

Question/réponse

◆ Remboursement et médecin traitant.

Pour être remboursé au meilleur taux, dois-je passer obligatoirement par mon médecin traitant avant de consulter un spécialiste ?

Depuis le 1^{er} janvier 2006, pour chaque assuré de 16 ans et plus, la déclaration d'un médecin traitant est conseillée. Elle n'est pas obligatoire, mais elle conditionne le niveau de remboursements des consultations. Vous bénéficiez d'un taux de remboursement maximal si vous respectez le parcours de soin, c'est-à-dire en allant voir votre médecin traitant pour une visite chez un généraliste et avant toute prise de rendez-vous avec un spécialiste.

Les dérogations prévues

Dans les cas suivants, il ne vous sera pas nécessaire de consulter votre médecin traitant pour bénéficier d'un remboursement au meilleur taux.

Vous pouvez consulter directement* :

- Un ophtalmologue : prescription de lunettes, dépistage ou suivi d'un glaucome.
- Un gynécologue : dans le cadre des consultations périodiques, d'un suivi ou d'une Interruption Volontaire de Grossesse.
- Un pédiatre : jusqu'aux 16 ans de l'enfant.

- Un psychiatre : pour les jeunes de 16 à 25 ans.
- Un stomatologue pour les soins suivants uniquement :
 - les soins de préventions bucco-dentaire,
 - les soins conservateurs (obturations dentaires définitives, soins d'hygiène bucco-dentaire),
 - les soins chirurgicaux (extractions dentaires, lésions osseuses et gingivales),
 - les prothèses dentaires,
 - les traitements d'orthopédie dento-maxillo-faciale.

* Sous réserve que vous ayez déjà déclaré votre médecin traitant à la MSA.

Sont également concernées :

- Les consultations concernant la pathologie pour laquelle votre médecin traitant vous a adressé chez ce spécialiste et pour un même spécialiste.
- La consultation d'un autre médecin en cas d'urgences médicales ou d'absence de votre médecin traitant.
- La consultation d'un autre médecin si vous êtes en déplacement ou en congés loin de votre zone de résidence habituelle.

www.msaalpesdunord.fr

Déclarez ou changez de médecin traitant un service en ligne simple, pratique et gratuit !

- Consultez le nom du médecin traitant que vous avez déclaré à votre MSA.
- Imprimez une attestation de choix du médecin traitant. Cette attestation peut éventuellement vous être demandée par un médecin spécialiste ou dans le cas d'une hospitalisation.
- Imprimez un formulaire pré-rempli de « Déclaration de choix du médecin traitant », à faire compléter par votre médecin.

Ce service sécurisé est disponible 24h sur 24 sur le site Internet de votre MSA www.msaalpesdunord.fr



MSA des Alpes du Nord - Isère - Savoie - Haute-Savoie

Des services pour les familles !

Familles, en vous rendant sur le site www.msaalpesdunord.fr, profitez de votre connexion pour **faciliter vos démarches auprès de la MSA, gratuitement !**

- Accédez à votre dossier personnalisé (paiements de prestations, y compris d'action sanitaire et sociale).
- Informez-vous sur l'action sociale et les actions de la MSA en faveur des familles et des enfants.



msa santé
famille
retraite
services

Directeur de la Publication : Bernard Perrier
Conception : MSA des Alpes du Nord
Impression : imprimerie Couleurs Montagne

730109 Lettre familles n°6 - © : PhotoAlto/P.S.O'carroll/M. Bussy - Pixiland - MSA Alpes du Nord/communication



Édito

L'année 2009 nous est annoncée comme celle des difficultés économiques avec ses conséquences sociales inévitables.

Dans ce contexte les familles sont les plus sensibles, voire les plus fragiles en particulier lorsque le chômage ou la maladie sont là.

Votre MSA a conscience de sa responsabilité dans ces moments difficiles et le comité d'Action Sociale a pris des décisions pour améliorer les prestations d'action sociale et ainsi apporter à ceux et celles qui vivent des moments difficiles, un appui, un soutien, un accompagnement afin de passer le mauvais cap.

N'hésitez pas à nous contacter par téléphone, courrier ou en rencontrant nos travailleurs sociaux afin que tous les moyens mis en place par notre caisse, puissent être activés et vous apporter l'aide nécessaire.

Le Président de la MSA des Alpes du Nord
Jean-François Bouchet



Bons vacances 2009.

