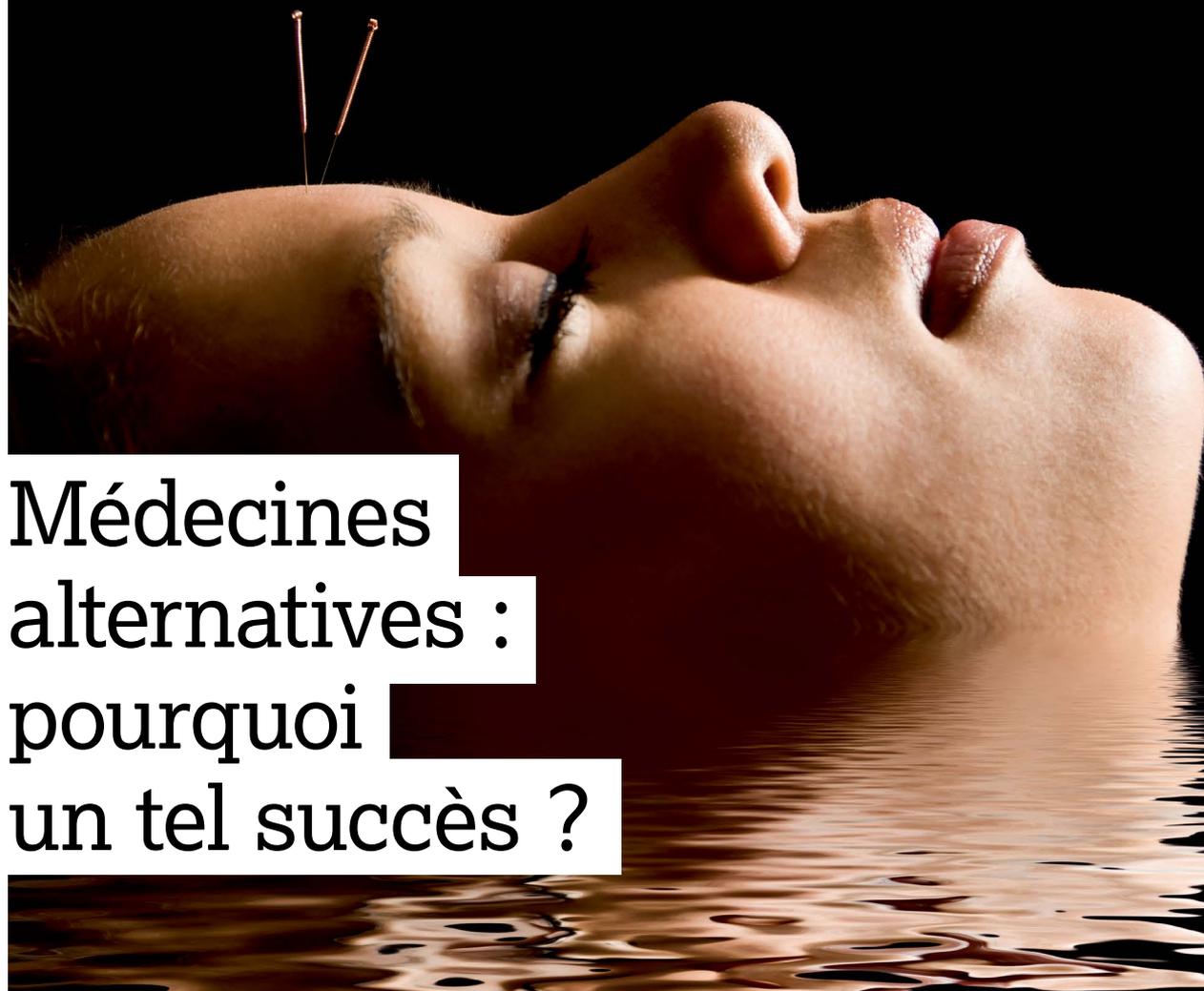


# échos Santé

le magazine des adhérents ADPS  
[www.adps-sante.fr](http://www.adps-sante.fr)



# 62  
hiver 2016-2017



## Médecines alternatives : pourquoi un tel succès ?



06

5 questions  
sur la pollution  
automobile



08

Tiers payant  
généralisé,  
ce qui change



09

EuroNordicWalk,  
c'est reparti !

# Édito

Chers adhérents et adhérentes, 2016 a été une année de concrétisation. Nous avons lancé nos nouveaux outils de communication : le site adps-sante.fr et la nouvelle formule de votre magazine *Échos Santé*. Dans le même temps, nous avons poursuivi nos actions de soutien autour du thème « Bien Vivre pour Bien Vieillir » dans les domaines de la prévention santé, de l'aide sociale et de la recherche, avec un moment fort partagé avec vous lors de l'EuroNordicWalk en juin dernier. Ces réalisations sont possibles grâce à l'implication, l'investissement et l'enthousiasme des délégué(e)s, délégué(e)s adjoint(e)s, conseillers régionaux, membres du bureau, du conseil d'administration et du secrétariat général de votre ADPS, et je les en remercie très chaleureusement. Partout en France, c'est une vraie chaîne de solidarité, à votre écoute en permanence pour mieux vous accompagner et vous soutenir via son action sociale. C'est en notre nom à tous que je vous souhaite, ainsi qu'à vos proches, ce qu'il y a de meilleur pour cette nouvelle année 2017. Qu'elle vous apporte douceurs, joie, santé et satisfactions personnelles.

