

ValeursMutualistes

n°315 LE MAGAZINE DES ADHÉRENTS DU GROUPE MGEN - 1^{ER} TRIMESTRE 2019

**QUELLE PRISE
EN CHARGE
POUR
LE GRAND ÂGE ?**



GROUPE **vyv**



Sauvée et transformée en Scop en 2014 par 12 salariés, la librairie Les Volcans à Clermont-Ferrand est aujourd'hui pérenne. Un exemple dynamique d'entreprise sociale et solidaire insérée localement.

4

GRAND ANGLE

4 / SOLIDARITÉ

Les Volcans, l'anti Amazon

7 / DOSSIER

Quelle prise en charge pour le grand âge ?

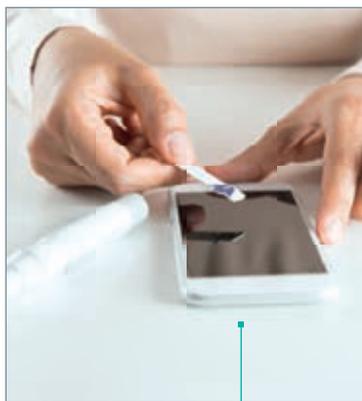
14 / RENCONTRE

Emmanuel Godo, écrivain, spécialiste de l'histoire de la conversation :
"Rien ne vaut le face-à-face"

16 / SOCIÉTÉ

Européennes : la Mutualité française s'engage et mobilise

17 / BRÈVES



18

Branche de la télémédecine, la télésurveillance médicale permet à un médecin d'interpréter à distance les données nécessaires au suivi d'un patient et de prendre des décisions pour sa prise en charge. **Un dispositif en plein développement en France.**

MA SANTÉ

18 / PRÉVENTION

La télésurveillance médicale, une solution d'avenir

22 / INNOVATION

Un bilan pour savoir où en est sa fertilité

24 / RECHERCHE

De la pulpe dentaire pour réparer les os

26 / EN PRATIQUE

Du fait de sa remarquable richesse biologique, le lac de Grand-Lieu est considéré comme l'une des plus belles zones humides d'Europe.

Un écosystème entre Loire et océan, à 15 km de Nantes, unique et fragile. Donc à préserver.



CULTURE

28 / DÉCOUVERTE

À Grand Lieu, le lac respire

28

30 / TALENTS DES LECTEURS VOS MESSAGES

31 / L'ŒIL DES DESSINATEURS

ValeursMutualistes n°315 LE MAGAZINE DES ADHÉRENTS DU GROUPE MGEN - 1^{ER} TRIMESTRE 2019

MUTUELLE GÉNÉRALE DE L'ÉDUCATION NATIONALE - 3, square Max-Hymans - 75748 Paris CEDEX 15 - Tél. : 01 40 47 20 20
DIRECTEUR DE LA PUBLICATION : Marc Tranchat. DIRECTEUR DE LA COMMUNICATION : Sif Ourabah. RESPONSABLE DE LA RÉDACTION : Séverine Bounhol. SECRÉTARIAT DE RÉDACTION : Josiane Dumay. MAQUETTE - DIRECTION ARTISTIQUE : Jérôme Edmont / Laure Grosdemouge / Laurence Médard. CRÉATION : okô.

Crédits photos : © Hervé Thouroude / Olivier Rolfe / iStock / Gettyimages / Photonstop. Illustration couverture cahier : Yasmine Gateau. Prix du numéro : 0,65 €. Abonnement : 3,8 €. Tirage : 1 966 571 exemplaires. Photogravure : okô. Impression : Roto France-Lognes Papier provenant majoritairement d'Italie, 0% de fibres recyclées. Papier certifié PEFC. Eutrophisation : P tot 0,018 kg/T. CPPAP 0421 M 0781 I. Dépôt légal 1^{er} trimestre 2019 : © MGEN 2019. La MGEN se réserve le droit de refuser toute insertion, sans avoir à justifier sa décision. Membre actif de l'Association nationale de la presse mutualiste ainsi que de la Fédération nationale de la presse d'information spécialisée.
MGEN, Mutuelle générale de l'Éducation nationale, n°775 685 399 - MGEN Vie, n°441 922 002 - MGEN Filia, n°440 363 588, mutuelles soumises aux dispositions du livre II du Code de la mutualité. MGEN Action sanitaire et sociale, n° 441 921 913 - MGEN Centres de santé, n° 477 901 714, mutuelles soumises aux dispositions du livre III du Code de la mutualité.
Cahier 1 (MGEN Santé Prévoyance) et Cahier 2 (Efficience Santé).
Dans ce numéro : un encart "Rencontres mutualistes".



A lors que les Français cherchent des réponses à une crise démocratique et sociale, nous nous apprêtons à élire nos représentants au Parlement européen. L'occasion de nous interroger sur ce que nous voulons de cette Europe.

Nombreux sont les Français à nourrir des *a priori* sur les institutions européennes. Difficile de les en blâmer alors que la construction européenne a jusqu'à maintenant privilégié une intégration essentiellement économique, souvent au détriment d'une intégration sociale, ou même environnementale... Ce paradigme européen nous a doucement conduits vers une Europe au fonctionnement et aux enjeux complexes, parfois opaques et en apparence éloignés de nos préoccupations quotidiennes. Je suis pourtant convaincu que nous pouvons aujourd'hui changer cette vision d'une Europe inaccessible, qui divise plus qu'elle ne rassemble.

Et si nous cherchions en effet à rapprocher l'Europe de nos concitoyens et de leurs besoins ? Si nous y voyions une opportunité de répondre aux enjeux sociaux actuels ? **C'est le pari que nous faisons avec le groupe VYV et la Mutualité française en faisant le choix de nous engager pour la construction d'une Europe qui protège.**

Depuis plus de dix ans maintenant, la MGEN s'engage sur la scène européenne pour défendre les intérêts de ses adhérents, car c'est à Bruxelles que s'est construit le paradigme assurantiel actuel qui tend à ignorer les spécificités mutualistes. **Et c'est à Bruxelles que se dessinera la protection sociale de demain.**

Saisissons l'opportunité européenne !

Roland Berthilier
Président du groupe MGEN

Ses premières bases ont été posées en 2017 par l'adoption, par les trois institutions européennes*, du socle européen des droits sociaux : 20 principes clés pour l'égalité des chances, l'équité, l'inclusion et la protection sociale des travailleurs. La MGEN s'engage aux côtés des acteurs européens de l'économie sociale pour que ces valeurs deviennent le visage d'une nouvelle Europe, plus juste, plus sociale et plus solidaire.

Cette Europe peut et devra compter sur le soutien des entreprises à but non lucratif, en particulier des mutuelles, actrices majeures de la protection sociale. **Les valeurs de transparence, de démocratie et de responsabilité, sont les conditions de la réussite de ce système européen de droits sociaux.** Des valeurs que nous portons au quotidien pour une économie qui a du sens.

Les prochaines élections seront l'occasion d'affirmer ces valeurs et de les porter à Bruxelles pour construire une Europe au service de l'entraide entre les peuples, au profit de tous et de chacun.

La conjoncture nous offre une opportunité unique de construire cette Europe qui protège : saisissons-la !

*Parlement européen, Conseil de l'Union européenne et Commission européenne.



Véritable institution clermontoise, la librairie est connue pour sa sélection éclectique.

Les Volcans, l'anti Amazon

Sauvée et transformée en Scop en 2014 par 12 salariés, la librairie Les Volcans à Clermont-Ferrand est aujourd'hui pérenne. Un exemple dynamique d'entreprise sociale et solidaire insérée localement.

“**L**es Volcans ? J'y passe toutes les semaines pour les nouveautés, le plaisir... C'est l'une des plus belles librairies de France”, affirme, pas peu fier, un des clients de cette véritable institution clermontoise, connue pour sa sélection éclectique, répartie sur 228 m². Plusieurs générations de lecteurs se sont succédé en plus de quarante ans : étudiants à la recherche d'un manuel indispensable, passionnés de littérature japonaise ou d'histoire régionale, cinéphiles ou férus de jazz, grands-parents gâtant leurs petits-enfants... Martine Lebeau, gérante des Volcans depuis trente-huit ans, n'hésite pas à parler de relation “fusionnelle” entre les clients et l'établissement. Elle se souvient de leur réaction à l'hiver 2014, lorsque

“Une douzaine de salariés ont choisi de sauver leur outil de travail en fondant une Scop. Et, bien leur en a pris !...”

“leur” librairie a été placée en liquidation judiciaire : “Une manifestation spontanée s'est organisée via les réseaux sociaux et, un soir, des centaines de clients se sont massés devant les vitrines pour nous proposer leur soutien, y compris financier.” Une douzaine de libraires, disquaires, papetiers et caissiers décident alors de sauver leur outil de travail en fondant une Scop (Société coopérative et participative). Ils réinjectent la totalité de leurs indemnités de licenciement et 50% de leurs droits au chômage au capital de l'entreprise : “Nous étions un peu fous, mais n'avions rien à perdre. Jamais l'argent n'a été une question pour nous. Nous avons pris le risque pour continuer à faire le métier que nous adorons”, témoigne Nadine Barbecot, libraire aux Volcans depuis vingt-neuf ans.

Un engagement désintéressé

Près de cinq ans plus tard, la structure fonctionne très bien : “Grâce à la fidélité sans faille des clients qui accomplissent une sorte d'acte militant en achetant aux Volcans, se félicite Martine Lebeau. Nous avons eu la chance de faire des bénéfices dès la première année

Fermée après la liquidation du réseau Chapitre, l'enseigne clermontoise a été reprise par ses salariés. Une belle histoire en pleine crise de l'édition.



Les **4 régions** comptabilisant les plus de Scop sont :

- l'Île-de-France
- Auvergne-Rhône-Alpes
- l'Occitanie
- la Nouvelle-Aquitaine



En quarante ans, plusieurs générations de lecteurs se sont succédées dans les lieux.



3 177 Scop et Scic*

existaient en France en 2017, représentant 57 700 salariés et 32 000 sociétaires.

*Société coopérative d'intérêt collectif dont les associés peuvent être aussi des clients, partenaires, bénévoles...

Source : Confédération générale des Scop,



Le panier moyen d'achat à la librairie des Volcans est de 29 € contre 19 € en moyenne dans les librairies "physiques".

