufflez lentement, terminez chaque expiration en rentrant légèrement le ventre. Allongez progressivement la durée de l'expiration, sans que cela ne devienne inconfortable. Au bout de deux ou trois minutes, appréciez la détente qui s'installe.

**3.** Les tensions mentales se traduisent souvent par des tensions musculaires. Réciproquement, si l'on détend ses épaules crispées, on apaise son ressenti nerveux. En position assise, mains croisées, allongez les bras devant vous en inspirant, paumes des mains orientées vers l'extérieur, étirez-vous sans souffler l'air, puis expirez en relâchant totalement les bras, les épaules, et laissez peser votre dos contre le dossier.

**"L'important c'est la régularité ; on peut s'offrir quelques instants chaque jour, le matin au réveil, à la pause repas, en rentrant chez soi, en se couchant." On peut même utiliser ces outils lorsqu'on fait la queue à une caisse ou que l'on attend chez le dentiste. L'objectif est de ne pas user son énergie à s'impatiser !**

Retrouvez les conseils de Marylène Pia et d'autres exercices détaillés sur son site [marylenepiaformation.com](http://marylenepiaformation.com) ainsi que sur [mmmieux.fr](http://mmmieux.fr)



### Préparateur mental... Quel est votre rôle ?

Je m'occupe des 17 nageurs internationaux de Marseille, mais aussi de joueurs de polo, de football, de chanteurs lyriques... Je suis également formateur en entreprise, où je coache beaucoup de managers.

### Ce sont des disciplines très variées, adoptez-vous la même approche avec chacune ?

Absolument. Quelle que soit la discipline, c'est toujours la perception d'une situation qui génère une émotion, et cette émotion génère à son tour un comportement, qui n'est pas le fruit du hasard. Les messages qui nous parviennent à l'esprit sont issus de l'inconscient à 80 %... Pour vous donner un exemple, un nageur sur le plot de départ, déterminé à faire partie des trois premiers : sa détermination peut provenir d'une obligation inconsciente, un désir d'être parfait, qui peut l'amener à vouloir en faire trop.

### Et c'est un obstacle ?

Le burn out vient souvent de là, de ne pas s'accorder le droit à l'erreur. Or on peut répondre à la compétitivité de manière différente. Par la mise en avant, en amont, de la rigueur bien-sûr, mais aussi du bien-être, sans être obnubilé par le résultat. Si le Cercle des Nageurs a duré, c'est parce que nous avons insisté sur l'épanouissement personnel de

## "Le stress peut être stimulant"

**Thomas Sammut est le préparateur mental du Cercle des Nageurs à Marseille. Pour accompagner au mieux les sportifs de haut niveau, il leur apprend... à douter !**

chaque sportif. Nous préférons avoir des personnalités émancipées plutôt que des champions qui ne s'apprécient pas.

### Le droit à l'erreur, c'est agréable à entendre !

Oui, et en plus, ça marche ! Si l'on pouvait travailler davantage en ce sens dans le monde de l'entreprise et dans celui de l'éducation, cela ferait beaucoup de bien. Quand on a commencé avec les nageurs, la majorité avaient des freins et ne se voyaient pas battre les tout meilleurs du monde. Aujourd'hui, ils le font.

### Pouvez-vous détailler votre méthode ?

D'abord, identifier ses doutes. C'est tout à fait légitime de douter. La grande majorité des gens n'arrivent pas à les admettre, ils les assimilent à une faiblesse. Or le simple fait de les accepter en ôte la charge négative. De la même façon que lorsqu'on va voir un médecin, s'il pose un diagnostic, on va déjà mieux. Identifier la source du stress le diminue déjà de moitié. Nos premiers bons résultats en 2010-2011, on les a obtenus avec des nageurs qui ont admis "oui, j'ai peur". Ils se sont accordés le droit de ne pas être des supers-héros.

### C'est une méthode qui peut s'appliquer à tout un chacun...

Tout à fait. Le stress peut devenir un allié, dans n'importe quelle situation avec un

enjeu. Le gros piège est de vouloir isoler nos peurs, les dénier. Il faut faire l'inverse. La peur est un formidable moteur à court terme. Mais à quel prix ? Si on l'admet, on peut travailler à moyen et long terme en toute sérénité, de manière à ce que le stress soit stimulant et non inquiétant. Avouons-le ! Si il n'y avait pas d'incertitude au niveau du résultat, on ne vivrait pas aussi intensément ces moments-là.

