

➤ Résultats des élections

Dans le département, la participation a été de 33 % (participation nationale de 24,58 %). **Grâce à votre engagement et au vote électronique de janvier, vous avez dégagé 46 000 € qui accompagneront les quatre causes proposées. Lors de l'Assemblée Générale de juillet, MGEN remettra à chacun un chèque qui contribuera au projet que vous avez soutenu.**

Les résultats des élections sont les suivants :

| | | |
|------------------------------|-----------|-----------------|
| Marion CORNET | 3279 voix | élue pour 6 ans |
| Joëlle REBELO | 3240 voix | élue pour 6 ans |
| Marie-Paule GODARD | 3174 voix | élue pour 6 ans |
| Didier DURAT | 3167 voix | élu pour 6 ans |
| Françoise FOUCAT | 3047 voix | élue pour 6 ans |
| Jean Paul NEBOUT | 2943 voix | élu pour 6 ans |
| Christian FOURNIER | 2849 voix | élu pour 6 ans |
| Jean-Philippe N'GUYEN | 2797 voix | élu pour 6 ans |
| Thierry SASSI | 2480 voix | élu pour 4 ans |
| Christine TRONCY | 2417 voix | élue pour 2 ans |

Le 21 mars dernier, le comité de section a tenu à remercier les élus qui se sont investis pendant plusieurs années au service de la mutuelle, ce qui a été le cas de **Françoise AUGUSTIN, René BERTHON, Monique BRUN, Pierre GALAN, Françoise LABARRE, Jocelyne LEHNERT et Evelyne SEGUIN.**

Les nouveaux élus ont ensuite procédé au vote des membres du bureau :

- Présidente : Florence LAFFIN-BERNARD
- Vice-présidents :
 - Jean Paul NEBOUT
 - Patrice LARTIGAUD
 - Thierry SASSI
- Trésorier : Gérard BELLANGER,
- Trésorière adjointe : Joëlle REBELO
- Secrétaire : Françoise FOUCAT
- Secrétaire adjointe : Marie-Paule GODARD

Laetitia Rollat a préféré retirer sa candidature pour des raisons personnelles. Nous respectons son choix.

WWW.MGEN.FR/SECTIONS/SECTION-DE-LALLIER

ACTIVITÉ
2017

➤ L'activité de notre section départementale en 2017

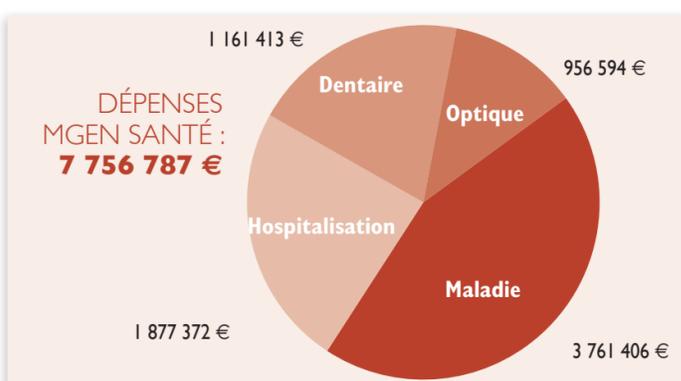
Le nombre de mutualistes est de 15 782 dont 12 168 assurés sociaux. Le nombre d'adhérents Fila est quant à lui de 364. Sur l'année, 585 261 décomptes ont été traités dont 23 389 manuellement. Ils ont entraîné le versement de 21.4 millions d'euros de prestations sécurité sociale (+ 6.2 %) et 7.7 millions d'euros de prestations complémentaires MGEN (+ 1.4 %)

Au-delà des prestations santé, la MGEN de l'Allier a également versé plus de 1.1 millions d'euros de prestations spécifiques traitées localement par les collaboratrices.

Enfin, la commission solidarité composée d'élus MGEN a attribué des aides exceptionnelles non remboursables, des prêts sans intérêts ou des avances.