Source : Observatoire de la librairie.



et avons pu, dès lors, verser un intéressement, équivalent à 34% de nos bénéficiaires, à l'ensemble des salariés, quel que soit leur poste." Reconduite en 2018 pour un second mandat, la gérante reconnaît ne pas avoir une âme d'entrepreneure - pas plus que ses collègues. Mais, avec eux, elle se bat pour faire grandir et vivre leur entreprise commune. "J'envisage des travaux afin d'augmenter la surface de vente, la réorganisation des rayons CD et DVD...". Pas gagné car, comme elle le confie aussi : "Tout n'est pas rose sous prétexte d'être dans l'économie sociale et solidaire ! De plus, une Scop est un modèle d'entreprise qui demande beaucoup d'engagement personnel."



Atelier découverte (gratuit) de fabrication de livres à la main, animé par Cosette Cartonera.



En projet : la réorganisation de certains rayons, entre autres.

QU'EST-CE QU'UNE SCOP ?



Une Scop est une société coopérative et participative dont les salariés sont les associés majoritaires. Elle appartient au collectif et ne peut être délocalisée ou vendue. Les grandes décisions sont prises démocratiquement : un associé = une voix, quel que soit le montant de son capital. Un tiers au moins des bénéfices est mis en réserve impartageable, ce qui permet de continuer à payer les salaires en cas de perte de clients, de créer de l'emploi, d'investir dans le projet de l'entreprise... et de mieux résister aux crises économiques.

I. G.

"Une liberté d'initiative royale"

N'empêche : Nadine, responsable du rayon Poches, apprécie beaucoup cette liberté gagnée au prix de quelques sacrifices : "Pas de comptes rendus des chiffres quotidiens donc pas de pression, pas de limite de budget d'achat - nous nous responsabilisons nous-même, pas de lutte de pouvoir... Parfois, je me dis : cet endroit est un peu à toi." Pas de tabous ni de censure non plus : "Nous avons une liberté d'initiative royale, pouvons faire venir un auteur de notre choix", appuie Gaëlle Pradeau, apprentie libraire en charge de la partie philosophie-religion-spiritualité du rayon sciences humaines. Elle a ainsi organisé, par exemple, une rencontre avec le philosophe Éric Fiat, auteur d'*Ode à la fatigue* [ndlr : éd. de l'Observatoire], suivie d'une table ronde en soirée avec Le Bar des Sciences, une association locale de diffusion de la culture scientifique.

Le partage constitue un autre pari réussi de la librairie des Volcans. Chaque année, plus de 400 animations se déroulent dans son Patio : signature du livre de François Hollande, rencontre avec Douglas Kennedy ou Guillaume Musso, concerts classiques ou de reggae donné par un groupe local, etc. De quoi toucher tous les publics, lecteurs ou non.

Isabelle Guardiola



Six des membres de la Scop librairie les Volcans. De gauche à droite : Nadine Barbecot, Margaux Bouchardon, Muriel Sanson, Mathias Laude, Gaëlle Pradeau et Martine Lebeau.



Pauline Petot.

“Une Scop permet de s’engager en travaillant”

Pauline Petot, directrice de la Chambre régionale de l'économie sociale et solidaire (Cress)* d'Auvergne-Rhône-Alpes, présente les atouts d'une Scop.

Que permet le statut de Scop, qui est l'un des formats d'entrepreneuriat de l'économie sociale et solidaire (ESS) ?

De fédérer plus facilement un territoire, un réseau d'accompagnement et la société civile, autant d'atouts à la réussite du projet. L'ADN de l'ESS est de construire avec les futurs bénéficiaires/clients/partenaires des réponses à des

besoins ou des envies non ou mal satisfaites, assez caractéristiques des transitions sociétales et écologiques actuelles. La future entreprise intègre le territoire (habitants, collectivités...) dans cette réflexion : cela apporte une garantie presque automatique à l'adhésion au projet.

“L'économie sociale et solidaire construit des réponses adaptées et viables économiquement, générant de l'emploi.”

L'engagement des salariés est-il automatique ?

Il n'est pas obligatoire, mais c'est une opportunité offerte. S'engager en travaillant a, jusqu'ici, été très souvent dissocié. Une Scop permet de concilier les deux. Les moins de trente ans y sont sensibles : ils montrent un engouement pour l'ESS* ; ils préfèrent gagner moins mais donner du sens à leur emploi.

Propos recueillis par Isabelle Guardiola

*cress-aura.org



Pour en savoir plus
SCOP Librairie Les Volcans
80, bd François Mitterrand
63000 Clermont-Ferrand
Tel : 04 73 43 66 75
contact@librairielesvolcans.com
librairielesvolcans.com

QUELLE PRISE EN CHARGE POUR LE GRAND ÂGE ?

D'ici 2050, les personnes de plus de quatre-vingt-cinq ans seront trois fois plus nombreuses qu'aujourd'hui. Un boom démographique porteur d'enjeux multiples, sociaux, médicaux, financiers, intergénérationnels... qui appelle à la fois des réponses collectives pertinentes et un changement de regard sur le vieillissement.

Dossier réalisé par Katia Vilarasau

“**N**ous sommes tous concernés par le vieillissement et savons, aujourd'hui, que le modèle mis en place il y a quelques années ne fonctionne plus.”

C'est par ce constat en forme d'aveu qu'Agnès Buzyn, ministre des Solidarités et de la Santé, a lancé la concertation nationale sur le vieillissement et la perte d'autonomie, le 1^{er} octobre dernier au micro de RTL. Un débat qui s'inscrit dans le droit fil de la promesse faite par le président de la République, lors du congrès de la Mutualité française de juin, d'élaborer d'ici fin 2019 une loi sur la dépendance, reconnaissant un “échec collectif” sur la prise en charge du grand âge.

Une crise majeure

Conditions d'accueil des établissements d'hébergement pour personnes dépendantes (Ehpad), qualité des soins apportés par les services d'aide à domicile, soutien aux professionnels et aux aidants... Depuis janvier 2017, pétitions, grèves et rassemblements mobilisent régulièrement personnels, familles, associations de retraités et directeurs d'établissements.



Ils réclament l'abrogation de la réforme du financement de décembre 2016, accusée de renforcer les inégalités territoriales, et davantage de moyens humains. Ce mouvement social, qui a culminé le 30 janvier 2018 avec une grève nationale et des manifestations



© Nathanaël Mergui

dans toute la France, “a sonné comme une alarme auprès du grand public, selon Jérôme Guedj*, conseiller départemental de l'Essonne. Elle a permis de relancer le débat sur le vieillissement et sur la création d'un cinquième risque pour la perte d'autonomie. Si celle-ci est loin

d'être systématique, les personnes âgées entrent aujourd'hui plus tard dans les maisons de retraite et présentent des pathologies plus lourdes. La médicalisation de ces établissements n'est pas suffisante au regard des besoins liés à leur état de santé, tout comme l'offre actuelle de biens et de services qui ne permet pas un maintien à domicile dans des conditions satisfaisantes.”

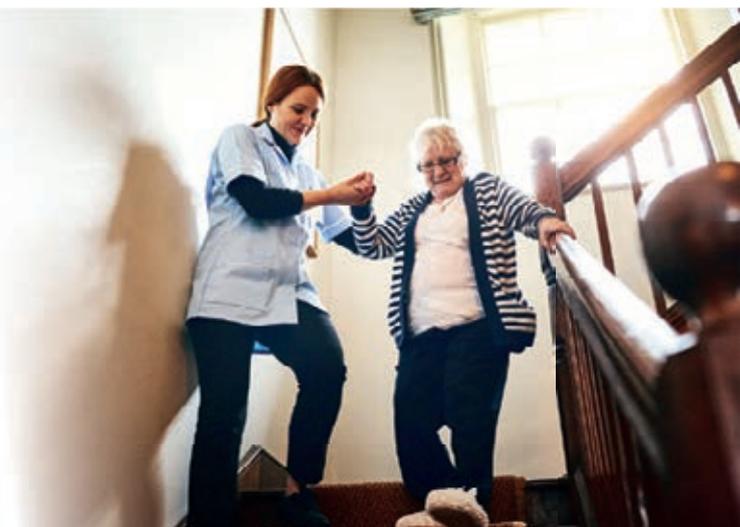
“Chacun a une ou plusieurs personnes confrontées au grand âge dans son entourage.”

Dominique Libault, président du Haut conseil du financement de la protection sociale et pilote de la concertation.



© Fabrice Dimier / INRS





“Tout le monde se sent concerné”

La concertation citoyenne “*Comment mieux prendre soin de nos aînés*”, lancée par le ministère des Solidarités et de la Santé et mise en ligne sur la plateforme make.org du 1^{er} octobre au 5 décembre, a enregistré 414 000 participants (dont 23% de jeunes âgés de seize à vingt-quatre ans). Ils ont proposé 18 000 solutions, qui ont fait l’objet de 1,7 million de votes.

“Ce thème parle à tout le monde car chacun a une ou plusieurs personnes confrontées au grand âge dans son entourage”, constate

Dominique Libault,

président du Haut conseil du financement de la protection sociale et pilote de la concertation. En parallèle, des forums régionaux et une dizaine d’ateliers ont regroupé des experts, des représentants de l’État et des collectivités, d’associations et de fédérations d’usagers et de professionnels autour de sujets divers : prévention de la perte d’autonomie, aidants, métiers de l’aide et du soin aux personnes âgées... De son côté, la Mutualité française, désireuse “*d’irriguer le débat public en partant des besoins*”, a publié une étude sur les impacts financiers et sociaux du vieillissement de la population. Ses réflexions portent sur le financement, la prévention ou encore l’accompagnement de la dépendance.

Diversifier les modes de prise en charge

“Plusieurs orientations se dégagent de cette concertation, observe Dominique Libault. En premier lieu, les participants portent une attention très forte aux conditions de travail des professionnels du soin, que ce soit à domicile ou en établissement, et à la valorisation de leurs métiers. Ce qui implique des actions de long terme sur la formation, le parcours professionnel et les conditions de travail.” Il note également une grande hétérogénéité entre les Ehpad “sur la question du bien-être des personnes accueillies.”



© Nathanaël Mergui

“Il est urgent d’entamer une vraie lutte contre l’épuisement des aidants.”

Florence Leduc, présidente de l’Association française des aidants.

Deuxième axe : diversifier les modes de prise en charge. “L’offre actuelle, entre le maintien à domicile et l’entrée en établissement, n’est pas satisfaisante car, dans les deux cas, elle peut conduire à un isolement de la personne âgée.” Dominique Libault plaide pour le développement de formes d’hébergement intermédiaires, l’ouverture des établissements médicalisés vers l’extérieur; l’intergénérationnel et les services à domicile afin de permettre aux personnes des allers et retours entre les différentes prises en charge.