### Il faut donc admettre la possibilité de l'échec. Pas facile dans notre société de la performance !

Notre vie n'est faite que d'apprentissages. Pour réussir quelque chose, apprendre à marcher par exemple, on a forcément échoué. Aujourd'hui on bannit les erreurs comme un échec, alors qu'on devrait les louer comme une démarche d'apprentissage, et rester dans le plaisir, la curiosité. Les freins des adultes se sont mis en place dans l'enfance, où il aurait suffi de peu de choses, encourager, dédramatiser... et l'on aurait gagné du temps.

### Comment vous-même en êtes-vous venu à cette profession ?

Justement, je n'appartenais pas à un moule quand j'étais collégien, je me suis pas mal heurté à ce système trop axé sur le résultat. Et je me suis dit que plus tard, je m'y prendrai autrement.

## "On n'oublie pas le plaisir"

**Comment un sportif de haut niveau gère-t-il son stress ? Réponse du champion du monde de natation Camille Lacourt.**

### Comment travaillez-vous avec votre préparateur mental, Thomas Sammut ?

Thomas est vraiment très bon, son approche nous permet de dépasser nos freins, et de relativiser, en appuyant sur nos points forts. Cela fait longtemps qu'on a trouvé ensemble ce qui me fait marcher ou tomber.

### Ne nous laissez pas en plein suspens ! De quoi s'agit-il ?

C'est le jeu. Le sport est un hobby avant tout, et moi il faut que je m'amuse. Comme dans le travail, il faut du plaisir dans le sport, une part d'excitation, de défi.

### Concrètement, comment procédez-vous face au stress ?

Par des exercices de visualisation, par exemple : se projeter la course plusieurs fois dans sa tête, comme un film. Ce qui est difficile, c'est la pression que l'on se met en s'entraînant à fond pendant des mois. On pousse la performance à l'extrême, mais si on n'oublie pas le plaisir, on le vit mieux. Pour ma part, j'ai besoin du stress, je le gère bien, je nage toujours plus vite dans les grandes compétitions que dans les petits meetings.

### Est-ce à dire que l'enjeu vous stimule ?

Sportif ou pas, chacun à son niveau peut éprouver une déception, la tristesse ou la peur de l'échec. On s'entraîne si dur pour ne pas avoir à revivre cette situation, et pourtant cela fait partie du jeu ! Tout le monde connaît la défaite, le but est de ne pas en avoir peur, de voir le verre à moitié plein plutôt que le verre à moitié vide.



# Mieux soignés, mieux remboursés

## QUE SONT LES ACCORDS CONVENTIONNELS ?

La Loi Leroux du 27 janvier 2014 encadre désormais les accords conventionnels conclus entre mutuelles, assurances et instituts de prévoyance d'une part, et professionnels de santé d'autre part, sur tout le territoire français. Ces derniers **s'engagent au niveau de la qualité et des tarifs de leurs prestations.**

## POURQUOI ONT-ILS ÉTÉ MIS EN PLACE ?

**La démarche est issue d'un constat :** certains secteurs de la santé -notamment l'optique, les prothèses dentaires ou les prothèses auditives- n'étaient pas ou peu encadrés. Le coût des soins et équipements augmentait sensiblement chaque année, et même si les mutuelles amélioraient régulièrement leurs prestations, le reste à charge pour les adhérents restait élevé.

## CONCRÈTEMENT, QU'EST-CE QUE CELA CHANGE ?

Auparavant, le coût d'une paire de verres progressifs ou d'une prothèse dentaire pouvait aller du simple au triple selon le praticien ou le secteur géographique. Avec les accords conventionnels, **l'adhérent bénéficie d'un encadrement tarifaire, de prix avantageux, et il est dispensé d'avance de frais.**

## ET SI MON DENTISTE OU MON AUDIOPROTHÉSISTE N'A PAS SIGNÉ DE CONVENTION ?

**Rien ne change :** les adhérents restent bien sûr libres de choisir le professionnel de santé qui leur convient, et seront remboursés comme auparavant par la mutuelle, en fonction de leur offre contractuelle. Mais le coût majoré des soins et des équipements n'est pas pris en charge.

## COMMENT ONT ÉTÉ MENÉES CES NÉGOCIATIONS ?

**Secteur par secteur, votre mutuelle a noué des partenariats avec les professionnels de santé.**

En signant une convention basée sur un cahier des charges précis, elle assure à ses adhérents des tarifs encadrés. Les intérêts et pratiques des professionnels sont respectés, et en retour ils prennent des engagements qualitatifs rigoureux.

