



Instants santé

Prenez le temps de faire un bilan



Assurés MSA, vous avez entre 25 et 74 ans, votre caisse vous propose un examen de santé gratuit !

Ce bilan ayant lieu tous les 9 ans, seront invités par courrier postal en 2011, les assurés habitant dans les cantons ci-dessous :

Les Instants Santé	Isère	Savoie	Haute-Savoie
Printemps 2011	Domène, Pont-de-Beauvoisin, Le Touvet,	Cognin, Grésy-sur-Isère, Frontenex	Le Biot, Rumilly
Automne 2011 (à confirmer)	Allevard, Pont-en-Royans, Saint-Marcellin,	Lanslebourg Mont-Cenis, Modane	Cluses, Scionzier

Instants santé : mode d'emploi

- « Je m'interroge » **Après réception de l'invitation inscrivez-vous, puis retournez le questionnaire à la MSA.**
- « Je vérifie » **Rendez-vous le jour J sur les lieux de l'examen.**
- « Je fais le point » **Enfin, c'est la phase la plus IMPORTANTE : vous prendrez rendez-vous avec votre médecin traitant qui aura reçu vos résultats de bilan.**

Nouveau, sur le www.msaalpesdunord.fr consultation du décompte maladie en ligne

Vous pouvez désormais consulter et imprimer votre décompte maladie en ligne, sur votre espace internet MSA.

Gagnez du temps !

- Vous recevez un courriel après chaque remboursement de vos frais de santé qui vous indique le montant remboursé par la MSA,
- et si besoin, vous imprimez votre décompte pour l'envoyer à votre mutuelle : plus besoin d'attendre la réception de ce document par courrier postal !

N'attendez plus, connectez-vous à votre espace internet privé sur www.msaalpesdunord.fr et laissez-vous guider.

Attention changement de numéro de téléphone

Pour joindre la MSA Alpes du Nord composez le :

N°Cristal 09 69 36 87 00

APPEL NON SURTAXE

Du lundi au vendredi - De 8h00 à 17h00 sans interruption

Infos

Agriculteurs en situation fragile : contactez-nous !

Avec le Sillon Dauphinois et Regain des Savoie prévenez l'aggravation de votre situation difficile et ne restez pas seul !

- Vous êtes exploitant agricole.
- Vous résidez en Isère, en Savoie et Haute-Savoie.
- Vous vous sentez en difficulté, surmené, fatigué, isolé, la gestion de votre exploitation vous cause du souci, vous avez des difficultés budgétaires, eu un accident, un proche décès, et tout cela vous préoccupe et vous rend la vie difficile.

Contactez directement la MSA !

En Isère :

04 74 20 81 49
ou écrivez à :
sillondauphinois.blf@alpesdunord.msa.fr

En Savoie et Haute-Savoie :

04 79 25 84 31
ou écrivez à :
regaindessavoie.blf@alpesdunord.msa.fr

Lettre aux familles

N° 10 - Janvier 2011 - La lettre d'information de la MSA Alpes du Nord

Édito

Une nouvelle année est toujours porteuse d'espoirs. Ceux de nouveaux projets, de nouvelles perspectives pour ses enfants, sa famille, ceux de la résolution des difficultés rencontrées pour repartir sur de bonnes bases.

Votre MSA vous accompagne dans ces moments heureux ou difficiles.

Si ce numéro de la « Lettre aux familles » vous présente les nouveautés 2011, n'hésitez pas au fil des mois à venir consulter le site internet www.msaalpesdunord.fr pour connaître avec plus de précisions, les actions proposées dans les différents domaines et pour chaque public.

Enfin, soyez attentifs aux documents que vous recevez de la MSA.

Tous ces moyens de contact sont des liens avec votre MSA pour plus de proximité.

Je vous souhaite au nom du Conseil d'Administration une Bonne et Heureuse Année 2011.

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

Attention changement de numéro de téléphone

Pour joindre la MSA Alpes du Nord composez le :

N°Cristal 09 69 36 87 00

APPEL NON SURTAXE

Du lundi au vendredi
De 8h00 à 17h00 sans interruption



Bons vacances 2011



Profitez des aides MSA

Les bons vacances 2011 vont être adressés aux familles bénéficiaires. Non seulement leur montant a été réévalué mais de plus leur utilisation est simplifiée.

Rappelons que ces bons aident les familles modestes à financer les vacances des enfants mais aussi à favoriser les séjours en famille (parents et enfants).

Pour cette raison, chaque famille recevra désormais 2 bons par enfant (camps, colonies, gîtes, centre de loisirs) et un par famille (location meublée, gîte rural, camping).