“Il faut aussi simplifier l’accès aux dispositifs d’aide pour les personnes âgées et les aidants, qui ont le sentiment de traverser un parcours du combattant, et travailler sur le droit au répit des aidants.”

En finir avec l’épuisement et les barrières arbitraires

Pour **Florence Leduc,** présidente de l’Association française des aidants, il y a urgence à entamer une vraie lutte contre l’épuisement des aidants : “Ils ne sont pas là pour prendre la place des intervenants professionnels et réaliser des actes techniques de toilettes et de soins dont ils n’ont pas la compétence ! Arrêtons d’utiliser les aidants comme variable d’ajustement des politiques publiques et de faire peser sur eux des injonctions moralisatrices.” Elle souhaite que cette concertation débouche sur un vrai travail de prévention, “en permettant, par exemple, aux entreprises d’instaurer des programmes de conciliation du temps de travail pour les aidants comme il en existe pour les jeunes parents.”

Et que la réforme de la dépendance abolisse enfin la barrière d’âge, dont la suppression était prévue dans la loi handicap de 2005 : “Avant soixante ans, la reconnaissance du handicap permet de percevoir une prestation de compensation. Au-delà, la personne considérée comme dépendante reçoit l’allocation personnalisée de l’autonomie (APA). Le panier de soins est alors divisé par deux !”

De la convergence de ces deux dispositifs pourrait émerger une prestation ouverte à tous, quels que soient l’âge et le handicap, et adaptée aux besoins de chacun. “La réflexion ne doit pas rester centrée sur la personne âgée, mais englober l’ensemble des personnes souffrant de difficultés de vie consécutives à une maladie chronique, un handicap de naissance ou le grand âge.”



.../...

.../...

Cesser la fuite en avant

La grande concertation va-t-elle permettre de prendre à bras le corps une problématique sans cesse remise à demain ? "On a commencé à réfléchir aux réponses à apporter aux besoins des personnes âgées avec le rapport de Pierre Laroque en 1962, qui proposait d'intégrer le grand âge dans la protection sociale, note **Bernard Cassou**, professeur de santé publique et gériatre. Il nous faut aujourd'hui nous interroger sur les obstacles à leur mise en œuvre et sur les manières de les contourner."

Marie-Odile Esch, membre du Conseil économique, social et environnemental (Cese - groupe CFDT) et rapporteure du projet d'avis "Vieillir dans la dignité", rappelle, de son côté, que cette institution a produit pas moins de sept avis autour de la question du vieillissement, "avec de nombreuses propositions qui, si elles avaient été prises en compte, auraient peut-être évité le contexte de tensions extrêmes qui reste toujours d'actualité un an après. La société tend à ignorer le vieillissement et donc encore plus la dépendance qui peut y être associée."

C'est souvent lorsqu'un proche est concerné que la prise de conscience vient douloureusement rappeler à chacun que le vieillissement fait partie de la condition humaine. Les choix à effectuer alors se font très souvent par défaut et au regard de la situation tant territoriale que financière."



© N. Mergui/FNMF

"Vouloir agir sur la perte d'autonomie, c'est s'attaquer aux inégalités de santé, sociales et économiques."

Bernard Cassou, professeur de santé publique et gériatre.

Adapter notre société

Jérôme Guedj confirme : "Nous sommes tous dans une forme de déni intime et personnel du vieillissement, qui se prolonge par un déni collectif et se traduit par un déni politique." Il met en garde : "Ne tombons pas dans le piège d'aborder le sujet uniquement par le prisme financier. Le plus gros de l'effort à faire porte sur l'adaptation de la société : à partir de 2030, nous passerons, en dix ans, de 2 à 4 millions de personnes de plus de quatre-vingt-cinq ans. Certaines seront actives, d'autres fragiles ou en perte d'autonomie. Les vieux seront dans la vie et dans la ville. À nous de réfléchir à la façon de les valoriser et de valoriser ceux qui les accompagnent." Pour Bernard Cassou, l'accent doit être également mis sur une prévention plus globale et collective. "Vouloir agir sur la perte d'autonomie, c'est également agir bien en amont et s'attaquer aux inégalités de santé, sociales et économiques : un mauvais état de santé est certes lié à des comportements individuels, mais ceux-ci sont tributaires des conditions sociales et économiques, et, in fine, de travail. Or, ce facteur est systématiquement éliminé des réflexions."

*Membre du think tank *Matières grises*, auteur d'un rapport sur les personnes âgées en 2030.



COMMENT EST DÉFINIE LA PERTE D'AUTONOMIE ?

À partir de la grille Aggir (autonomie-gérontologie-groupe iso ressources), qui prend en compte 17 activités (communiquer, faire sa toilette, préparer un repas, participer à des activités...). Les degrés de perte d'autonomie sont classés en 6 groupes (GIR) : chacun correspond à un niveau de besoins d'aides pour accomplir les actes essentiels de la vie quotidienne.



© CESE-Katrin Baumann



“Comment financer un éventuel 5^e risque ?”

Qu'on le veuille ou non, impossible d'échapper à l'épineuse question du financement de la dépendance. Focus sur différentes pistes de réflexion.

Au cœur des actuelles tensions sociales relatives à la prise en charge du grand âge : la réforme de la tarification des Ehpad. Un vieux serpent de mer, en fait : “La question du financement de la dépendance reste toujours remise au lendemain de toutes les consultations menées, déplore Marie-Odile Esch, membre du Cese. Or, elle est centrale, y compris pour garantir toutes les autres mesures à consolider ou à initier.” Comment prendre en compte les besoins croissants de la population tout en assurant une vraie liberté de choix ?

“Travailler sur les différents volets de l'accompagnement de la perte d'autonomie (renforcement du soutien à domicile, médicalisation renforcée et transformation en pôles de ressources gériatriques des maisons de retraite)

“Toujours remise au lendemain, la question du financement de la dépendance est pourtant centrale.”

Marie-Odile Esch, membre du Cese.



et la baisse du reste à charge suppose des moyens supplémentaires, décrit Jérôme Guedj. À titre personnel, pour financer les 9 à 10 milliards nécessaires à la création de ce cinquième risque, je propose de prolonger les cotisations sociales, CRDS et CSG, créées pour résorber la dette des régimes sociaux qui devrait s'éteindre en 2024. Un bon modèle si on reste attaché au système de solidarité à la française, sans augmenter les prélèvements obligatoires.”

Pour la Mutualité française, qui porte historiquement la cause du grand âge en couvrant 70% des plus de soixante-cinq ans, “le financement de la perte d'autonomie doit reposer sur un socle renforcé de solidarité et le reste à charge diminuer.” Parmi les mesures qu'elle propose : une assurance dépendance généralisée souscrite à partir de quarante ans pour 5€ par mois, l'adaptation du tarif des Ehpad au niveau de revenus des résidents et le plafonnement des tarifs de ces structures.

LA FEUILLE DE ROUTE DU GOUVERNEMENT



Un plan d'investissement de 125 millions d'euros pour augmenter le nombre des personnels soignants en Ehpad et moderniser les établissements, ainsi que la fixation d'un forfait de 16€ par jour pour financer l'organisation de la vie à domicile des personnes âgées dépendantes dans des logements inclusifs sont programmés. Le rapport, tiré de la concertation “Grand âge et autonomie” et publié d'ici fin mars, servira de base au projet de loi dépendance. Celui-ci devrait être déposé à l'automne au Parlement. Il est censé tenir compte du souhait des Français de prioriser le domicile pour l'accompagnement du grand âge.

La France
compte aujourd'hui

1,3 million

de personnes âgées de 85 ans et plus;
en 2060, elles seront **5,4 millions**.

Source : Insee, Projections de population à l'horizon 2060, 2010.



La contribution des aidants est évaluée à

16,9 milliards d'euros

pour l'ensemble des personnes âgées à domicile
et 8 milliards d'euros pour celles dépendantes.

Source : Société et vieillissement - Rapport du groupe n°1
sur la prise en charge de la dépendance, 2011.

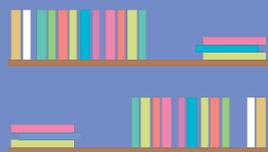


Après

75 ans

1 personne sur 12 vit en institution.
4% à 10% des personnes âgées
de 60 ans ou plus vivant à domicile
sont dépendantes.

Source : Drees, *Capacités, aides, et ressources des seniors (CARE)*, 2017.



Au moins

1 850 € par mois

c'est ce que dépensent la moitié des résidents
en Ehpad pour leur prise en charge
(après perception des allocations et
des contributions des obligés alimentaires)*.

Source : Drees, *Comment les seniors financent-ils leur maison de retraite ? Premiers résultats de l'enquête CARE-Institutions*, 2018.

* Cette participation financière s'élève à au moins 2 420 € pour la moitié des résidents des établissements privés à but lucratif, contre 1 800 € pour les autres types d'établissements.



4,3 millions

de personnes aident
une personne âgée de
plus de 60 ans vivant
à domicile (aide dans
la vie quotidienne ou
financière, soutien moral).

Source : Rapport HCAAM – HCFEA 2018.



A close-up portrait of Emmanuel Godo, a middle-aged man with short, graying hair, smiling warmly at the camera. He is wearing a dark blue blazer over a light blue button-down shirt. The background is a bright, outdoor setting with green foliage and a clear blue sky, slightly out of focus.

**“ Rien ne vaut
le face-à-face ! ”**

Emmanuel Godo

Spécialiste de l'histoire de la conversation, l'écrivain Emmanuel Godo définit ce fleuron de la culture française comme un art de vivre ensemble par la parole. Rencontre avec cet essayiste, qui enseigne la littérature au lycée Henri IV, à Paris.

Qu'est-ce qu'une bonne conversation ?

Il s'agit d'une forme d'échange ayant pour préoccupation essentielle l'entente. Sans exclure la confrontation, mais le plaisir ressenti à converser est plus important que le fond de l'argumentaire.

L'espace de la conversation n'est pas celui du débat. Sa pente naturelle est de se tenir à distance des pressions du politique et des lieux de pouvoir.

Les salons du XVII^e siècle s'écartent de la cour ; ils relèvent plutôt de ce que l'on appelle aujourd'hui le *soft power* [ndlr : puissance d'influence ou de persuasion exercée sans moyen coercitif, par les voies culturelles, notamment].