## Quelques données



### Optique

7 954 professionnels sur 11 300 (soit 70 %) sont conventionnés MGEN



### Audioprothésistes

3 453 professionnels sur 3 600 (soit 95 %) sont conventionnés MGEN



### Soins dentaires

24 000 chirurgiens-dentistes (soit 61 %) et plus de 1 000 orthodontistes (soit 50 %) sont conventionnés MGEN sur l'ensemble du territoire français.

## Une action est en cours

**MGEN et ses militants lancent une campagne de Plaidoyer pour l'accès aux soins en matière de prothèses auditives et d'optique.**

Constatant que la population française est insuffisamment équipée, notamment à cause de restes à charge importants, MGEN tient à faire connaître les solutions mises en œuvre pour aider ses adhérents à mieux accéder à des soins essentiels pour leur état de santé et de bien-être.

Dès à présent, au niveau national et local, des militants MGEN ont lancé une série de rencontres avec des décideurs institutionnels, des associations de patients, de ses adhérents et des Français.

### Vous aussi participez !

Un formulaire est en ligne pour recueillir vos expériences auprès de nos partenaires conventionnés. Les témoignages les plus significatifs seront intégrés au dossier de présentation du dispositif destiné à cette action de plaidoyer. À remplir sur : <http://smarturl.it/temoignages>

## L'éclairage de Christophe Lafond, vice-président MGEN

"Notre démarche consiste avant tout à favoriser l'accès aux soins et aux équipements médicaux de qualité, afin d'éviter le renoncement lié à un défaut d'information et/ou à un tarif trop élevé.

Dans le domaine des prothèses auditives, par exemple, le coût de l'équipement équivaut parfois à plusieurs mois de pension de retraite, or les personnes non équipées sont confrontées à un pénible isolement social. Lors de nos travaux avec les professionnels de santé, nous prenons en compte le prix de l'équipement, mais aussi la question de l'accompagnement. Notre cahier des charges inclut donc des séances d'adaptation, des engagements de disponibilité et de proximité... La qualité de la relation est prépondérante afin que la personne s'approprie l'appareil.

De manière générale, toutes nos propositions de convention font une large place à l'humain, et dans le même esprit, nous privilégions également les campagnes de dépistage et de prévention."

C.L.



# Partez en voyage, pas à l'aventure !

**Vous allez partir à l'étranger, avez-vous pensé à l'imprévu ? Parce que votre budget vacances n'est pas fait pour payer les frais de santé, MGEN lance une assurance voyage qui va plus loin pour vous... à un prix qui ne décolle pas !**

## Des voyages qui peuvent coûter cher, très cher

Les voyages font rêver. Mais en cas de souci, qu'en est-il vraiment des coûts médicaux sur place ? Certains pays s'avèrent aussi réputés pour leur richesse touristique que pour le prix astronomique de leur système de soins. Mieux vaut le savoir avant (voir encadré) et prévoir de partir couvert... même si c'est au soleil !



19 000 €

Fracture du tibia  
en Suisse  
Hospitalisation de  
7 jours



51 000 €

Neuropaludisme au  
Costa Rica  
Hospitalisation de  
3 semaines



29 000 €  
à 50 000 €

Crise d'appendicite  
aux Etats-Unis  
Hospitalisation de  
2 jours

## Cartes bancaires, une couverture limitée

Contrairement à une idée répandue, les cartes bancaires et les assurances habitation ne couvrent pas l'ensemble des risques liés au séjour à l'étranger, y compris en Europe. Leur portée est souvent limitée à un plafond et soumise à des franchises.

C'est pourquoi il est souvent très opportun de souscrire une véritable assurance voyage.

## Assurance voyage MGEN, la tranquillité à partir de 18 €

MGEN met pour la première fois à votre disposition 2 assurances voyage mutualistes qui vont réellement plus loin pour vous : HORIZON et ZENITH. Avance et prise en charge des frais médicaux, prolongation de séjour, assurance annulation : l'étendue optimale de leur couverture et leur coût constituent 2 bonnes raisons de ne plus voyager sans elle. Vous pouvez partir tranquille !