Début février 2009, les familles allocataires du régime agricole reçoivent les bons vacances. Ces bons sont destinés à favoriser les départs en vacances des enfants en colonies, camps, centre de loisirs... voire en famille. Il s'agit d'une aide financière attribuée en fonction du montant du quotient familial. Ils sont valables du 1^{er} février 2009 au 31 janvier 2010.

Nouveauté 2009 : des tarifs exceptionnels pour le centre de vacances de Beg Porz en Bretagne.

La MSA propose des séjours en colonies en Bretagne dans son centre de vacances (un dépliant vous est adressé avec cette « Lettre aux Familles »).

Faites profiter vos enfants de tarifs exceptionnels : réductions allant de 204 € à 453,90 €.

Exemple 1 :
Votre quotient familial est compris entre 0 € et 396 € (1^{ère} tranche), vous bénéficiez pour un séjour de 17 jours d'une réduction de : **453,90 € à Beg Porz** contre 329,80 € pour une colonie dans un autre centre.

Exemple 2 :
Si votre quotient est supérieur à 762 €, vous n'avez pas de bons vacances pour une colonie **sauf si vous choisissez Beg Porz** : la réduction sera alors de 204 €.



Cet été 2009, offrez un séjour en Bretagne à vos enfants et profitez de tarifs exceptionnels : à Beg Porz, bien sûr !



L'essentiel et plus encore **msa** santé
famille
retraite
services



◆ Action sociale : des prestations nouvelles pour les familles

Le comité d'action sociale a décidé la mise en place de prestations d'action sociale nouvelles en direction des familles pour 2009.

- **Une aide aux vacances spécifique pour les enfants handicapés** afin de compenser le surcoût des centres spécialisés (les familles concernées recevront directement une information sur le sujet).

- **Une prime à la naissance :** Lors d'une première naissance dans la famille (ou adoption), de naissances multiples, ainsi que pour les parents isolés, votre MSA accordera une prime d'action sociale de 200 € : aucune démarche ne sera nécessaire. La MSA versera cette prime dès réception de la déclaration de naissance.



- **Aide à domicile :** Désormais la MSA participera au coût d'une aide à domicile quelles que soient les ressources de la famille.

En cas de maladie, hospitalisation, grossesse pathologique ou naissance d'un enfant, l'intervention d'une aide à domicile sera facilitée et le coût pour la famille diminué.

Adressez-vous : au service social MSA ou à l'association locale d'aide à domicile.



Adolescents

Mal-être des adolescents Soyez vigilants !



On estime qu'en France un adolescent sur 6 éprouve un mal-être. Comment réagir pour éviter la dépression voire le suicide. Le docteur Ghislaine Campagne⁽¹⁾, donne quelques conseils.

La Lettre aux Familles :

Un adolescent qui déprime, est-ce grave ?

Dr Ghislaine Campagne :

Si cela ne dure pas, non. Les ados sont dans une phase de changement et de transition. Ils doivent renoncer au passé, quitter l'enfance sécurisante pour se projeter dans un avenir incertain à leurs yeux. La très grande majorité s'en sort très bien et passe sans problème la fameuse crise d'adolescence.

La Lettre aux Familles :

Quand les parents doivent-ils se préoccuper de l'état de santé de leurs ados ?

Dr Ghislaine Campagne :

Quand les signes durent plus de 15 jours et qu'ils se cumulent. Deux troubles qui généralement contrastent avec l'état antérieur, sont à repérer : tristesse ou irritabilité et diminution de l'intérêt ou du plaisir pour les activités que l'adolescent aimait auparavant.

D'autres problèmes peuvent aussi perdurer : troubles de l'appétit, du sommeil, difficultés de concentration, idées de mort ou suicidaires, repli ou dépréciation de soi. Cela peut aussi se traduire par des troubles psycho-somatiques chez les filles (maux de tête, de ventre) et du comportement chez les garçons : fugues, conduites à risques, voire addictives (alcool, tabac, drogue).

La Lettre aux Familles :

Comment doivent réagir les parents ?

Dr Ghislaine Campagne :

Surtout ni banaliser, ni minimiser, et ne pas chercher à résoudre le problème seuls. Il faut prendre conscience que son enfant souffre. L'idéal est de l'écouter sans le juger et de parler directement avec lui, recréer un climat de confiance.



Ensuite, ne pas hésiter à consulter son médecin. Enfin, en cas de tentative de suicide, se rendre immédiatement aux urgences et s'assurer d'une prise en charge rapide par des professionnels.

(1) médecin conseil en charge de la prévention santé.