PRESTATIONS SPECIFIQUES

| | | |
|---------------------------------------|-------------|-------------------|
| Dépendance totale (GIR 1 et 2) | 79 703 € | 63 bénéficiaires |
| Perte temporaire d'autonomie | 13 200 € | 11 bénéficiaires |
| Aide au mutualiste aidant | 4 845 € | 14 bénéficiaires |
| Aide à la maternité | 14 720 € | 89 bénéficiaires |
| Allocation décès | 135 101 € | 96 bénéficiaires |
| Allocation invalidité | 121 548 € | 53 bénéficiaires |
| Allocations journalières | 488 451 € | 183 bénéficiaires |
| Services d'aide à domicile | 40 722 € | 113 bénéficiaires |
| Handicap | 35 958 € | 90 bénéficiaires |
| Dépendance | 43 606 € | 93 bénéficiaires |
| Orphelinat | 53 485 € | 75 bénéficiaires |
| Soins coûteux | 64 923 € | 339 bénéficiaires |
| Aides exceptionnelles | 11 350 € | 15 bénéficiaires |
| Prêts et avances | 13 966 € | 13 bénéficiaires |
| Prestation Invalidité Décès | 1 086 563 € | 374 bénéficiaires |



PRÉVENTION

➤ Trouver sa voix, ça s'apprend



Le mercredi 28 mars, Nicole Marquis, orthophoniste à Vichy, a sensibilisé quelques étudiants de l'Ecole Supérieure du Professorat et de l'Education de Moulins aux troubles vocaux dans un but de prévention. Nous lui avons posé quelques questions.



Les troubles vocaux concernent près de 30 % de la population française et touchent notamment certains corps de métier : les acteurs, les chanteurs, les avocats, les enseignants, les commerçants, les entraîneurs...

Ce n'est pas une fatalité. La voix ne s'use pas et ne s'altère que si on s'en sert mal. Il s'agit alors pour ces professionnels de trouver leur voix, celle qui sera à leur service, celle qu'ils utiliseront tout au long de leur carrière.

Quelles en sont les causes ?

Les causes sont variées : les gestes inappropriés, une charge vocale trop importante (parler trop fort constamment), les allergies, le stress et la fatigue, les reflux gastriques et même les lieux où l'on exerce ! Il convient de rester attentif à tout signe de fatigue vocale comme les pertes ou changements de voix, les douleurs (irritations, démangeaisons...).

Quelles solutions ?

Il faut tout d'abord économiser l'acte vocal en ajustant sa voix à la situation - chuchoter ou appeler quand cela est nécessaire - mais également en sachant garder le silence ! Ensuite, il faut penser à boire régulièrement de l'eau pour hydrater les cordes vocales, à se tenir correctement lorsque l'on parle, à pratiquer une respiration abdominale profonde et à bien articuler ses propos. Quand les problèmes deviennent chroniques, la consultation de spécialistes s'impose. On privilégiera les phoniatres (problèmes importants), les orthophonistes (rééducation), les professeurs de chant ou de théâtre (appropriation de techniques vocales), les psychologues (conflits et tensions relationnelles) voire des coaches.

Comment peut-on se prémunir contre les troubles vocaux ?

Les pathologies vocales ne sont pas toujours reconnues comme maladies professionnelles si

bien que la prévention demeure une arme efficace. Comme un sportif, le professionnel utilisant sa voix doit s'entraîner. C'est d'autant plus vrai pour les enseignants pour qui la voix fait partie intégrante du dispositif pédagogique.

Chaque jour, commencer par s'étirer les épaules, la nuque, la tête. Puis, on grimace sans complexe (praxies bucco-linguo-faciales). Ensuite, on réalise de petites vocalisations : des « mmmm », des « brbrbrbr » (humming et liptrill) ainsi que des « vvvv » et « zzzz ». Enfin, on chantonne son air préféré.

On peut également pratiquer des exercices de respiration et de cohérence cardiaque accessibles sur certaines applications gratuites comme Vocal'iz de la MGEN. Dans tous les cas, on doit questionner ses représentations sur sa voix et accepter celle-ci. Comme elle sert à communiquer et est une composante de notre personnalité, il faut en prendre soin.

