



DE NOUS À VOUS

Ce premier *Essor* de 2020 est l'occasion de dresser un bilan rapide et non exhaustif de l'année écoulée. 2019 a été marquée par la préparation de notre Mutuelle à la mise en conformité des évolutions réglementaires majeures qui ont impacté l'offre de soins avec le 100 % Santé au 1^{er} janvier de cette année.

La mise en place de l'Offre Surcomplémentaire, en mai 2019, a été un vrai succès. Vous êtes de plus en plus nombreux à en bénéficier. Les remboursements les plus importants portent sur les dépassements d'honoraires en milieu hospitalier. Ce second étage de couverture santé de la Mutuelle joue un rôle important dans l'accès aux soins.

L'élargissement, au 1^{er} janvier 2019, de nos propositions de garanties d'assistance – chirurgie ambulatoire, majoration de l'enveloppe de services en cas de traitement par chimiothérapie, délai d'hospitalisation moins long en cas d'aggravation d'une pathologie lourde – a permis de mieux répondre à vos attentes. Nos services d'aide à la personne sont davantage connus par nos adhérents. Nous constatons un recours accru à leur utilisation.

En 2019, la délivrance de nos prestations mutualistes est en hausse et concerne principalement les visites et soins dentaires de nos adhérents actifs avec leur famille.

La Mutuelle Société Générale compte désormais plus de 122 000 adhérents. Nous mettons leur bien-être ainsi que l'amélioration continue de nos services au cœur de nos préoccupations et ce, sans augmentation des cotisations en 2020.

Jean-Charles Échard, Président

LE CHIFFRE

315 658 €

Montant des remboursements perçus par nos adhérents, sur le second semestre 2019, dans le cadre de l'Offre Surcomplémentaire.

L'Essor

MUTUALISTE

365

Mars 2020

Le magazine de la Mutuelle du personnel du Groupe Société Générale

ZOOM



Le tiers payant, connaissez-vous vraiment ?

Ne pas sortir son chéquier, sa carte bancaire ou ses espèces chez le médecin ou dans une pharmacie est très confortable !

Mais comment fonctionne le tiers payant ? La prise en charge est-elle automatique ?

Que ce soit à la pharmacie, à la clinique ou à l'hôpital, une complémentaire santé vous permet de vous dispenser d'avancer vous-même les frais. Vous pouvez même bénéficier du tiers payant lorsque vous faites des radios, des analyses en laboratoire ou si vous allez chez votre médecin, à condition que ces professionnels aient signé une convention avec i-Santé ou Viamédis pour l'optique et l'audio. Les professionnels de santé sont payés directement par votre Mutuelle sans interaction supplémentaire de votre part. Il ne vous restera donc plus qu'à régler le montant du reste à charge de la prestation. Mais, faites attention, certains médecins et spécialistes médicaux ne pratiquent pas le tiers payant.

Trois cas de figure :

- › **Vous ne réglez aucun frais** : vous utilisez le tiers payant intégral. Le professionnel de santé est payé directement par l'AMO (Assurance Maladie Obligatoire) et la Mutuelle.
- › **Vous avancez la part Mutuelle** (la part Assurance maladie est réglée au pro-

fessionnel de santé) et vous payez le dépassement d'honoraires : vous utilisez le tiers payant partiel. Pour bénéficier du remboursement par la Mutuelle du dépassement d'honoraires, il faudra nous transmettre vos justificatifs de paiement (facture et décompte Ameli).

- › **Vous réglez la totalité des honoraires du professionnel de santé** : vous n'utilisez donc pas le tiers payant. L'Assurance maladie et la Mutuelle pourront vous rembourser dès qu'elles auront reçu vos justificatifs de paiement. Ces derniers nous parviendront automatiquement si vous bénéficiez de la télétransmission entre votre Centre d'Assurance maladie et votre Mutuelle. Sinon, il faudra nous les envoyer (facture et décompte Ameli).

Comment bénéficier du tiers payant ?

Vous présentez aux professionnels de santé votre carte Vitale et votre carte Mutuelle.

Pour plus d'infos, allez sur Mutuelle-sg.com > [demarches-tiers-payant](#)



EN BREF

Pour participer à l'Assemblée générale de la Mutuelle, RENDEZ-VOUS LE 25 JUIN 2020

Renouvellement du tiers du Conseil d'administration

Vous souhaitez vous investir dans la vie de votre Mutuelle ? Vous pouvez présenter votre candidature au poste d'administrateur. Il sera renouvelé, cette année, lors de la prochaine Assemblée générale de juin.

Pour être éligibles au Conseil d'administration, les membres doivent :

- > être âgés de 18 ans révolus ;
- > ne pas avoir exercé de fonction de salarié au sein de la Mutuelle au cours des trois années précédant l'élection ;
- > n'avoir fait l'objet d'aucune condamnation dans les conditions énumérées à l'article L.114-21 du Code de la Mutualité.

Vous pouvez faire la demande du dossier de candidature à la Mutuelle par simple mail via le formulaire Contactez-nous du site <https://www.mutuelle-sg.com/> ou par téléphone au numéro **01 42 13 03 37**.