## Des avantages sans équivalent

- Frais médicaux remboursés à hauteur de 150 000 € par personne assurée.
- Assistance rapatriement du malade ou du blessé, et de ses accompagnants.
- Frais de recherche pris en charge à hauteur de 15 000 € par personne assurée.
- Assurance annulation active même en cas de contre-indication médicale ou de refus de visa.

Pour en savoir plus [mgenvoyage.fr](http://mgenvoyage.fr)

- Devis et adhésion en ligne
- Espace voyageur dédié pour réaliser toutes vos démarches

En partenariat avec IMA Assurances

## Offres additionnelles : des réponses mutualistes adaptées

Afin d'apporter une solution à chaque moment de vie, MGEN a développé, en complément de ses offres santé et prévoyance, un certain nombre de propositions de couvertures additionnelles. La nouvelle assurance voyage vient compléter une gamme déjà très complète.

Il est possible de souscrire à chacune d'entre elles séparément. N'hésitez pas à vous rendre sur [mgen.fr](http://mgen.fr) pour en savoir plus ou à faire un point complet avec un conseiller en prenant un rendez-vous au 3676.

### Les solutions acquisition MGEN

#### > L'assurance emprunteur

MGEN assure les prêts relatifs aux achats et/ou travaux immobiliers. L'assurance indemnitaire ou forfaitaire MGEN présente des taux très compétitifs et des frais de dossiers très réduits pour assurer des montants pouvant aller jusqu'à 1 000 000 €.

#### > La caution acquisition MGEN

MGEN cautionne la totalité du prêt bancaire (auprès des banques partenaires) jusqu'à 1 000 000 €, ce qui permet d'éviter d'avoir à s'acquitter des frais d'hypothèque.

#### > L'assurance chômage

Une protection complémentaire à l'assurance emprunteur qui vous prémunit contre le risque de perte d'emploi. Ouverte aux adhérents titulaires d'un CDI ou aux maîtres auxiliaires en poste depuis plus d'un an de moins de 58 ans, elle peut couvrir jusqu'à 80% du montant de vos échéances.

#### > Le prêt installation MGEN-Casden

Vous avez moins de 36 ans : évitez les crédits à la consommation et obtenez un prêt (de 1 500 à 3 000 €) avec un taux à 0 %.

Un crédit vous engage et doit être remboursé. Vérifiez vos capacités de remboursement avant de vous engager.

### Les solutions en prévoyance

#### > Rassurance

Couvre les risques de décès et d'invalidité et protège vos proches en garantissant le versement d'un capital ou d'une rente (selon l'option que vous aurez choisie).

#### > Le complément d'autonomie

Afin de faciliter le maintien à domicile en cas de perte d'autonomie, MGEN verse un capital pour financer le 1er équipement du logement ainsi qu'une rente mensuelle, et vous propose également des services d'assistance et d'aide à domicile.

#### > Sollicitudes

La meilleure assurance obsèques du marché : elle allie le versement d'un capital à de nombreux services, et vous permet ainsi de tout organiser dès maintenant pour que vos proches n'aient pas à le faire plus tard.

# Le tiers payant se généralise

Le tiers payant est un dispositif qui permet à un patient de ne pas avoir à faire l'avance de ses frais médicaux.

La loi de modernisation du système maladie français prévoit de l'ouvrir à tous les assurés sur la part prise en charge par la sécurité sociale : le Tiers Payant Généralisé deviendra obligatoire le 30 novembre 2017.

Concrètement, qu'est-ce que ça change ?

La loi imposera aux professionnels de santé de pratiquer le tiers payant sur la part qui est prise en charge par la sécurité sociale à **partir du 30 novembre**, mais vous pouvez demander à en bénéficier dès à présent (dans le respect des dispositions du contrat solidaire et responsable).



Si vous bénéficiez de l'assurance maternité, ou êtes atteint(e) d'une affection de longue durée, il doit dès à présent obligatoirement vous être proposé sur la part sécurité sociale.



Les éventuels dépassements d'honoraires devront être réglés à votre praticien. Ils pourront vous être remboursés en partie ou intégralement si votre contrat santé le prévoit (dans le cas des offres MGEN Équilibre et MGEN Intégrale) : pour cela il vous suffira de nous transmettre la facture.

Les professionnels de santé qui le souhaitent pourront également pratiquer le tiers payant sur la part prise en charge par la complémentaire santé (ce qui sera particulièrement simple pour les assurés sociaux - adhérents MGEN, puisqu'ils bénéficient d'une gestion combinée sécu + mutuelle : une seule transmission, un seul remboursement pour les deux parts et un engagement de paiement sous 7 jours).