MGEN ALLIER

RETRAITE

➤ Les balades du club



En visite à Saint-Etienne, le parcours du Club des Retraités Mgen de Moulins a inclus les sites de l'emblématique « Manufacture des Armes », aujourd'hui « Cité du Design », et de la non moins célèbre « Manufrance », devenue un « Musée des armes, cycles et rubans » retraçant son épopée. Se sont imposées bien sûr les visites du « Musée des Verts » et, à Firminy, de l'extraordinaire ensemble architectural de Le Corbusier.

RÉUNION DÉPARTEMENTALE

Les trois antennes du club (Moulins, Montluçon et Vichy) se sont réunies au Lycée Valéry Larbaud le 22 mars dernier. Soixante-six personnes étaient présentes et ont échangé principalement sur le sujet du nouveau fonctionnement du club, l'activité locale, nationale et sur le nouveau nom : « club santé sénior ». Le temps de rencontre s'est terminé autour d'un repas gastronomique préparé par les élèves.

MAI 2018

Le lien
mutualiste

Hubertine Auclert,
bourbonnaise
et citoyenne
engagée pour l'égalité



La MGEN
de l'Allier
partenaire
du collectif



Hubertine Auclert



GRUPE vyv

➤ 2018, année du renouvellement du comité de section

Ces deux années de premier mandat se sont très vite écoulées. Je mesure avec satisfaction le chemin parcouru au côté des adhérents, des militants (délégués, élus, correspondants) et des collaboratrices de notre mutuelle.

Ensemble, nous pouvons être fiers de contribuer dans notre quotidien à apporter des solutions à tous et à chacun des mutualistes tout au long de leurs parcours de vie.

Notre comité de section est nourri d'échanges, de débats, de réflexions au service de l'adhérent et de sa proximité. Il est aussi une force vive, de militants pluriels, représentant une diversité des métiers de l'éducation nationale, de l'enseignement supérieur, de la recherche, de l'environnement comme de la fonction territoriale, des femmes et des hommes reliés aux mêmes valeurs mutualistes.

La prévention-santé, les prestations spécifiques, le réseau PAS*, l'aide sociale, sont autant d'actions qu'accompagne le

comité de section. Cette année un tiers de ses membres a été renouvelé par votre engagement au vote. Nous vous remercions de la confiance que vous nous portez.

Nous accueillons nos nouveaux élus :

Marion CORNET, Didier DURAT, Christian FOURNIER, Marie-Paule GODARD, Jean-Paul NEBOUT, Jean-Philippe N'GUYEN, Christine TRONCY et Thierry SASSI. Nous nous engageons à poursuivre avec eux jusqu'en 2020, nos beaux projets d'avenir. Retrouvez nous pour une nouvelle rencontre mutuelle le mercredi 6 juin, à 14h30 au lycée V. Larbaud à Cusset.

Florence LAFFIN-BERNARD,
Présidente MGEN de l'Allier.

*Prévention, Aide et Suivi, dispositif d'accompagnement et d'écoute, destiné à tous les personnels de l'Éducation nationale, éprouvant des difficultés d'ordre professionnel et/ou privé.

➤ Des solutions habitat



**Vous déménagez ?
Vous achetez un logement ?
Vous restaurez un bien immobilier ?
Vous obtenez une mutation ?**

■ Assurance emprunteur MGEN

Exigée par les banques pour tout prêt immobilier, elle protège au meilleur coût. Vous avez un projet immobilier ou une assurance de prêt en cours c'est le moment de penser MGEN.

Information d'actualité : dans le cadre de la Loi Sapin et de l'amendement Bourquin, la MGEN peut vous permettre la renégociation de votre assurance emprunteur et vous faire réaliser des économies.

■ Caution

Associée à l'assurance emprunteur, dans le cadre de partenariats avec la banque postale et la caisse d'épargne, la Caution Acquisition MGEN affiche des taux très compétitifs.