Le quotient familial doit être inférieur à 780 €.

Enfants bénéficiaires de l'AAEH*

Une aide complémentaire forfaitaire de 200 € est accordée pour toutes formes de vacances (en famille, en colonie ou centre de vacances).

* Allocation Education Enfant Handicapé.

Aide au premier départ : partenariat MSA/ANCV*

La MSA aide les familles qui rencontrent des difficultés pour partir en vacances.

Contactez l'assistante sociale MSA : elle vous aidera à préparer votre projet et l'aide financière MSA sera complétée par des chèques vacances de l'ANCV.

*Agence Nationale Chèques Vacances

Les familles concernées recevront automatiquement les bons vacances (pas de demande à faire).

Les forfaits attribués seront plus avantageux financièrement.

Les tranches de quotient familial qui servent à déterminer le montant des bons sont ramenées à 2 (au lieu de 6).

Enfin, pour les départs en famille, il n'y a plus de différence d'aide entre, par exemple, le camping et la location d'un meublé. Un forfait est attribué à la famille quel que soit le mode de séjour (sauf hôtel).

Aide au remplacement des agriculteurs

Pour tout départ en famille, les agriculteurs peuvent bénéficier d'une aide financière pour le remplacement sur l'exploitation.

Renseignements :

Contactez, si besoin, le pôle prestations action sociale

N°Cristal 09 69 36 87 00

APPEL NON SURTAXE

(demandez le poste : 8420 ou 8434)



L'essentiel & plus encore

Infos



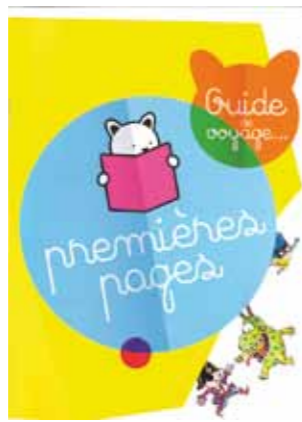
Cet été 2011,
offrez un séjour à vos enfants
en Bretagne et profitez de
tarifs exceptionnels grâce à
vos bons vacances :
à Beg Porz, bien sûr !



La violence conjugale touche toutes les catégories sociales, toutes les cultures. Il n'existe pas de profil type de femme victime de violences conjugales. Chacune de vous peut se retrouver sous l'emprise d'un ami, d'un partenaire ou d'un conjoint violent.

Dans les couples où on constate des violences conjugales, l'un des membres cherche à contrôler et dominer l'autre : déplacements, horaires, relations amicales, familiales, questions financières, de santé...

La violence s'exerce dans des cycles, une spirale aux crises de



« Premières pages »

Découvrir un livre avec son bébé.



Le ministère de la culture et de la communication et la caisse nationale des Allocations familiales lancent l'opération « Premières pages », une action de soutien et de développement de la lecture pour tous, destinée à familiariser l'enfant avec le livre dès son plus jeune âge. En Savoie, la MSA s'est associée à cette opération.

Pour toute nouvelle naissance ou adoption faite en 2010, chaque famille recevra un lot composé d'un album original, de conseils de lecture et d'un guide à destination des parents.

En Savoie, les bibliothèques et les lieux d'accueil de la petite enfance inviteront les familles concernées (200 pour la MSA). Ce sera l'occasion de leur remettre leur lot accompagné de quelques petits conseils.

On l'aura compris, l'idée est d'impliquer la famille, y compris les petits

frères et sœurs plus âgés dans la découverte des aventures de Petit Rond et Grand Carré, héros de « Mercredi », livre écrit et illustré par Anne Berthier.

Bébé sera ravi d'entendre une douce voix, maternelle ou paternelle, lui conter cette histoire pleine de rebondissements et regardera avec beaucoup d'intérêt les images et les couleurs.

Et qui sait, cette expérience fera entrer dans la maison d'autres livres pour découvrir de nouvelles et belles histoires.

Couples

Violences conjugales : osez en parler !



En moyenne, une femme décède tous les 2 jours et demi suite à des violences conjugales. Comment agir pour sortir de cet enfer ?

plus en plus rapprochées et prend de multiples formes : verbale, psychologique, économique, sexuelle, physique.

L'auteur de la violence entretient souvent le chaud et le froid, regrettant, minimisant les faits, ... Puis il recommence. Plus l'emprise de la violence est forte, plus les périodes de lune de miel s'amenuisent pour finir par disparaître.

Depuis 1987, la Fédération Solidarité Femmes regroupe 65 associations membres.