La conversation est une œuvre instantanée et éphémère, qui se crée à plusieurs, par la parole. Classiquement, elle est possible à partir de trois personnes - comme les Grâces - et jusqu'à neuf - comme les Muses. Mais je considère que l'on peut mener une très bonne conversation en duo !

Vous avez écrit, dans votre livre *La Conversation, une utopie de l'éphémère**, que notre époque n'est pas moins propice qu'une autre à la conversation. Pourquoi faut-il le rappeler ?

Je fais référence à notre environnement culturel français, qui vit avec le spectre de la conversation. Dans notre pays, à l'époque classique, celle-ci a été élevée au rang d'art. De là, l'idée d'un déclin contre laquelle je m'élève : chaque époque génère les formes de conversation qui lui sont propres. Dans notre société communiquant jusqu'à la nausée, elle peut être une réponse à certaines de nos pathologies contemporaines, dont les infox [ndlr : ou *fake news*] sont l'un des symptômes apparents. Ce qui est moins évident, c'est le nivellement de l'information : une photo dérobée ou le moindre des faits divers sont mis sur le même plan qu'une nouvelle d'importance ou une analyse de fond.

L'intelligence artificielle devient omniprésente dans nos vies.

Que vous inspirent les robots conversationnels ?

Tout dépend de notre rapport avec la machine. L'important est de ne pas y être pas assujettis. L'utilisateur doit demeurer maître du jeu, trouver la bonne distance, garder sa capacité de discernement. L'échange par SMS, par exemple, permet une forme de créativité. Et, si la personne que vous aimez est à l'autre bout du monde, les moyens technologiques

permettent d'entretenir un lien. Mais la conversation implique une présence réelle : cela ne peut pas être remplacé. Rien ne vaut le face-à-face !

Sans compter le fait que ces robots et autres assistants vocaux sont pour la plupart développés par des sociétés privées, aux intérêts commerciaux...

Oui. Or, l'un des fondements de la conversation est sa gratuité. Nous ne sommes plus dans le registre des activités humaines désintéressées, dès l'instant où quelqu'un est susceptible d'en tirer profit, en collectant nos données par exemple. D'autre part, ce qui est irremplaçable, c'est

le surgissement de l'inattendu, les hasards et bonheurs de la conversation. Le sel d'une rencontre avec autrui, dissemblable, stimulant, ne peut pas être programmé dans un algorithme. Nous avons tous des identités sociales, tentons de correspondre à une certaine image... mais, pour que la rencontre advienne, une brèche dans ces identités constituées, une association d'idées, un souvenir, un lapsus, facilitent la connivence.

Comment expliquer le succès de ces machines, si elles ne répondent pas vraiment au besoin d'empathie des êtres humains ?

Je vais être très pessimiste, mais je l'assume : nos sociétés modernes ont renoncé au plein accomplissement individuel. Nous aurions besoin de personnes capables de se gouverner elles-mêmes, d'affronter les difficultés de la vie. Nous avons déserté la philosophie - exercice de maîtrise de soi - pour nous en remettre à des totems technologiques. Nous leur demandons de nous dire qui nous sommes. C'est une forme de renoncement à la volonté de devenir des individus libres.

Propos recueillis par
Gaëlle Cloarec

* (éd. Puf, 2014). Emmanuel Godo vient aussi de publier *Mais quel visage a ta joie ?* (éd. Salvator, 2019).



LE FESTIVAL DES CONVERSATIONS

Rendez-vous le 16 avril prochain, à Paris, pour cette manifestation dont Emmanuel Godo est familier. L'essayiste et communicant Guillaume Villemot l'a conçue en 2012, après avoir appris qu'un ami de ses enfants s'endormait tous les soirs en parlant à Siri, l'assistant vocal de son téléphone... Depuis, le festival ambitionne de redonner aux êtres humains le goût de l'échange verbal. Sa 7^e édition aura pour thème l'universalité des conversations, comme lien fondamental entre les gens.

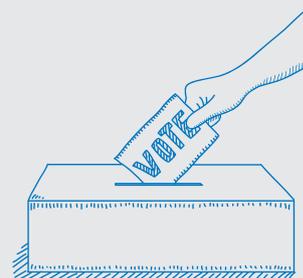
festivaldesconversations.org

G. C.



Européennes : la Mutualité française s'engage et mobilise

En vue des élections européennes de mai 2019, la Mutualité française a publié en février dernier un Manifeste appelant "à construire ensemble l'Europe sociale de demain". Un texte mis en ligne sur la plateforme europeennes.placedelasante.fr.



Comme en atteste le Manifeste qu'elle a diffusé le 4 février dernier, la Mutualité française veut une Europe de la protection sociale. Et elle croit en une mobilisation citoyenne des 28 États membres. Elle entend y contribuer, sûre et certaine que "le modèle mutualiste est capable de fournir des réponses aux crises économiques, sociales et démocratiques" que traverse notre vieux continent. Dans la perspective des élections européennes qui se déroulent le 26 mai en France, et du 23 au 26 mai dans d'autres États membres, elle a mis en ligne un Manifeste sur la plateforme europeennes.placedelasante.fr, accessible jusqu'à la fin mars, et lancé une consultation citoyenne.

Disponible en 22 langues, son Manifeste est cosigné par 9 partenaires européens, représentant six États membres : l'Association internationale de la Mutualité (AIM) ; VDEK, SVLFG et Knappschaft (Allemagne) ; SVB (Autriche) ; Solidaris et LCM-ANMC (Belgique) ; Fimiv (Italie) ; Montepio (Portugal). Il s'accompagne d'un questionnaire à destination du grand public, appelé à partager ses perceptions sur l'Europe sociale (ex. : dire ce que signifie pour soi le terme "Europe sociale", citer des actions à mettre

en œuvre pour une meilleure protection sociale en Europe, communiquer ses attentes en matière de santé, de solidarité et de lutte contre les inégalités). Pour la Mutualité française, "les mutuelles, en tant qu'acteurs de l'économie sociale, sont un acteur incontournable dans la mise en œuvre du socle européen des droits sociaux." L'enjeu, pour elle, consiste donc à faire adopter une feuille de route sur la stratégie européenne dans ce domaine, d'ici fin octobre 2019 et la nouvelle mandature.

"Le Manifeste est cosigné par 9 partenaires européens, représentant 6 États membres."

Séverine Bounhol

Un texte disponible en 22 langues

"Notre ambition est de ranimer les idées qui ont sous-tendu la création de l'Union, en plaçant l'avenir de la protection sociale en Europe au cœur des débats politiques nationaux. À notre échelle, nous voulons porter une vision de l'Europe, juste, redistributive, respectueuse de l'humain et de l'environnement", écrit la Mutualité française.

TOUR DE FRANCE AVANT ÉVÉNEMENT DE RESTITUTION



Outre le recueil des propositions et attentes citoyennes – soumises à votes - via la plateforme, une dizaine d'ateliers et débats publics ont eu lieu en février et mars en région... Ce, dans la perspective d'un événement de restitution avec les têtes de liste des élections européennes le 11 avril 2019, à Paris* (rediffusé sur Public Sénat). La Mutualité française y partagera sa vision de l'Europe sociale et réaffirmera son positionnement en tant que mouvement social.

* Le 4 mai à Milan ; le 10 mai à Lisbonne.



Aide à la complémentaire santé : jusqu'à 60% de non-recours

Pprès de 2 000 000 de Français éligibles à l'aide au paiement d'une complémentaire santé (ACS) n'y ont pas recours aujourd'hui.

De plus, ce sont environ 400 000 bénéficiaires qui n'utilisent pas le chèque qui leur est accordé pour souscrire une complémentaire santé dans le cadre de ce dispositif. **Motifs : un manque d'informations, voire une trop grande complexité des démarches.** Ce constat émane du rapport annuel (2018) du Fonds CMU.

Pour en savoir plus sur cette aide réservée aux personnes dont les ressources sont légèrement supérieures au plafond d'attribution de la CMU-C : info-acs.fr

Contentieux de sécurité sociale : fin des TASS et TCI

Inscrite dans la loi du 18 novembre 2016 de la modernisation de la justice du XXI^e siècle, la réforme du contentieux en matière de protection sociale prévoit **la création de pôles sociaux dans les tribunaux de grande instance (TGI) au 1^{er} janvier 2019. Objectif affiché : rendre la justice plus simple et plus lisible.** Dans ce cadre, les 115 TASS (tribunaux des affaires de sécurité sociale) et les 26 TCI sont supprimés au profit de TGI spécialement désignés. Chacun d'entre eux est également désormais compétent pour des recours en matière d'aide sociale dès lors qu'ils relèveront du juge judiciaire ainsi que de l'ensemble du contentieux de la sécurité sociale, y compris pour les professions agricoles.



Tabac, alcool : le lieu de travail, "espace essentiel" de prévention

Parmi les 18 préconisations figurant dans le projet d'avis du Conseil économique, social et environnemental (Cese)* sur la lutte contre les addictions au tabac et à l'alcool, adopté le 9 janvier 2019, l'une vise **à impliquer les entreprises et les instances représentatives du personnel (IRP).** Le Cese souhaite que soit "consacré le rôle des IRP dans la prévention" de ces addictions. Pour ce faire, il propose que leurs membres se voient proposer des "formations d'acculturation à cette prévention".

*Présenté par Étienne Caniard, ancien président de la FNMF, et Marie Josée Augé-Caumon, présidente du collège de la pharmacie d'officine et hospitalière à l'Uspo (Union des syndicats des pharmaciens d'officine).

Les ESPE changent de nom



Les articles 10, 11 et 12 de la nouvelle loi pour l'école de la confiance, adoptée le 30 janvier 2019, donnent naissance aux "**Instituts nationaux supérieurs du professorat et de l'éducation**" (INSPE)*. Les écoles supérieures du professorat et de l'éducation (ESPE), qui forment les enseignants de la maternelle au lycée, changent donc d'appellation. Au-delà de la dénomination, le ministère de l'Éducation nationale entend mener une réforme de fond au niveau du contenu des formations dispensées dans ces INSPE afin de "faire évoluer la qualité de l'enseignement".