Vous pouvez, si vous le souhaitez, refuser le bénéfice du tiers payant.

# EN PRATIQUE!



Du fait de la généralisation du tiers payant, les franchises médicales et les participations forfaitaires ne pourront plus être récupérées sur vos remboursements sécurité sociale. Elles le seront sur des prestations qui n'entreraient pas dans cadre du tiers payant ou, à défaut, vous serez notifiées ultérieurement par courrier, afin que vous puissiez vous en acquitter.

## Focus sur les participations forfaitaires et les franchises médicales

Instaurées respectivement en 2005 et en 2008, elles s'appliquent sur tous les actes médicaux (participation d'1 euro par acte) ou encore sur la pharmacie (participation de 50 centimes par boîte de médicament délivré). Plafonnées toutes deux à 50 euros par an et par assuré, elles ont vocation à préserver notre système de santé en contribuant au financement de la lutte contre le cancer, la maladie d'Alzheimer, et à l'amélioration des soins palliatifs. Elles sont à la charge de l'assuré et ne peuvent être retenues que sur les sommes remboursées par la Sécurité Sociale. Les sommes que MGEN collecte en tant que gestionnaire du régime obligatoire des agents de l'État sont intégralement reversées à la Sécurité Sociale.



## Quelques conseils

**1.** Mettez votre Carte Vitale à jour régulièrement, ce sera primordial pour un fonctionnement optimal du Tiers Payant Généralisé.

**2.** N'oubliez pas de déclarer un médecin traitant (si vous avez oublié, vous pouvez vérifier qui vous avez déclaré depuis votre espace personnel sur [mgen.fr](http://mgen.fr)).

**3.** Le respect du parcours de soins est essentiel au bon fonctionnement du dispositif (il faut être adressé par son médecin pour consulter un spécialiste).

# Une carte pour vos festivals

Depuis maintenant plusieurs années votre carte culture vous accompagne dans les théâtres, les salles de spectacle, les cinémas et ... les festivals ! À l'approche de l'été, nous vous présentons quelques-uns de ces partenaires (liste en cours de constitution ...).



## 84 Villeneuve en Scène



Situé à Villeneuve lez Avignon, à deux pas d'Avignon, le Festival Villeneuve en Scène se déroule, comme son grand frère, au mois de Juillet.

Resserré sur 13 jours, autour de 13 compagnies, il offre une programmation où le texte côtoie la danse, le cirque, les musiques ou les arts de la rue.

VILLENUEVE-LÈS-AVIGNON - juillet - festivalvilleneuveenscene.com



## 13 Marsat



Le grand rendez-vous des musiques électroniques et urbaines s'installe les 23 et 24 juin au Parc Chanot pour surprendre et secouer Marseille ! Deux jours de fête avec Die Antwoord, Nicolas Jaar, De La Soul, Mr Oizo, la Fonky Family, House of Pain et bien d'autres.

MARSEILLE - juin - marsat.com

## 83 Festival de Néoules



Superbe Festival au cœur du Var, vous y découvrirez un cadre magnifique et une très belle programmation avec cette année : Scratch Bandits Crew, Israël Vibration, Un Air, Deux Familles, Jahneration ou encore Birdy Nam Nam.

NEOULES - juillet - festival-de-neoules.fr

## Et aussi...

Plusieurs partenariats ont d'ores et déjà été mis en place... d'autres sont à venir.

Retrouvez toutes les informations sur le site :

[carte-culture-mgen.fr](http://carte-culture-mgen.fr)

Liste non exhaustive :

- HAUTE-CORSE
  - Arte Mare
- HAUTES-ALPES
  - Trad'in Festival
- BOUCHES-DU-RHÔNE
  - Charlie Jazz Festival
  - Aix en Baroque
  - Festival de guitare de Lambesc
  - Festival d'Aix
- VAR
  - Les Eauditives
- VAUCLUSE
  - Green Fest
  - Chorégies d'Orange

Si vous souhaitez proposer un partenariat avec un festival écrivez à [ccpacac@mgen.fr](mailto:ccpacac@mgen.fr)

## Si vous passez par là...

### Inspirez !

Et soufflez sur la braise de la musique de jazz, gardez la flamme, elle exprime si bien le reflet de son temps. Toujours aussi libre et rebelle, le jazz est bien vivant.