En 2009 elle a écouté et aidé 30 000 femmes victimes de violences conjugales.

Alors, ne restez pas isolées : appelez le : 3919 Violences Conjugales Info

En Savoie
04 79 33 95 85
SOS Femmes violences
Chambéry

En Haute-Savoie
04 50 97 61 90
Espace femmes Geneviève D
La Roche-sur-Foron

En Isère
04 76 40 50 10
Solidarité femmes
Grenoble



Carte vitale

Pour garantir vos remboursements, faites la mise à jour !



Votre carte Vitale doit être mise à jour chaque année. Un petit geste simple et rapide, qui garantit et accélère vos remboursements.

Actualisez votre carte Vitale dans les points d'accueil MSA Alpes du Nord, à l'aide des bornes Vitale et aussi :

- à la pharmacie
- dans certains établissements de soins (hôpitaux, cliniques...),
- dans les accueils des caisses de MSA.

La démarche ne vous prendra qu'une minute.

A quoi sert la carte Vitale ?

Sa mise à jour régulière vous garantit une prise en charge rapide et efficace car votre carte Vitale comporte toutes les informations nécessaires au remboursement de vos soins. Les professionnels de santé (médecins, pharmaciens...) et les établisse-

ments (hôpitaux, cliniques) peuvent envoyer directement la feuille de soins à la MSA, en toute sécurité.

La carte Vitale c'est commode et rapide : plus de papier à remplir, plus d'envoi postal et vous êtes remboursé sous cinq jours.

La carte vitale et les services internet
Sur www.msaaalpessedunord.fr, vous pouvez :

- Imprimer votre attestation de droits elle peut vous être demandée par un professionnel de santé pour justifier vos droits en matière d'assurance maladie (utile aussi en cas de perte).
- Déclarer la perte ou le vol de votre carte vitale ou celle d'un membre de votre famille.



Santé

Une aide pour financer votre complémentaire santé

Une complémentaire santé vous permet d'être mieux remboursé de vos dépenses d'assurance maladie. Si vos revenus mensuels sont faibles (entre 951,42 et 1198,75 € pour 2 personnes), l'Aide à la Complémentaire Santé (ACS) peut vous concerner.

Vous bénéficierez :

- d'une réduction de 100 à 500 € sur le prix annuel de la complémentaire santé,
- du tiers payant social : vous n'avancez pas le montant pris en charge par votre MSA lors de vos consultations chez le médecin.

Le montant de cette aide dépend de vos ressources, de votre âge et de celui des membres de votre foyer.

Bon à savoir

- Vos ressources sont inférieures au montant donnant droit à l'aide à la complémentaire santé : vous pouvez bénéficier de la CMU complémentaire.
- Vous exercez une profession en qualité de non-salarié agricole : des conditions particulières d'accès peuvent s'ajouter.

Infos



♦ Vacciner les adolescents contre la rougeole : il n'est jamais trop tard !

Depuis 2008, on assiste en France à une recrudescence du nombre de cas de rougeole. Selon l'Institut de Veille Sanitaire (INVS), sur l'ensemble des cas déclarés, la moitié ont plus de 15 ans, et 35 % ont fait l'objet d'une hospitalisation entre janvier et mai 2010.

Or, en 2009, le taux de participation à la vaccination ROR était seulement de 66,2 % au régime agricole (contre 95 % préconisé par l'Organisation Mondiale de la Santé).

Lorsqu'un retard est intervenu dans la réalisation d'un programme de vaccination, il suffit de reprendre ce programme au stade où il a été interrompu et de compléter la vaccination en réalisant le nombre d'injections requis en fonction de l'âge.

Le dispositif de gratuité du vaccin ROR est prolongé jusqu'à l'âge de 17 ans inclus au lieu de 13 actuellement. Il est indispensable de poursuivre les efforts déjà engagés dans la vaccination ROR, d'augmenter le taux de couverture vaccinale et d'interrompre la circulation du virus de la rougeole : parlez-en à votre médecin.

* Rougeole / Oreillons / Rubéole : la vaccination est recommandée dès l'âge de 9 mois pour les enfants vivant en collectivité et à 12 mois pour tous les autres enfants avec une deuxième dose au moins un mois plus tard et, au plus tard, à 24 mois.

Vos démarches

Avant toute demande, vérifiez si vous pouvez avoir droit à l'ACS sur www.msaaalpessedunord.fr (vérifiez les plafonds de ressources selon la composition de votre famille).

Si c'est le cas vous pouvez télécharger le formulaire.

Si besoin contactez votre MSA au :

N°Cristal 09 69 36 87 00

APPEL NON SURTAXE