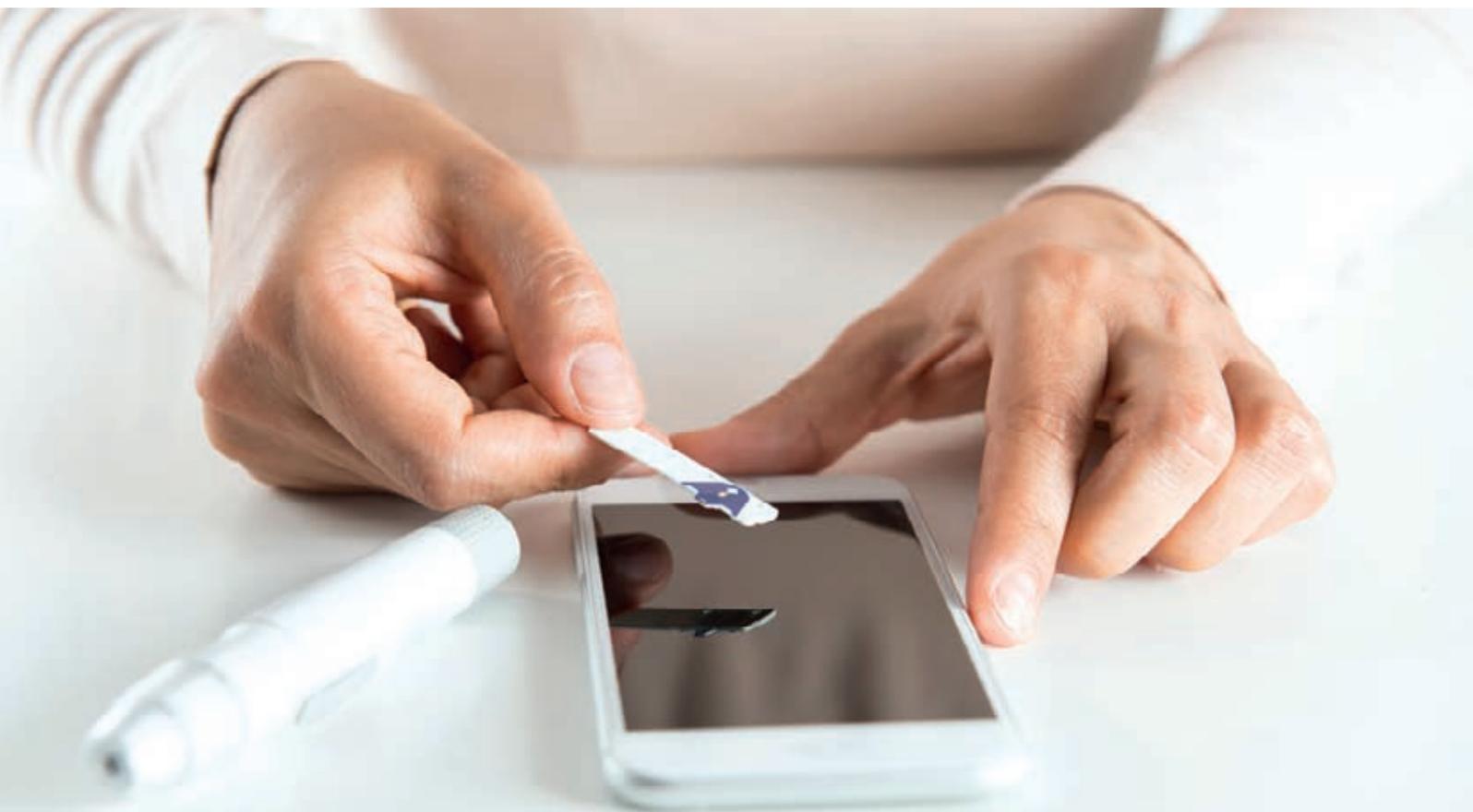
*Un par rectorat.



2018, très dur pour le don en France



Selon le baromètre 2018 de France générosités (qui fédère 97 associations et fondations), les dons aux associations caritatives connaissent une chute inédite. **Une baisse de 6% a été enregistrée au premier semestre de l'an dernier. Elle est liée aux modifications et incertitudes sur la fiscalité :** transformation de l'ISF en IFI qui dissuade les plus aisés, fins de mois de plus en plus difficiles des foyers modestes, augmentation de la CSG pour les retraités, prélèvement à la source qui pourtant ne change rien. La générosité n'échappe plus à la crise.



La télésurveillance médicale, une solution d'avenir

Les objets connectés et l'intelligence artificielle optimisent la prise en charge des maladies chroniques.

Branche de la télémédecine, la télésurveillance médicale permet à un médecin d'interpréter à distance les données nécessaires au suivi d'un patient et de prendre des décisions pour sa prise en charge. Un dispositif en plein développement en France.

Tous les matins, à la même heure et dans les mêmes conditions (avant ou après le petit-déjeuner, habillé ou pas...), Pierre allume sa tablette et se pèse, les appareils étant connectés à une plateforme extérieure. Il bénéficie d'un système de télésurveillance pour son insuffisance cardiaque, mis au point par le service de cardiologie du CHU de Toulouse en partenariat avec le fabricant Air Liquide. Sur sa tablette, il répond à une série de questions : troubles respiratoires, toux, fatigue voire épuisement lors d'efforts, palpitations, fièvre, jambes plus enflées, besoin d'un oreiller supplémentaire pour mieux

UNE COMPOSANTE DE LA TÉLÉMÉDECINE



La télémédecine permet de réaliser des actes médicaux à distance, par le biais des technologies de télécommunication. Le décret du 19 octobre 2010 en définit cinq :

- Télesurveillance** Interprétation à distance, par un professionnel de santé, des données nécessaires au suivi médical d'un patient.
- Téléconsultation** Consultation à distance par un professionnel médical.
- Télé-expertise** Recueil à distance par un professionnel médical de l'avis d'un ou de plusieurs confrères.
- Téléassistance** Assistance à distance par un professionnel de santé d'un autre professionnel lors de la réalisation d'un acte.
- Régulation médicale** Premier diagnostic au téléphone par le Samu.

respirer ? Un logiciel calcule le risque d'une aggravation de sa pathologie et, si besoin, déclenche une alerte sur la plateforme de surveillance. Un professionnel de santé (cardiologue ou infirmière du CHU) contacte alors le patient. "L'objectif est de repérer les signes survenant une semaine avant une décompensation cardiaque, pour lesquels le patient - ne se sentant pas assez gêné - ne consulte pas :

prise de poids, aggravation de l'essoufflement, gênes nocturnes ou apparition des œdèmes.", détaille le Pr Michel Galinier, cardiologue et initiateur du programme Osicat⁽¹⁾.

"La télesurveillance est expérimentée auprès des insuffisants cardiaques rénaux et respiratoires chroniques, des diabétiques et des porteurs de prothèses cardiaques implantables à visée thérapeutique."

obstructive (BPCO), mesurer la qualité de l'air, du souffle, de l'activité permet d'éviter une admission aux urgences et de prévenir une infection virale, bactérienne ou pulmonaire." Ic@re a atteint les objectifs fixés au départ : être au plus près du patient entre les consultations, envoyer le plus tôt possible les données au médecin traitant pour améliorer le traitement, éviter les ré-hospitalisations réduire la mortalité, faire réaliser des

économies au système de soins. Autre succès, non des moindres : l'adhésion des médecins traitants, initialement réfractaires à la télesurveillance car perçue comme une concurrence.

Intelligence artificielle et pluralité d'acteurs

Convaincu de l'intérêt des objets connectés et de l'intelligence artificielle pour ce type de dépistage précoce et l'optimisation de la prise en charge, Achille Tchalla, chef du pôle gériatrique du CHU de Limoges⁽²⁾, s'apprête à publier les résultats d'un vaste programme de télesurveillance des pathologies chroniques chez les patients âgés polypathologiques à domicile, dénommé Ic@re. Les participants ont été recrutés au cours d'une hospitalisation. Un domoticien a installé à leur domicile des capteurs biométriques permettant de recueillir leurs constantes (tension, température, poids...). Lors de ses visites, une infirmière les entre sur une tablette, ce qui permet un envoi direct sur une plateforme à l'hôpital. En cas de mauvais signes, le médecin traitant est averti par l'hôpital. Le tout via messagerie sécurisée : "Chez un diabétique, lorsque les chiffres glycémiques sont anormaux, marquant par exemple une infection urinaire - facteur décompensant -, cela permet au médecin de s'interroger sur l'hyperglycémie alors que le patient sous traitement est censé être stabilisé. Dans le cas de la bronchopneumopathie chronique

Isabelle Guardiola

(1) Pour "Optimisation de la surveillance ambulatoire des insuffisants cardiaques par télécardiologie". Avec 495 patients suivis en télesurveillance et 495 suivant un traitement standard, ce projet constitue la plus grande étude clinique française dans ce domaine. Il s'est depuis étendu à d'autres CHU (Languedoc-Roussillon, PACA, Rhône-Alpes, Limousin, Bretagne Auvergne, Pays-de-Loire). osicat.fr

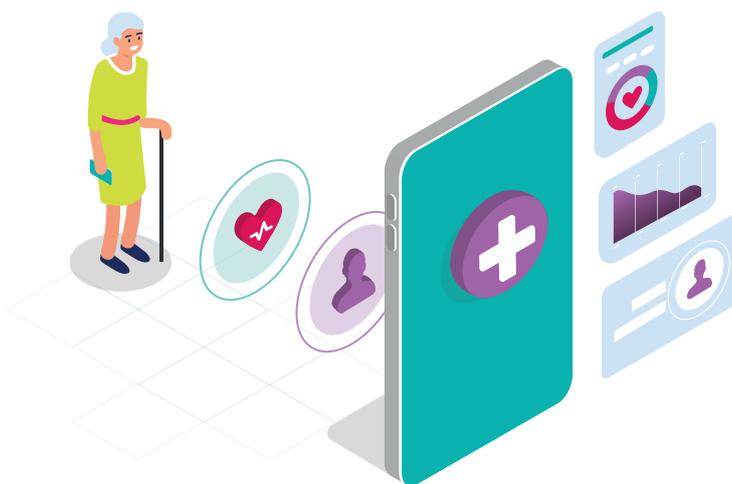
(2) dont la région, rurale, compte plus de 45% de personnes âgées de plus de soixante-cinq ans (vs 29% en moyenne, en France).