Comme le duel Est/Ouest de Glasper et Kamasi, comme le latin jazz de Fonseca, comme le sax de Branford Marsalis et le timbre de Kurt Elling, vivant et calme comme la voix de Norah Jones, vivant et éternellement recommencé comme l'énergie d'Herbie Hancock ou le blues de Taj Mahal. Please George Benson, Give me the Night !

Ou plus encore pour découvrir Vincent Peirani, Sons of Kemet, Ana Popovic ou Imany, pour danser avec Roy Ayers et Seun Kuti, pour planer avec Nguyễn Lê, Piers Faccini ou Géraldine Laurent. Et les autres...

Oui en 2017, le jazz est libre et nous libère... Duke écrivait : " Jazz is a good barometer for freedom ".

Du 19 au 29 juillet, sortez votre baromètre et une boussole pour prendre le cap de Marseille !

Renseignements : [marseillejazz.com](http://marseillejazz.com)



VOS QUESTIONS  
EN LIGNE



En complément de **Twitter** (via @MGENetvous), vous pouvez désormais poser vos questions sur les forums **MGEN et vous** (questions pratiques) ainsi que **Nous MGEN** (questions relatives à la vie mutualiste) :

à découvrir sur le site [mgen.fr](http://mgen.fr) !

ESPACES D'ACCUEIL  
ET D'ÉCOUTE

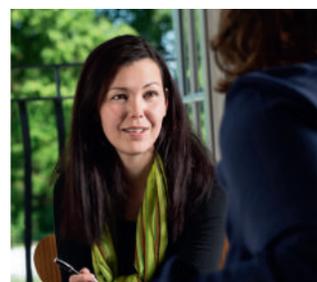


Évolution du dispositif

Depuis plusieurs années, MGEN, en partenariat avec le ministère de l'Éducation nationale, de l'Enseignement supérieur et de la Recherche, a mis en place un dispositif d'accueil psychologique à destination des personnels de ce ministère.

Dans chaque département, il est possible de bénéficier d'un service d'écoute psychologique via une plateforme téléphonique, ou de prendre rendez-vous pour rencontrer de manière anonyme et gratuite un psychologue.

Numéro unique et gratuit  
(de 8h30 à 18h30)  
 0805 500 005



IMMOBILIER :  
MGEN À VOTRE  
RENCONTRE



En tant que mutuelle, **MGEN vous accompagne tout au long de votre vie et vous apporte des solutions en santé, mais aussi dans bien d'autres domaines.**

Se loger est une vraie question de société et MGEN a déjà développé un certain nombre de réponses à ce sujet (cf. article en page 9).

Pour vous rencontrer et vous les présenter, nous participerons aux **Estivales de l'immobilier et de l'aménagement urbain à Aix en Provence le vendredi 2 et le samedi 3 juin de 10h à 20h** (Place de la Rotonde, devant l'Apple Store).

Vous avez un projet d'acquisition, de renégociation de prêt immobilier, de travaux de rénovation ... n'hésitez pas à venir à notre rencontre !

Notre stand s'est vu attribuer le numéro 51



LA SECTION DU VAR  
FÊTE LES 70 ANS DE LA MGEN !



Depuis sa création et tout au long d'un parcours de 70 ans de solidarité intergénérationnelle, MGEN n'a cessé d'innover, de créer et de se transformer. Les Rencontres Mutuelles seront l'occasion de fêter cette année "anniversaire".

Votre section a souhaité organiser les festivités dans l'un des deux établissements MGEN varois, l'EHPAD de Saint-Cyr, avec :

- une rencontre entre les élèves de Saint-Cyr et des résidents pour une présentation de leurs productions réalisées sur la protection sociale et la prévention.
- une manifestation ouverte à tous les adhérents :

RENCONTRE MUTUELLE MGEN 2017  
Mercredi 31 MAI

Stands ouverts à partir de 14h30  
Table ronde à 16h00

à l'EHPAD MGEN Saint-Cyr  
Route de Marseille  
83270 Saint-Cyr-sur-Mer

Cette rencontre sera placée sous le signe du souvenir avec une table ronde en présence de Charlotte Siney-Lange, historienne spécialiste de l'histoire de la mutualité et de la protection sociale, et d'autres acteurs de MGEN du Var. Mais elle sera aussi résolument tournée vers l'avenir avec des stands de prévention et des innovations technologiques.