Les inscriptions doivent être envoyées avant le 20 avril (cachet de la poste faisant foi).

Renouvellement de la Commission de contrôle

Adressez vos candidatures, avant le 20 avril 2020, à Mutuelle du Personnel du Groupe Société Générale, 75886 Paris cedex 18. Pour les élections à l'Assemblée générale du 25 juin 2020, un poste de membre de la Commission de contrôle est à pourvoir. Cette instance a pour rôle de vérifier l'adéquation des moyens mis en œuvre pour l'exécution des orientations et délibérations prises par le Conseil d'administration.

PAROLE D'EXPERT



Adhérent de la Mutuelle Société Générale, vous avez votre espace personnel

Un espace personnel est à la disposition de tous les adhérents de la Mutuelle Société Générale depuis la page d'accueil de notre site www.mutuelle-sg.com ou depuis : [https://espacepersonnel.mutuelle-sg.com/login#/.](https://espacepersonnel.mutuelle-sg.com/login#/) Connectez-vous avec vos identifiant et mot de passe pour accéder à l'intégralité de nos services en ligne. Ainsi, vous pouvez :

- > consulter facilement le détail de vos remboursements actualisés chaque jour ;
 - > retrouver les certificats d'adhésion, l'échéancier de paiement des cotisations, les prises en charge hospitalières, les devis ;
 - > accéder à un espace documentaire rassemblant les informations réglementaires utiles.
- > localiser n'importe quel professionnel de santé à proximité de chez vous, qu'il s'agisse d'un médecin, d'un pharmacien, d'une sage-femme ou même d'un centre de soins ;
 - > consulter les audioprothésistes et les opticiens conventionnés du réseau Kalixia pour éviter l'avance de frais et bénéficier de meilleures garanties en cas de détérioration de votre matériel optique ou audio.

Si vous souhaitez percevoir de meilleurs remboursements de soins, vous pouvez souscrire à l'option de l'Offre Surcomplémentaire santé. Il vous suffit de suivre les différentes étapes et de nous transmettre les justificatifs adéquats directement en ligne.

En outre, pour un traitement plus rapide de vos demandes, nous proposons un formulaire de contact, pré-rempli, avec un choix de motifs de contact.

Pour une meilleure expérience utilisateur, d'autres services vous sont également proposés. Vous pouvez à tout moment :

- > télécharger votre carte Mutuelle digitale et l'envoyer par mail à un professionnel de santé ou lui montrer directement sur votre smartphone ;

RÉFLEXES SANTÉ



La solution pour un traitement plus rapide de vos demandes

Aujourd'hui, deux tiers de vos courriers nous parviennent par mail. Cette progression, en hausse de 43 %, depuis un an et demi, s'explique par les nombreux avantages qu'offre la dématérialisation.

Le traitement des demandes à la Mutuelle

Afin de faciliter la gestion des données et réduire le temps de traitement, la Mutuelle utilise un logiciel de Gestion Électronique des Documents. Ainsi, lorsqu'une demande d'un adhérent est reçue par courrier, elle est numérisée et envoyée au logiciel. Pour une demande reçue par mail, toute la procédure est automatique. Il y a donc un gain de temps supplémentaire.

Les avantages de la dématérialisation

L'envoi de vos demandes par mail offre de nombreux avantages :

- › Un traitement plus rapide de vos demandes : il vous suffit de quelques clics pour nous envoyer vos documents. Le courrier est réparti instantanément entre les gestionnaires pour traitement
- › Une meilleure traçabilité : avec le numérique, il est possible de consulter les derniers échanges avec l'adhérent, afin d'assurer un meilleur suivi

- › Une sécurité renforcée : la dématérialisation évite les erreurs humaines (perte d'un document, protection des informations...)
- › Une identification améliorée : les données personnelles renseignées en ligne évitent tout risque de confusion avec un homonyme, un ayant-droit portant un nom de famille différent, etc.
- › En cochant les deux options « Je souhaite m'abonner aux notifications de remboursement » et « Je souhaite m'abonner à la dématérialisation des courriers », vous ne recevez plus de papier, une notification par mail est envoyée sur votre adresse de messagerie, dès qu'un courrier est déposé dans votre espace personnel. Deux types de notification sont adressés : relevés de prestations et autres courriers.

Comment accélérer le traitement ?

Il vous suffit de nous adresser toutes vos demandes sur le site de la Mutuelle via le bouton « Contactez-nous » ou « Joindre vos documents ». Mieux encore, en cliquant sur « Nous écrire » dans votre espace personnel, la plupart des informations demandées sont préenregistrées ; vous êtes déjà reconnu par le système de gestion de la Mutuelle. Nul besoin de prendre le temps de rédiger et d'envoyer un courrier papier. —

EN BREF

Coronavirus, adoptez les bons gestes pour limiter le risque épidémique

En date du 3 mars 2020, l'Organisation mondiale de la Santé recommande :

- › de se laver fréquemment les mains avec une solution hydroalcoolique ou à l'eau et au savon ;
- › d'éviter de se toucher les yeux, le nez, la bouche ;
- › d'éviter la consommation de la viande ou d'œufs mal cuits ;
- › d'éternuer et de tousser dans sa manche ;
- › d'éviter les contacts proches – maintenir une distance d'au moins un mètre avec les autres personnes, en particulier si elles toussent, éternuent ou ont de la fièvre ;
- › d'appeler le 15 sans tarder en cas de fièvre, de toux et de difficulté de la respiration (dyspnée) ;
- › d'utiliser un masque que si vous présentez des symptômes respiratoires (toux ou éternuements), si vous pensez être atteint d'une infection par le Covid-19 avec des symptômes bénins ou si vous vous occupez d'une personne présumée infectée par le Covid-19.