Un modèle économique à trouver

Le projet de loi de financement de la Sécurité sociale (PLFSS) pour 2018 a fait entrer les actes de téléconsultation et de télé-expertise dans le droit commun du financement (ils sont désormais cotés et remboursés). En revanche, il a reconduit pour quatre ans le programme Étapes (expérimentation de télémédecine pour l'amélioration des parcours en santé) qui finance des projets de télésurveillance. Ceci du fait de la complexité de ces dispositifs, coûteux et supposant la coordination de plusieurs acteurs autour du patient (pour effectuer la télésurveillance médicale elle-même, fournir la solution technique, assurer l'accompagnement thérapeutique). "Les fabricants sont à l'affût, mais le modèle économique n'a pas été anticipé ni trouvé, pointe Sébastien Briois, directeur général d'Acasantis, un cabinet de conseil indépendant dans le secteur sanitaire et médico-social. Cependant, tous les groupes hospitaliers territoriaux (GHT) réfléchissent à ce que la télémédecine pourrait apporter à leurs projets et aux parcours de soins. Et, l'on peut raisonnablement penser que, d'ici quelques années, des cohortes de diabétiques, insuffisants cardiaques, respiratoires, etc. seront télésurveillés." Un rapport d'évaluation final intermédiaire, réalisé par l'Institut de recherche et de documentation en économie de santé (Irdes), sera remis au Parlement fin septembre 2019.

Fin août 2018,
plus de
3 500
patients ont été dénombrés
dans les expérimentations
de télésurveillance.



"D'ici quelques années, des cohortes de diabétiques, insuffisants cardiaques, respiratoires, etc. seront télésurveillés."

Sébastien Briois,
directeur général d'Acasantis

Près de
75%
des patients inclus
sont télésuivis pour des
pathologies cardiaques



I.G.



2 millions
de personnes souffrent d'une
affection longue durée...
La télésurveillance
permet une réduction de
34%
de la mortalité globale
dans ce type de pathologies

Source : direction générale de l'offre de soins (DGOS, ministère).

“ La télésurveillance ne doit pas s'apparenter à du « téléflicage » ”

Entretien avec Gérard Raymond, vice-président de France Assos Santé et président de la Fédération française des diabétiques.



Expert

Gérard Raymond

Êtes-vous favorables à la télésurveillance ?

Même si nous préférons le terme de télé-accompagnement ou télésuivi, nous sommes favorables au cadre mis en place par le législateur pour expérimenter ces dispositifs pour les pathologies chroniques : ils permettent aujourd'hui de renforcer le lien soignant-soigné et la relation de confiance. Le patient n'est pas seul, il est rassuré, peut en permanence se surveiller, dialoguer, s'informer. Et si besoin, il peut alerter, demander des explications. On tend à un système vertueux avec un accompagnement-suivi qui est une aide pour le patient.

Que faut-il pour que la télésurveillance fonctionne ?

Les patients sont sélectionnés selon certains critères : scientifiques, mais aussi de connaissance de leur maladie, de ces dispositifs médicaux et de leur fonctionnement.

“On tend à un système vertueux avec un accompagnement-suivi qui est une aide pour le patient.”

L'objectif est de les faire devenir acteurs de leur santé et qu'ils ne se reposent pas sur les capteurs. Sans l'expertise profane, la télésurveillance sera vécue à sens unique et contraint. Ce qui demande, du côté des soignants, de l'écoute. Lorsque les résultats varient de la norme, il ne s'agit pas de faire porter la responsabilité d'un échec sur le seul patient. Ce serait une grave erreur, à laquelle notre association de patients sera attentive.

Ces écueils sont-ils évitables grâce à l'accompagnement thérapeutique ?

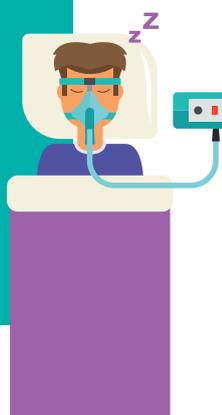
Oui, à condition qu'il ne soit pas restrictif : c'est le patient qui détient les solutions. Le traitement doit s'adapter à son projet de vie, qu'il soit libre de ses choix. Et, à cet égard, la télésurveillance ne doit pas s'apparenter à du “téléflicage”. Le métier de patient, nous ne l'avons pas choisi. La télésurveillance et la télémedecine doivent nous offrir des outils pour nous permettre de mieux vivre. Nous devons tous être sur la même longueur d'onde : patient-soignant-payeur.

Propos recueillis par
Isabelle Guardiola



D'AUTRES PATHOLOGIES TÉLÉSURVEILLÉES

Le centre hospitalier Bretagne Atlantique (Vannes) accompagne les suites opératoires en chirurgie de l'obésité à distance avec une balance connectée. De quoi renforcer le suivi des conseils diététiques et anticiper les éventuelles complications. Depuis janvier 2018, l'Assurance maladie rémunère à la performance le télésuivi du syndrome d'apnée du sommeil : le prestataire de service à domicile, mandaté par le médecin, est mieux payé lorsque ses patients se montrent observants et portent, durant la nuit, un masque qui insuffle en permanence de l'air sous pression pour ventiler les voies respiratoires. Un peu plus d'un million de Français sont concernés.



Un bilan pour savoir où en est sa fertilité



Depuis octobre 2018, le centre hospitalier intercommunal de Créteil propose un bilan de fertilité à toutes les femmes, quel que soit leur âge et en dehors de toute nécessité médicale.



Fertilité check up

Hôpital Intercommunal de Créteil

Parce qu'elle hésitait quant au moment où mener son projet de grossesse, Maëlys, 27 ans, a pris rendez-vous au centre hospitalier intercommunal de Créteil (Chic) pour passer un Fertilité check-up®. Un bilan complet aux résultats immédiats. *"J'ai obtenu un rendez-vous environ une semaine après le début de mes règles"*, raconte la jeune femme. À son arrivée, elle a d'abord répondu à un questionnaire sur tablette concernant son mode de vie, sa situation personnelle, ses antécédents médicaux et familiaux, etc. Puis, elle a passé un examen échographique suivi d'un entretien avec un médecin.

Trois tests en un

L'examen échographique endovaginal, appelé Fertiliscan®, consiste notamment à vérifier les principaux éléments de la fertilité féminine : qualité de l'utérus, perméabilité des trompes, réserve d'ovocytes... "Trois tests, habituellement réalisés séparément, sont regroupés. Cet examen, plus rapide, s'avère aussi mieux toléré et plus confortable", explique Nathalie Massin, responsable du centre d'assistance médicale à la procréation du Chic. Elle est à l'origine de cette initiative unique en France, avec le Dr Jean-Marc Levailant, pionnier de l'échographie pelvienne endovaginale et de la 3D.

Conseils et prévention

À ce jour, le Fertilité check-up® permet de rassurer une femme sur deux et de donner des avis à l'autre moitié. "Il s'inscrit dans une démarche de conseils et de prévention, indique Nathalie Massin, et non de prise en charge de l'infertilité.



La baisse de la fertilité

s'amorce dès 20 ans chez la femme. Elle ne devient vraiment problématique qu'à partir de 35 ans.

"Le Fertilité check-up® s'inscrit dans une démarche de conseils et de prévention."

La probabilité de concevoir (par cycle) est de :

25%
si la femme
a 25 ans,



12%
à 35 ans,



6%
à 40 ans.



Par exemple, nous informons les femmes sur leur réserve ovarienne, leur recommandons de ne pas trop attendre avant d'avoir un enfant ou d'arrêter le tabac qui accélère la perte des ovocytes." Le bilan sert aussi au dépistage, l'échographie permettant de détecter une maladie ou un problème susceptible de gêner la grossesse : endométriose, fibrome, trompes bouchées...

"Ce test de fertilité "tout en un" répond à une demande des femmes, souligne Nathalie Massin, tout en reconnaissant que pour l'instant, son prix peut-être un facteur limitant*. Néanmoins, nous avons déjà reçu plus d'une trentaine de personnes. Notre souhait est que cette initiative puisse se développer et être accessible au plus grand nombre." Peut-on imaginer la mise en œuvre d'un bilan comparable pour les hommes ? "Il existe déjà : c'est le spermogramme ! Il est simple et très rapide. Mais, il manque une démarche plus globale, incluant questionnaire et entretien, comme pour les femmes."

Claire Reuillon

* Réalisé hors du parcours de soins des couples infertiles, le Fertilité check-up® n'est, à ce jour, pas pris en charge par l'Assurance maladie. Son tarif est de 350€.

BILAN FERTILITÉ, FROTTIS : MÊME COMBAT !

Informez les femmes, autour de leur 33 ans, sur l'impact de l'âge sur la fertilité et la possibilité de réaliser un test rapide est une proposition du Pr René Frydman*. Pour ce spécialiste de la reproduction et du développement de l'assistance médicale à la procréation, il s'agit là d'une vraie démarche de prévention, au même titre que la recommandation faite aux femmes d'effectuer régulièrement un frottis vaginal.

* Cf. Le droit de choisir. Manifeste des médecins et biologistes de la procréation médicale assistée. éd. du Seuil.

Projet de conception après 40 ans

1 femme sur 3, qui le débute après cet âge, restera, sans enfants, même avec l'aide de l'assistance médicale à la procréation (AMP).



Sources : agence de biomédecine

Pour en savoir plus
Chic
40, avenue de Verdun
94000 Créteil
Tél. : 01 57 02 24 70 ou 24 71
chicreteil.fr



De la pulpe dentaire pour réparer les os



Le squelette d'un adulte comporte 206 os distincts dont 8 au niveau du crâne et 14 sur la face.

Source : futura-sciences.com

Depuis une dizaine d'années, une équipe française de chercheurs, dentistes et chirurgiens maxillo-faciaux travaillent à récupérer de la pulpe de dents naturelle pour faire repousser de l'os. Encore expérimentale, leur approche pourrait devenir une alternative aux greffes.

De nombreux patients présentent des lésions dentaires ou des pertes de substance osseuse au niveau oro-facial qui demandent des reconstructions, souvent difficiles et lourdes à réaliser. Améliorer la réparation des tissus, afin aussi de diminuer les échecs (ex. : rejets de greffe), et améliorer la qualité de vie répond donc à un vrai besoin !", s'exclame Catherine Chaussain, directrice du laboratoire de recherche dédié aux "Pathologies, imagerie, et biothérapies oro-faciales" à la Faculté de chirurgie dentaire de l'université Paris-Descartes. D'où son idée et celle de son équipe d'utiliser des cellules-souches adultes issues de la pulpe dentaire - la partie la plus centrale de la dent - afin de reconstruire les tissus et réparer les lésions dentaires, mais aussi péri-dentaires et crânio-faciales.