■ Mobilité pro

Lors d'une mutation professionnelle, MGEN propose différents services pour aider au déménagement et pour accompagner le conjoint dans sa recherche d'emploi : communication de coordonnées d'entreprises de déménagement ou de sociétés de garde-meubles, aide à la recherche

d'emploi du conjoint, nettoyage du logement quitté à concurrence de 500 €.

■ PIM

Le Prêt à l'Installation MGEN - CASDEN permet aux mutualistes âgés de moins de 36 ans, d'obtenir un prêt de 1000 à 3000 €, à TAEG fixe de 0 % (sans frais de dossier, remboursable sur 12 à 36 mois).

■ mgenserviceshabitat.fr (accompagnement en ligne)

Un site pour vous accompagner gratuitement dans vos travaux d'isolation, de rénovation, avec bilan énergétique gratuit et conseils sur les aides financières.

Pour connaître les détails et les modalités, contactez-nous :
rendezvous03@mgen.fr

➤ Prévention : MGEN plus proche de vous

Depuis plus de 70 ans MGEN met en place des actions de prévention à destination de ses adhérents mais également d'un public plus large sur de nombreuses thématiques. Ces actions puisent leurs racines dans l'ADN même de MGEN : accompagner dans le domaine de la santé ses adhérents tout au long de leur vie.

L'approche de MGEN en matière de prévention est globale : les campagnes sont pensées pour articuler numérique (mmmieux, vocaliz, ...) et actions de terrain, mais également campagnes nationales et actions de proximité. En 2017 ce sont plus de 1700 actions qui se sont déroulées sur l'ensemble du territoire, renforçant le lien entre notre mutuelle et ses adhérents.

Aujourd'hui, MGEN souhaite renforcer son accompagnement auprès de vous et c'est pourquoi les 4 sections départementales de la région Auvergne ont décidé de lancer un sondage sur vos attentes en matière de prévention. Le but est d'adapter nos actions à vos besoins de santé mais aussi à vos modes de vie afin de les rendre plus accessibles. Nous vous ferons part des résultats dans le bulletin de rentrée.

Ce sondage ne vous prendra pas plus de 3 minutes, alors tous à vos claviers !

POUR ACCÉDER A L'ENQUÊTE

Pour remplir l'enquête vous pouvez retrouver le lien sur le site internet de votre section :

- Allier : <https://www.mgen.fr/sections/section-de-lallier/>
- Cantal : <https://www.mgen.fr/sections/section-du-cantal/>
- Haute-Loire : <https://www.mgen.fr/sections/section-de-la-haute-loire/>
- Puy-de-Dôme : <https://www.mgen.fr/sections/section-du-puy-de-dome/>

Ou retrouvez les liens sur les pages Facebook de vos sections départementales.

Vous pouvez également flasher le QR CODE suivant :



➤ ADOSEN : Inspirer la communauté éducative pour le bien-être des élèves

L'ADOSEN Prévention Santé - MGEN fonde ses actions sur trois piliers : la création d'outils pédagogiques spécifiques (ex : www.filgood-sante.fr), l'intervention en milieu scolaire par le biais de bénévoles ou de volontaires en service civique et la valorisation des initiatives pédagogiques des équipes éducatives. L'appel à projet de l'ADOSEN a été pensé pour combiner ces trois axes et être ainsi en mesure de répondre aux besoins de la communauté éducative de la façon la plus complète possible (financement, accompagnement, valorisation et proposition d'outils adaptés). De belles actions ont été soutenues en Auvergne pour l'année scolaire 2017-2018.

Pour plus d'information :

adosen-sante.com

adosen
prévention santé mgen



Le collège G. Philippe de Clermont-Ferrand et le Lycée professionnel G. Eiffel de Gannat ont été retenus grâce à la thématique de l'alimentation.

Il est à noter que l'enjeu de l'alimentation des adolescents est crucial quand on relève que près de 20 % des élèves pour certains collèges sont en surcharge pondérale. Que ce soit à travers la création d'un livret de recettes mises en pratiques au self pour les collégiens ou que ce soit le projet

« Je mange, je bouge » pour les lycéens (théâtre, ateliers cuisine...), l'objectif commun est bien de faire prendre conscience des effets du mode de consommation sur la santé et sur l'environnement. Faciliter l'adoption de comportements sains et responsables, c'est permettre de prendre soin de soi dans un environnement favorable et également réfléchir aux impacts de la consommation sur la planète.