N'attendez pas que le pire arrive. Des lieux de ressources pour en parler existent !

En Isère :

Le réseau adolescents (RAI) avec sa Maison des Adolescents à Grenoble : 04 56 58 82 00, Vienne 04 74 53 89 21 et Bourgoin (en 2009).

En Savoie :

La Maison des Adolescents à Chambéry : 04 79 60 52 18.

En Haute Savoie :

en projet Enfin le « **Fil santé jeunes** » de 8h00 à minuit (anonyme et gratuit) **0 800 235 236**.

Une nouvelle année commence : mettez votre carte Vitale à jour !



Fiable, pratique et sûre, votre carte Vitale est à présenter à tous les professionnels de santé. Plus de feuille de soins à envoyer, plus de vignette à coller, elle vous garantit le remboursement de vos soins sous 5 jours.



La carte Vitale doit être mise à jour chaque année afin d'actualiser les informations qu'elle contient.

Vous pouvez mettre à jour votre carte Vitale :

- sur une borne de mise à jour disponible dans les pharmacies ou les établissements de santé (hôpitaux, cliniques...),
- en vous présentant au guichet d'accueil de votre MSA.

Si vous ne pouvez pas vous déplacer, vous pouvez envoyer à votre MSA votre carte Vitale accompagnée d'une demande de mise à jour.

Vous devez également mettre à jour votre carte Vitale, après tout changement de situation personnelle ou professionnelle, suite à un déménagement (après avoir informé votre

caisse de MSA) ou lorsque la MSA vous y invite par courrier suite à un nouvel examen de vos droits.

Une carte à jour vous garantit :

- Une prise en charge conforme à vos droits à remboursement et vous évite les refus de paiement ou demande de remboursement d'un trop versé si vous ne bénéficiez plus de droits particuliers (prise en charge pour longue maladie, couverture maladie universelle complémentaire...).
- L'assurance d'être utilisable, sans difficulté, sur tous les équipements des professionnels de santé.
- Un remboursement rapide, sans échange administratif complémentaire pour votre prise en charge.

Réduire les délais de remboursement de vos frais de santé.

La MSA des Alpes du Nord met tout en œuvre pour que vos frais de santé soient traités au plus vite.

Vous pouvez aussi gagner du temps et réduire le délai de remboursement :

- Présentez votre carte Vitale aux professionnels de santé : grâce aux feuilles de soins électroniques, les remboursements sont plus rapides (délai moyen constaté de 5 jours contre 30 jours pour la feuille de soins « papier »).
- Optez pour le virement bancaire, plus rapide, plus sûr et plus simple que l'envoi d'une lettre chèque : vous gagnez plus d'une semaine de délai de paiement et vous évitez les retards postaux. Envoyez à la MSA un relevé d'identité bancaire joint à un courrier nous précisant votre nom, prénom et numéro de sécurité sociale.



◆ Aide aux projets vacances

La MSA et l'Agence Nationale des Chèques Vacances (www.ancv.com) ont signé une convention visant à faciliter le départ en vacances des familles modestes : Quotient Familial < 700 €, bénéficiaires du RMI, de la CMU, agriculteur en difficultés, salariés en contrats aidés ou familles titulaires de la carte enfants/famille.

L'ANCV attribue des chèques vacances associés à une aide de la MSA. Renseignez-vous auprès du service social MSA.

◆ Contrat enfance jeunesse

Votre MSA s'est engagée dans un partenariat avec les caisses d'allocations familiales pour participer au développement des actions en direction des jeunes. Mis en œuvre par les CAF, ces Contrats Enfance Jeunesse (CEJ) accompagnent les collectivités locales (communes ou intercommunalité) dans la mise en place des actions en direction des jeunes. Concrètement, cela se traduit par le financement et la réalisation d'actions ou de services tels : accueil de loisirs, ateliers thématiques, actions culturelles, actions de prévention et de coordination. La participation de la MSA à ces contrats se fait par un appui au montage des projets et un financement supplémentaire.

◆ Un moyen de prévention du cancer du col de l'utérus : la vaccination

La vaccination est recommandée en France pour les jeunes filles de 14 ans. Elle peut également être proposée aux jeunes filles et jeunes femmes de 15 à 23 ans qui n'auraient pas eu de rapports sexuels ou au plus tard dans l'année suivant le début de leur vie sexuelle. Le vaccin ne dispense pas du frottis cervical et ne protège pas contre les autres infections Sexuellement Transmissibles (IST : herpès génitaux, sida...). Seul le préservatif protège contre les IST.