Os et dents : une origine commune

"La plupart des os de la face et des dents ont une origine embryologique commune, explique-t-elle. C'est pourquoi on peut se servir des dents - plus précisément de la pulpe dentaire - pour réparer aussi les os. Et, ce, sans pratiquement aucun risque de rejet." Après avoir récupéré la pulpe de dents naturelle, d'origine animale (souris) ou humaine, les cellules-souches

sontensemencées dans du collagène, constituant principal de l'os ou de la dentine (partie sous l'émail). La matrice obtenue est ensuite utilisée pour combler une lésion dentaire ou osseuse de la face ou de crâne. Reste à comprendre plus précisément les mécanismes de réparation à l'œuvre, notamment le processus de croissance de nouveaux nerfs et vaisseaux sanguins dans le tissu reconstruit.

Une technique à fort potentiel

Pour leurs travaux menés sur l'os, Catherine Chaussain et son équipe ont reçu un prix décerné par la Fondation des Gueules Cassées*. "Tout ce qui concerne les cellules-souches relève encore du domaine expérimental.

Nous avons néanmoins la capacité de transférer nos travaux chez les malades, mais devons encore en démontrer la faisabilité et le bénéfice :

compléter nos études précliniques, monter des essais chez l'homme et suivre les procédures réglementaires exigées."

Cette technique à fort potentiel pourrait bénéficier à des victimes de traumatismes (accident de la route ou de sports à risques, blessure de guerre) ou à des personnes souffrant de maladies inflammatoires, infectieuses ou encore cancéreuses. Dans les cabinets dentaires, la révolution pourrait arriver d'ici à dix ans.

" Pour affiner cette technique, beaucoup reste encore à faire, en particulier d'un point de vue réglementaire. "

Claire Reuillon

*Émanation de l'Union des blessés de la face et de la tête (UBFT), elle soutient les institutions s'intéressant aux traumatismes de la face et de la tête et à leurs séquelles, et récompense des projets de recherche dans le domaine de la traumatologie crânio-maxillo-faciale. gueules-cassees.asso.fr



Catherine Chaussain, directrice de laboratoire à la Faculté de chirurgie dentaire de l'université Paris-Descartes.

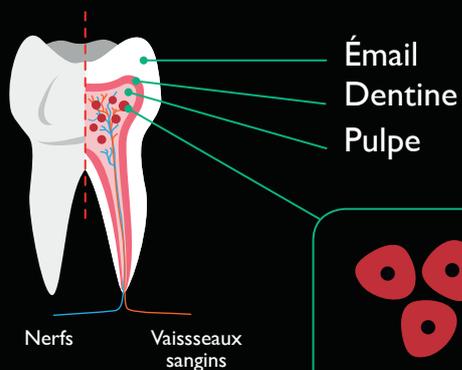


Le traumatisme de la face est un accident fréquent, surtout chez les hommes entre 18 et 25 ans. Il survient généralement lors d'accidents de la route et de sports, domestiques et de chutes.

Source : futura-sciences.com



Des **cellules-souches** sont extraites de la pulpe de dents naturelle pour concevoir toutes sortes de **tissus** afin de reconstruire et réparer les lésions dentaires, mais aussi péri-dentaires et crânio-faciales.



Cellules souches



Tissu nerveux



Tissu cartilagineux



Tissu osseux / dentine



Tissu musculaire



Tissu graisseux



LE DON DE CONGÉS AUX PROCHES AIDANTS

Les parents d'un enfant malade ou les aidants familiaux peuvent se voir offrir des jours de repos par leurs collègues*. Un dispositif ouvert aux salariés comme aux agents de la Fonction publique.

1. QUI PEUT DONNER ET RECEVOIR DES JOURS DE REPOS ?

Donneurs.ses et bénéficiaires doivent relever de la même entreprise ou du même établissement public.

La/le bénéficiaire doit :

- assumer la charge d'un.e enfant âgé.e de moins de vingt ans, atteint.e d'une maladie, d'un handicap ou victime d'un accident grave

ou

- venir en aide à un.e proche (conjoint.e, ascendant.e ou descendant.e ou collatéral.e au 4^e degré de sa/son conjoint.e) atteint.e d'une perte d'autonomie grave ou d'un handicap, ou à une personne âgée ou handicapée avec laquelle elle/il réside ou à qui elle/il vient en aide à titre non professionnel pour accomplir des actes de la vie quotidienne.

3. QUELLES DÉMARCHES À ACCOMPLIR ?

La/le donneur.se informe par écrit son entreprise ou son administration du nombre de jours qu'elle/il souhaite donner à sa/son collègue. Le don est définitif après accord de sa hiérarchie.

La/le bénéficiaire fournit à l'employeur un certificat médical détaillé, sous pli confidentiel, qui atteste de la nécessité de soins contraignants et d'une présence soutenue auprès de la/du proche.

4. QUELLE SITUATION POUR LA/LE BÉNÉFICIAIRE DURANT LE CONGÉ ?

Elle/il conserve sa rémunération et ses avantages acquis. Son absence est assimilée à une période de travail effectif.

*Loi du 13 février 2018 et décret du 9 octobre 2019.



2. QUELS SONT LES JOURS CONCERNÉS ?

Des RTT, des jours correspondant à la 5^e semaine de congés payés, des jours provenant d'un compte épargne temps (CET) ou tout jour de récupération non pris.

D'AUTRES CONGÉS SONT POSSIBLES

- ✓ **Le congé de présence parentale.** Attribué pour une période maximale de **310 jours ouvrés** par enfant et par maladie, accident ou handicap. Contrat de travail suspendu. **Bénéficiaire non rémunéré.e.** Allocation journalière de présence familiale possible.
- ✓ **Le congé de solidarité familiale.** Pour assister un proche en fin de vie. **Trois mois renouvelables une fois.** **Bénéficiaire non rémunéré.e.** Demande de l'allocation journalière d'accompagnement d'une personne en fin de vie possible.
- ✓ **Le congé de proche aidant.e.** Pour s'occuper d'une personne en situation de handicap ou en perte d'autonomie grave. **Trois mois renouvelables.** **Bénéficiaire non rémunéré.e** mais pouvant être employé.e par la personne aidée si celle-ci perçoit l'allocation personnalisée d'autonomie (APA) ou la prestation de compensation de handicap (PCH).



Pour en savoir plus :
se renseigner auprès
de son employeur



LA COHÉRENCE CARDIAQUE

POUR RETROUVER CALME ET SÉRÉNITÉ



Stress, fatigue, sommeil difficile... Et s'il existait un moyen simple, gratuit et sans contre-indications pour résoudre ces soucis ? La cohérence cardiaque peut vous aider... également à améliorer votre santé.

Initiée aux États-Unis il y a plus de vingt ans, la méthode respiratoire dite "de cohérence cardiaque" a été introduite en France par le Pr David Servan-Schreiber en 2003⁽¹⁾. Elle se pratique selon un cycle particulier d'inspirations et d'expirations.



ACCORDER CŒUR ET CERVEAU

Cette technique permet notamment de réguler les battements du cœur. Ce qui influe également sur le fonctionnement du cerveau. Lorsque l'on est en proie à une forte émotion, ce dernier provoque une accélération du rythme cardiaque et dérègle la respiration. À l'inverse, une respiration profonde et lente exerce une action sur le cœur en le faisant battre de façon plus régulière avant de ralentir. Ce qui a pour effet d'apaiser le cerveau. Le cœur et le cerveau entrent ainsi "en cohérence".



DES SITES ET APPLIS GRATUITS POUR S'EXERCER

Le médecin et nutritionniste québécois David O'Hare⁽²⁾ préconise une respiration fondée sur la méthode 3.6.5 (cf. encadré), à savoir : effectuer, trois fois par jour, six respirations par minute (au lieu d'une dizaine normalement), pendant cinq minutes. De nombreux sites et applications⁽³⁾ permettent de se familiariser à cette méthode via des exercices gratuits aidant à inspirer et expirer dans le bon timing.



DES EFFETS IMMÉDIATS ET À LONG TERME

"Cinq minutes de mise en cohérence cardiaque permettent de diminuer le taux de cortisol, l'hormone du stress. Cet effet dure de quatre à six heures. C'est pourquoi il est recommandé de faire ces exercices trois fois par jour", précise le Dr O'Hare. Pratiquée avec assiduité sur le long terme,

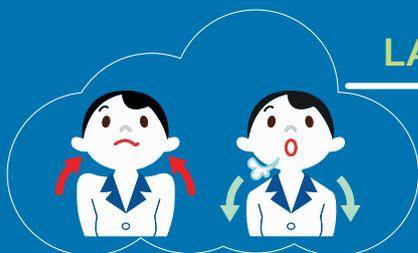
la cohérence cardiaque peut notamment favoriser une baisse de l'hypertension artérielle (HTA), une diminution du risque cardio-vasculaire ainsi qu'un meilleur sommeil. Elle peut aussi aider à perdre du poids, à arrêter de fumer ou encore à mieux se concentrer.

(1) Il l'avait alors exposée dans son livre *Guérir le stress, l'anxiété et la dépression sans médicaments ni psychanalyse*, éd. Robert Laffont, 2003 ou *Guide* (poche), 2011.

(2) Cf. son site coherenceinfo.com.

(3) Taper "cohérence cardiaque guide" sur votre moteur de recherche Internet.

LA MÉTHODE 3.6.5



3.6.5 comme trois fois par jour, six respirations par minute, pendant cinq minutes. Chaque respiration comprend une inspiration et une expiration abdominales de cinq secondes : c'est ce qu'on appelle la fréquence de résonance.

Mode d'emploi :

1. Installez-vous confortablement, de préférence dans un endroit calme, en position assise, le dos droit et les pieds en contact avec le sol.
2. Inspirez profondément par le nez pendant cinq secondes en gonflant le ventre, puis expirez par la bouche pendant cinq secondes en vidant le ventre.
3. Tout au long de l'exercice, concentrez-vous sur la colonne d'air qui entre et sort dans votre corps, en focalisant votre attention sur la région du cœur et en imaginant que vous respirez "à travers votre cœur".
4. Répétez cette respiration en "fréquence de résonance" trois fois par jour pendant cinq minutes.

À Grand Lieu, le lac respire

Du fait de sa remarquable richesse biologique, le lac de Grand-Lieu est considéré comme l'une des plus belles zones humides d'Europe. Un écosystème entre Loire et océan, à 15 km de Nantes, unique et fragile. Donc à préserver.



L'hiver, seuls les saules émergent des eaux qui recouvrent les marais.

© S. Bounhol

Paradis des oiseaux et des végétaux, entre autres



© M. Montoux

Oiseaux migrateurs et espèces locales viennent s'y nourrir, se reposer et nidifier.