Un devis : une estimation, pas un engagement ni une obligation

Vous souhaitez connaître le montant d'un remboursement et de l'éventuel reste à charge auprès de la Mutuelle Société Générale ? Il est à noter en premier lieu que cette demande d'estimation n'est pas obligatoire pour être remboursé par la Mutuelle. Elle vous permet principalement d'estimer le reste à charge. Dans ce cas, vous pouvez nous adresser les devis chirurgicaux ou dentaires du professionnel de santé. Nous pourrions alors vous donner un montant à titre indicatif. Le remboursement ainsi estimé n'équivaut pas à un engagement : le montant de la prestation peut en effet être amené à changer, dans l'éventualité où le praticien réalise des actes relevant d'une autre codification, ou bien parce que le nombre de soins n'est pas le même.

EN BREF



Vers la fin du remboursement de l'homéopathie

Le déremboursement progressif de l'homéopathie par l'Assurance maladie fait suite aux recommandations de la Haute Autorité de Santé. En effet, cette dernière juge l'efficacité de ces produits insuffisante pour justifier une prise en charge. À la place, elle préconise des mesures préventives et thérapeutiques à l'efficacité prouvée, telle la pratique d'une activité physique régulière. En conséquence, l'homéopathie n'est plus prise en charge par la Mutuelle.

Les bienfaits de la marche

La marche rapide est une véritable activité physique d'endurance. Plus douce pour les articulations que la course à pied, elle mobilise tout le corps et renforce le système cardiovasculaire tout en favorisant la détente.

Pour profiter de ses atouts, il est recommandé de pratiquer la marche rapide pendant 20 à 30 min, trois fois par semaine, à un rythme de 6 à 8 km/h. La respiration doit être profonde et rythmée et le corps relâché. Échauffez-vous en débutant à une allure normale pendant 5 min. La meilleure technique de marche consiste à poser le talon en premier, puis à dérouler le pied vers la pointe. En fin de balade sportive, buvez beaucoup d'eau pour limiter les courbatures.

Source : Mutualité Française

L'Essor mutualiste est une publication de la Mutuelle du personnel du Groupe Société Générale
 Directeur de la publication : Jean-Charles Échard
 Rédaction : Béatrice Chavagneux, Pascale Taillandier
 Conception, réalisation : Avantmidi.fr
 Imprimeur : Cloître | ISSN : 2109-1617
 www.mutuelle-sg.com

BIEN - ÊTRE



Vive l'activité physique, à bas la sédentarité !

Sédentarité, activité physique et santé sont intimement liées. 5 millions de décès dans le monde par an sont notamment causés par l'absence d'activité physique. Des chercheurs ont donc mené une vaste étude auprès d'un million de personnes pour tenter de mesurer les effets des activités sur la santé. Faisons un point sur les résultats de leurs travaux.

Tout au long de l'étude, 84 609 participants sur un million (8,4 %) sont décédés. Dans 75 % des cas, la cause est d'origine cardiovasculaire ou cancéreuse. Ces maladies chroniques sont favorisées par la sédentarité. On constate alors, sans surprise, une part plus importante de personnes peu mobiles et peu actives parmi elles. Les personnes peu actives, mais suffisamment mobiles, ont quant à elles des risques de mortalité quatre fois moins élevés. La sédentarité a donc des effets véritablement délétères.

Toutefois, l'étude a permis de relever une distinction très intéressante entre différents types de sédentarité : les personnes assises au travail (ou dans les transports) et celles assises devant la télévision. En effet, les personnes les moins mobiles au travail verraient les effets négatifs neutralisés par la pratique d'une activité physique modérée de plus d'une heure par jour. En revanche, il en serait autrement pour le temps consacré

à la télévision. Au lieu d'être complètement annulés, les risques de décès ne seraient qu'atténués. Plusieurs pistes peuvent expliquer ce phénomène. Tout d'abord, le travail mobilise davantage de fonctions cognitives et donc d'efforts. Ensuite, les moments passés devant la télévision sont propices au grignotage d'aliments trop riches. Enfin, il est possible que les personnes concernées aient une hygiène de vie globale moins saine, expliquant les risques de mortalité plus élevés.

N'hésitez donc pas à consacrer plus d'une heure de votre temps par jour à une activité physique. La marche à pied et le vélo sont des loisirs parfaits pour mieux vous préserver. Au travail, profitez de vos pauses pour vous dégourdir les jambes. Pour finir, essayez de limiter l'exposition aux écrans et le grignotage pour protéger votre santé !

Source : Mutweb