Nous clôturerons les Rencontres par un moment convivial dans une ambiance musicale.

Nous vous attendons nombreux pour célébrer cet événement : **soyons fiers de notre mutuelle !**

Inscription avant le 24 mai par mail : [rencontresmutuelles83@mgen.fr](mailto:rencontresmutuelles83@mgen.fr)



FITDAYS MGEN  
À DRAGUIGNAN



Cette année, la section MGEN du Var accueillera une étape des **FitDays MGEN des Kids**. Il s'agit d'une animation pour développer la pratique sportive, particulièrement le triathlon, avec des épreuves pour toute la famille et des ateliers pédagogiques.

Quelques enfants tirés au sort pourront participer à la finale régionale du 18 juin à Sisteron, voire à la finale nationale du 12 juillet à Montpellier.



FitDays MGEN  
17 juin 2017  
DRAGUIGNAN  
PARC HAUSSMANN

- 13 h 00 - 18 h 30 : village ouvert à tous les enfants de 5 à 12 ans (pré-inscription sur le site [www.fitdays.fr](http://www.fitdays.fr) conseillée). Des ateliers kids gratuits : triathlon (20 m de natation, 1 km de VTT et 250 m de course à pied), droits de l'enfant, collecte des déchets, sécurité routière, "mieux manger, mieux bouger"...

Clôture des inscriptions sur place une heure et demie avant la fermeture des ateliers, soit 17h (maillot de bain, chaussures de course à pied et serviette à apporter pour le Triathlon)

- 18 h 30 - 20 h 00 : relais aquathlon des familles, ouvert gratuitement aux équipes composées d'un enfant né entre 2005 et 2011 et d'un parent, frère ou soeur né avant 2005.

- 20 h 00 : tirage au sort des enfants qui représenteront leur ville en finale régionale et remise des prix Relais Famille. Tirage au sort d'un adulte pour participer au super tirage qui déterminera le gagnant de la Renault TWINGO le 12 juillet.

Informations sur [www.fitdays.fr](http://www.fitdays.fr)

NOUVELLES APPLIS  
FILGOOD VOCAL'IZ



Avec l'essor des nouvelles technologies, MGEN dispose d'une formidable opportunité de développer de nouveaux outils de prévention et d'éducation à la santé.

En voici deux exemples :

Filgood

Application web proposée par ADOSEN – Prévention Santé MGEN, Filgood évalue et promeut le bien être physique, mental et social des collégiens et lycéens.

Un outil de "diagnostic" au service des professionnels de l'éducation qui facilite la mise en œuvre d'un parcours éducatif de santé, et permet de :

- lancer des enquêtes anonymisées auprès de vos élèves,
- analyser les données récoltées,
- identifier et prioriser les thématiques de santé à aborder,
- accéder à différents outils pédagogiques,
- plus généralement, il permet aux élèves de mieux se connaître et de devenir des acteurs éclairés de leur santé.

Renseignements et inscriptions : [www.filgood-sante.fr](http://www.filgood-sante.fr)

Vocal'iz

Nouvelle application gratuite proposée par le groupe MGEN et développée avec des professionnels, Vocal'iz vous permet d'analyser votre voix, la comprendre et l'entraîner.

À l'aide de conseils, de vidéos et d'exercices pratiques, préservez vos cordes vocales en seulement quelques minutes par jour.

Disponible sur [Apple Store](https://www.apple.com) et [Google Play](https://www.google.com).

CLUB  
RETRAITÉS  
MGEN 83



Le Club : entre  
incertitude et espoir

Les adhérents du Club des retraités MGEN du Var prennent plaisir aux activités proposées : conférences, ateliers langues (Allemand, Anglais, Espagnol, Italien), sorties cinéma et -avec 2FOPEN-JS- randonnées, marches, sorties culturelles ou voyages...

Le tableau serait idyllique si nous disposions d'un local dédié au Club !

Il y a quelques mois nous avons poussé un cri de détresse. Notre appel au secours n'a pas été entendu : le Club des Retraités MGEN du Var n'a toujours pas de lieu pour se retrouver malgré les efforts de Madame Falasco et les nôtres. Aujourd'hui, nous renouvelons cet appel !

Néanmoins, de futures visites attrayantes aident le Club à survivre : Londres en mai, Le Puy du Fou et le Futuroscope en septembre...

Le Club est toujours prêt à favoriser le développement de nouvelles animations.

Alors, n'hésitez pas à vous joindre à nous !