Constitué de milieux naturels très variés (marais, prairies amphibies, roselière boisée, herbiers flottants, "eaux libres", ...), l'endroit accueille plus de **650 espèces végétales** (châtaigne d'eau, roseau, carex...) et plus de **300 espèces d'oiseaux** (guifette moustac, grèbe huppé, martin-pêcheur, sarcelle, bécassine...). Ce dernier chiffre en fait la **2^e réserve ornithologique de France métropolitaine**, après la Camargue. Il abrite aussi quantité de poissons, reptiles, batraciens et mammifères.



Près de la moitié du lac est classée au titre de réserve naturelle nationale, et une plus petite partie (environ 650 ha) l'est comme réserve naturelle régionale.

Immense

Avec une surface de plus de 63 km² - soit 14 000 terrains de foot !, il s'agit du **plus grand lac naturel de plaine français en hiver. Saison durant laquelle il se dilate tandis qu'il se rétracte en été**, où il ne fait plus "que" 23 km². Comme un cœur ou un poumon, le lac "respire".

Quelle que soit la saison, impossible de le voir dans sa totalité ou de vraiment l'approcher à pied, d'autant que ses trois quarts sont recouverts de végétation. **La terrasse du pavillon Guerlain**, ancien relais de chasse du propriétaire* de la célèbre marque de parfums et cosmétiques éponyme, **offre néanmoins une vue de choix.**

* Il en a fait don à l'État en 1977, sous condition de création d'une zone naturelle (ce qui fut fait en 1980).



© LAD - Vincent Bauza

Terrasse d'observation du pavillon Guerlain, où des jumelles sont mises à disposition.



Pour en savoir plus
Maison du lac de Grand Lieu
Rue du lac - 44830 Bouaye
Tél. : 02 28 25 19 07
maisondulacdegrandlieu.com
Ouvert du 16 janvier
au 11 décembre.

LA MAISON DU LAC
DE GRAND-LIEU®



Place au rêve et à l'imaginaire dans un ancien pavillon de chasse.

Fantastique et sensible

Qui dit lac (et forêt), dit mythes et légendes. Pour cela, rendez-vous au pavillon Guerlain, un bâtiment sans charme en soi mais à l'intérieur transformé en "maison magique", notamment investie par des animaux statufiés. La scénographie y est également rythmée par des projections vidéo, paysages sonores et éclairages poétiques. Autant de variations telles celles offertes par la lumière extérieure à chaque saison.

Installation multimédia ludique et pédagogique dans l'exposition permanente du Centre d'accueil.



© LAD Vincent Bauza

Centre d'accueil de la maison du lac.

Éveilleur

de consciences



© Rudy Burbant

À Bouaye, le centre d'accueil de la maison du lac a pour vocation **d'aider à comprendre l'histoire, les paysages, la biodiversité du lac... et, surtout, l'importance de protéger et de valoriser ce patrimoine.** Voulu

très familiale, son exposition permanente mériterait une scénographie plus adaptée : elle est à venir ! À noter : des expositions temporaires, plutôt artistiques (photos...) et une salle de documentation avec des livres pour toutes et tous.

Point écologique et d'observation

Librement ou - de préférence - accompagné.es d'un des médiateurs, remonter sur 1 km **le chemin écologique, balisé de 5 "stations", permet de décrypter des éléments du paysage** (la pépinière, la mare, la mosaïque de milieux, la prairie inondable et la forêt humide). Le tout, entre champs, vigne et broussailles.

Pédagogique et scientifique

Outre locaux et touristes, la maison du lac accueille scolaires, étudiants post-bac et leurs professeurs (de botanique, de biologie animale...), chercheurs... son équipe plaçant **la sensibilisation à l'environnement et la culture scientifique au cœur de ses préoccupations.**



© Rudy Burbant

L'équipe de médiateurs informe et sensibilise à la richesse et l'importance des zones humides.



© Vincent Bauza - Granlieu

Le sentier d'interprétation ou chemin écologique.



“C’est une révolution que nous ferons” - Pierre Laroque et la Sécurité sociale

Colette Bec et Yvez Lochard

Pierre Laroque, conseiller d’État, fut le grand ordonnateur de la Sécurité sociale mise en place en 1945. Il ne s’est pas contenté de servir des politiques ; il a su, tout au long de sa carrière, concevoir des institutions soucieuses d’organiser la solidarité sociale répondant à une exigence fondamentale : celle de démocratiser la “sécurité”.

Éditeur : Le Bord de l’eau – 8€.



L’Europe des femmes. XVIII^e - XXI^e siècle
Julie Le Gac et Fabrice Virgili

Fictions, chansons, discours, essais, correspondances sur des thèmes variés, mais aussi documents iconographiques retracent ici trois siècles d’histoire européenne et d’aspirations ou, au contraire, d’obstacles à une égalité entre les sexes. Qu’il s’agisse de textes devenus classiques (ex. : ceux d’Olympe de Gouges, d’Alexandra Kollontai, de Virginia Woolf...) ou d’autres moins connus, tous font entendre la diversité des expériences du peuple des femmes, de toutes conditions (domestiques, paysannes, artistes, ouvrières, intellectuelles, etc.), aussi bien à Paris qu’à Moscou, Madrid ou Londres.

Éditeur : Perrin – 23,50€.



On va voir marcher les papillons
Nadine Grandeau

L’auteure relate une vie quotidienne dans un Ehpad (établissements hébergeant des personnes âgées dépendantes), celui où vit sa mère. Elle pointe le déficit de moyens, le peu de personnel auquel est imparti un temps souvent réduit, la déshumanisation... Mais ce récit est aussi celui de l’amour entre une mère et sa fille, elle-même en proie à des problèmes de santé.

Éditeur : Unicité – 13€.



Volcans, séismes et tsunamis en Méditerranée

Jean-Claude Bousquet

Cet ouvrage présente les mécanismes géologiques à l’origine des volcans, des séismes et des tsunamis en Méditerranée, qui a de tout temps été le théâtre de catastrophes naturelles causées par une intense activité géologique. Les risques générés et les mesures préventives sont également évoqués. Le tout, richement documenté et illustré, intéressera les spécialistes comme les passionnés et curieux. ses de géologie et de volcanisme.

Éditeur : Biotope – 34€.

Errata

- Le conte pour enfants sur la médiation *Lueur et Semeur*, émane des éditions Les petits Médiateurs, société Coreval (et non Coreva). L’ouvrage en question peut être commandé via le site Internet lueuretsemeur.com
- Les photos illustrant le reportage à l’Institut de la parentalité de Floirac (Gironde) sont à mettre au crédit d’Olivier Rolfe, ce que nous avons omis de mentionner.

VOS MESSAGES



Pour nous écrire : vm@mgen.fr

Adhérente MGEN depuis quarante-cinq ans, professeure émérite, je tiens à vous féliciter pour le magazine, riche en information et articles divers s’adressant à toute la gamme (en âge) de vos adhérent.e.s. Le numéro de décembre 2018 m’a particulièrement intéressée. Bravo et bonne continuation, en 2019 et au-delà ! Amitiés mutualistes.

Annick Suzor-Weiner

Merci d’avoir appelé l’attention sur le danger des infox, qui est effectivement très préoccupant. Celles concernant la santé (sauver d’un AVC en utilisant une aiguille, sauver d’une crise cardiaque en faisant ingérer du poivre de Cayenne, tousser volontairement en cas de crise cardiaque, inefficacité des chimiothérapies contre le cancer, etc.) sont particulièrement redoutables, entre autres parce que partagées sur les réseaux sociaux.

Des sites tels que HoaxBuster, Hoax-Net, Hoaxkiller, le Détecteur de Rumeurs, Africa Check, etc., travaillent à leur neutralisation en général en publiant l’infox en question accompagnée de son démenti. Le journal *Le Monde* a émis Le Decodex (ensemble de consignes pour repérer les infox en tous genres), gratuitement téléchargeable et *l’Express* a publié l’Annuaire des sites d’infax. (...).

Par ailleurs, au titre de complément à votre précieux article sur la fin de vie, il est aussi bon de savoir que, pour être sûre que soient appliquées et respectées toutes nos volontés en cas de perte de lucidité et/ou perte d’autonomie, il est possible d’établir un mandat de protection future.

Thierry Moreno (Internet)

L’article sur les acouphènes a le mérite de sensibiliser à cet handicap. Mais, hélas, à l’heure actuelle, aucune thérapie n’est vraiment efficace pour les soigner ou y remédier. Les ORL et autres thérapeutes consultés à ce sujet avouent leur impuissance.

L’association France-Acouphènes essaie, depuis plusieurs années, de faire reconnaître cette affection par les pouvoirs publics, notamment au niveau de la recherche.

Devant la pénibilité des sifflements ou bourdonnements, la seule réponse reste aujourd’hui l’habitude, donc le vivre avec.

Jean-Marcel Guaggia (Internet)



Vadot (Belgique)
Les enjeux du sommet d'Hanoï (Viêt-Nam) qui, les 27 et 28 février, a réuni les dirigeants américains et chinois.



Gargalo (Portugal)
Theresa May trouvera-t-elle une sortie au labyrinthe du Brexit ?



Rayma (Venezuela)
Crise politique au Venezuela où le régime autoritaire de Maduro est contesté.



Falco (Cuba)
Les jeunes se mobilisent autour de Greta Thunberg pour sauver la planète.



HERRMANN (Suisse)
Le Pape convoque un sommet pour tenter d'enrayer le scandale des abus sexuels au sein de l'Église.

CARTOONING FOR PEACE

Cartooning for Peace, fondé en 2006 par Kofi Annan, prix Nobel de la Paix et Secrétaire général des Nations Unies, et Plantu, journaliste et dessinateur au Monde et à L'Express, est un réseau international de dessinateurs de presse engagés qui combattent, avec humour, pour le respect des cultures et des libertés.



FESTIVAL



**LES
SOLIDARITÉS**



**08-09
JUIN
2019**

DIJON

PARC DE LA COMBE À LA SERPENT

**ORELSAN · DROPKICK MURPHYS · BIGFLO & OLI
HF THIEFAINE · CHARLOTTE GAINSBURG
MR OIZO · LOU DOILLON · GAËTAN ROUSSEL
BARCELLA · NIÑO DE ELCHE · JOHNNY MAFIA**

...

INFOS ET RÉSERVATIONS : WWW.VYV-LES-SOLIDARITES.ORG