Le choix du Lycée L. de Vinci de Monistrol sur Loire s'est porté sur les addictions.

Au cours d'une journée dédiée à la thématique et à travers différents stands tenus par des professionnels (gendarmérie, associations spécialisées...), les élèves ont été sensibilisés aux risques de consommation de tabac, d'alcool, de cannabis... Au cours de la journée, la radio lycéenne y a consacré sa programmation. Le projet s'est poursuivi avec la représentation d'une pièce de théâtre suivie d'un débat sur les différents types d'addictions et leur place dans la société.

Quant au collège de Corsac à Brives-Charensac, c'est en créant une webradio citoyenne que les élèves souhaitent, entre autres, travailler sur le climat scolaire... quel beau programme, à écouter sans modération !



➤ Engagez-vous avec La fondation de la route



La Fondation de la route qu'est-ce que c'est ?

La Fondation de la Route a été créée en 1998 sous l'impulsion de Lucien Peretti, alors président de la MGET (Mutuelle Générale Environnement et Territoires). Tout en valorisant le travail et l'expérience des militants et adhérents de la MGET, il souhaitait construire « un projet citoyen ». Son idée aboutit en 1998 à la création d'une association qui deviendra en mars 2005 une fondation d'entreprise. Depuis 2016, la Fondation de la Route fait partie de l'écosystème

prévention santé de MGEN. a souhaité engager le mouvement mutualiste dans la prévention des risques routiers.

Son objectif

Sensibiliser les usagers aux risques routiers et agir pour les réduire en articulant ses actions autour du triptyque : **prévention / santé / sécurité routière**, en intervenant auprès de 3 publics prioritaires : les jeunes, les actifs et les seniors.

Comment ?

→ En incitant les usagers à adopter des comportements plus responsables ; en améliorant la sécurité sur les routes ; en informant le public des actions visant à réduire les risques routiers. Les actions de la FDR prennent différentes formes : sur une journée, sur un stage ou avec l'installation d'un « village ». Elle est équipée de nombreux outils pédagogiques permettant de

faire prendre conscience à chacun du rôle qu'il a à jouer sur la route et de faire évoluer les comportements.

Les outils pratiques

- ✓ Lunettes d'alcoolémie
 - ✓ Réactiomètre
 - ✓ Simulateurs de conduite auto
 - ✓ Simulateurs de conduite moto
 - ✓ Appareils de contrôle de la vision
 - ✓ Voiture-tonneaux
 - ✓ Simulateur de choc
 - ✓ Eco-Conduite
 - ✓ Sonnoyance et sommeil
 - ✓ Addictions aux substances psycho-actives
- Ces actions concrètes, efficaces, pédagogiques et innovantes, suscitent un véritable engouement.

Bilan

Chaque année, plus d'une centaine d'opérations de prévention sont initiées dans toute la France.

En 2016, La Fondation de la Route a sensibilisé plus de 24 000 personnes à travers la France entière, avec 148 actions.

Rejoignez-nous ! et devenez bénévole de la Fondation de la Route

« Forte de ses militants et bénévoles issus du monde de l'Équipement dont l'engagement doit se poursuivre, la Fondation de la Route est aujourd'hui reconnue des pouvoirs publics et amplifie son action d'année en année. L'implication du plus grand nombre sera la garantie que l'action de la Fondation de la Route ira en s'amplifiant et qu'elle pourra répondre favorablement aux sollicitations de plus en plus nombreuses, ce qui témoigne de la reconnaissance de la qualité des interventions de la FDR.

Il ne s'agit pas naturellement d'être mobilisé chaque jour mais de pouvoir compter dans chaque département sur un potentiel de bénévoles prêts à s'impliquer en cas de besoin, alors n'hésitez plus et rejoignez-nous.