Vos contacts :

Monique  
BONNIOL  
06 64 61 94 84

Marie-Antoinette  
OLTRA  
07 61 05 45 98



## Dr Pierre Pontaud

### REPÈRES

- 1976** Thèse de Doctorat à la Faculté de Médecine de Marseille
- 1978** Médecin généraliste libéral, à Roquebrune-Cap Martin
- 1982** Médecin-Chef du CNMEAR à St-Thomas en Royan
- 1986** Médecin-Chef du Centre de Gériatrie de Saint-Cyr-sur-Mer
- 1999** Diplôme Universitaire de Soins Palliatifs et Accompagnement en fin de vie
- 2006** Médecin Coordonnateur et Médecin Traitant EHPAD de Saint-Cyr-sur-Mer
- 2015** Diplôme d'Etudes Supérieures Universitaires "Ethique Médicale"

### La MGEN au cœur

Le Dr Pierre Pontaud est aujourd'hui Médecin Coordonnateur et Médecin Traitant à l'EHPAD de Saint-Cyr-sur-Mer. Il revient sur une carrière qui s'est déroulée presque entièrement au sein de la MGEN.

#### Qu'est-ce que la MGEN représente pour vous ?

Je l'ai toujours connue. Pendant longtemps j'étais "le fils de Simone Pontaud", première femme devenue membre du Bureau National, puis j'ai volé de mes propres ailes et j'y ai passé l'essentiel de ma carrière. Pendant mes études de médecine, elle a participé à la création d'une colonie de vacances MGEN dans la Drôme, destinée à l'accueil d'enfants en situation de handicap, où j'étais assistant sanitaire durant les vacances universitaires. Une fois diplômé, j'ai ouvert un cabinet à Roquebrune-Cap-Martin, tout en assurant les consultations au Centre de Diagnostic et de Soins MGEN de Nice. En 1981, je suis retourné dans la Drôme, en tant que médecin chef, dans l'établissement d'accueil permanent pour handicapés, créé par la MGEN.

#### Par la suite, vous êtes revenu sur la Côte d'Azur ?

J'étais correspondant de la Sécurité Sociale, avec un vieux camarade, Elie. C'était ma région d'origine ; lorsque l'établissement de Saint Cyr s'est développé, j'ai postulé en interne. Je vais vous raconter une anecdote : enfant, j'accompagnais ma mère dans ses visites à Françoise Djoukitch, l'institutrice qui a légué à la MGEN la propriété de 27 hectares où se trouve l'EHPAD aujourd'hui. Un endroit si beau que je me disais "quand je serai grand, j'habiterai là".

#### Vous avez un lien affectif fort avec la mutuelle...

Oui, avec son mode de fonctionnement, ses valeurs d'humanisme et de solidarité, transmises par ma mère. Elle est née dans un petit village de Haute Provence, son père était agriculteur. Les filles restaient à la maison à l'époque, elle a eu une trajectoire impressionnante à laquelle elle n'était pas destinée, jusqu'aux plus hautes instances de la mutuelle. C'est l'instituteur qui l'a repérée et qui l'a orientée vers l'Ecole Supérieure de Brignoles dont Françoise Djoukitch était la Directrice. Par la suite, elle est même la première jeune femme de son village à avoir passé le permis de conduire. Je suis fier d'être son fils.

#### Vous l'avez vue évoluer ?

La MGEN est devenue une grosse entreprise avec des objectifs louables, mais qui ont modifié la perception que l'on peut en avoir. Ces derniers temps je vois réapparaître des valeurs qui me tiennent à cœur, celles des pionniers de la mutuelle, et cela infléchit l'approche un peu trop comptable des années 2000. L'aspect humain ne doit pas être oublié. Je me réjouis de ce retour, c'est ce qui a fait la force de notre modèle.

#### D'ici quelques temps, vous partirez à la retraite, comment voyez-vous l'avenir de l'EHPAD ?

C'est la relève qui m'inquiète. Il y a une pénurie de médecins en France en raison du numerus clausus, mal géré. Les jeunes n'ont pas envie de travailler soixante heures par semaine, et souvent ils ne souhaitent pas s'investir auprès des personnes âgées. Mais nous sommes mieux dotés que la plupart. L'établissement est connu et reconnu dans toute la région et au delà, nous avons la chance d'être dans des locaux superbes, face à la mer, et nous n'avons pas d'actionnaire à rémunérer !