Robert Barget, Président de l'ADPS



## TOUJOURS PLUS DE MAMANS QUADRAGÉNAIRES

**Alors que le taux de natalité en France est en baisse, avec 799 000 naissances en 2015, le nombre de grossesses tardives atteint un niveau record.**



En France, le nombre de bébés nés de mères âgées de plus de 40 ans est en hausse constante depuis trente ans. Malgré un taux de natalité en baisse en 2015 (-2,4% par rapport à 2014), il atteint le même niveau record qu'en 1948, où il n'existait ni pilule contraceptive ni procréation médicalement assistée (PMA). Sur 799 000 naissances recensées l'an dernier, 5,13% des bébés, soit près de 41 000, ont une maman de plus de 40 ans, selon l'Insee, contre 3,96% en 2005 et environ 1% en 1980. Les explications de ce phénomène qui perdure sont multiples : vieillissement de la population, recours à la PMA, allongement des études, carrière professionnelle, etc. Si, il y a cinquante ans, les grossesses tardives concernaient presque exclusivement des femmes ayant déjà eu des enfants (elles étaient 88,3%), l'Insee observe que le nombre de quadragénaires qui deviennent mères pour la première fois a été multiplié par 2,5 depuis lors. Mais qu'en est-il des conjoints ? Ils se révèlent encore plus âgés, puisque sur les 799 000 bébés nés en 2015, 136 000 ont un père de plus de 40 ans et 17 000 de plus de 50 ans. /

Ten-  
dance

## télex...

/ Selon le cabinet Technologia, spécialisé dans la prévention des risques psychosociaux, 20 à 25% des jeunes diplômés consommeraient des psychotropes, somnifères et autres tranquillisants pour réussir leurs examens ou combattre l'anxiété au travail.

/ La consommation d'acides gras oméga-3, présents dans certains poissons comme le saumon et la sardine, permettrait de réduire de 10% le risque d'infarctus, d'après une méta-analyse réalisée par des chercheurs américains sur la base de 19 études menées dans 16 pays.

/ Des chercheurs de l'université d'Édimbourg (Royaume-Uni) ont mis au point un test de diagnostic précoce de la maladie de Parkinson, qui entraîne la destruction de cellules du cerveau impliquées dans le mouvement et la cognition. Ce test permettrait d'évaluer la viscosité d'une protéine (l'alpha-synucléine) à l'origine de la formation d'agrégats dans les cellules nerveuses, caractéristiques de la maladie.

## ▶ LES PHARMACIENS HABILITÉS À VACCINER CONTRE LA GRIPPE



En France, seulement 48% des assurés à risque se sont fait vacciner en 2015-2016 contre la grippe, soit un recul de 14% par rapport à 2009 ! C'est ce constat qui a conduit les députés à voter, fin octobre, un amendement autorisant les pharmaciens à administrer le vaccin aux adultes, à titre expérimental durant trois ans. Un décret d'application doit préciser les modalités de formation des pharmaciens, dont l'action viendra compléter celle des autres personnels de santé habilités. Avec l'espoir d'atteindre la couverture vaccinale de 75% préconisée par l'OMS, laquelle permettrait d'éviter 3000 décès chez les plus de 65 ans. /

## ▶ LA VACCINATION CONTRE LA COQUELUCHE BIENTÔT PAR PATCH ?

Recommandée aux personnes côtoyant des nouveau-nés, la vaccination contre la coqueluche pourrait bientôt se faire à l'aide d'un simple patch. L'entreprise française DBV Technologies et BioNet-Asia expérimentent actuellement le procédé sur 60 jeunes adultes. Auto-administrable, ce patch faciliterait le vaccin de rappel à l'âge de 25 ans. /



Le savez-vous?



# 44%

*C'est le pourcentage de parents qui prêtent leur téléphone portable à leur enfant de moins de 3 ans pour l'occuper ou le consoler, selon une enquête réalisée par l'Association française de pédiatrie ambulatoire (Afp). Or, à cet âge, rappelle l'Afp, l'enfant a besoin d'interagir avec son environnement pour se construire des repères spatiaux et temporels. Conclusion : les livres et les jeux traditionnels sont à privilégier.*

## CERTAINS ANTI-INFLAMMATOIRES AUGMENTERAIENT LE RISQUE D'INSUFFISANCE CARDIAQUE

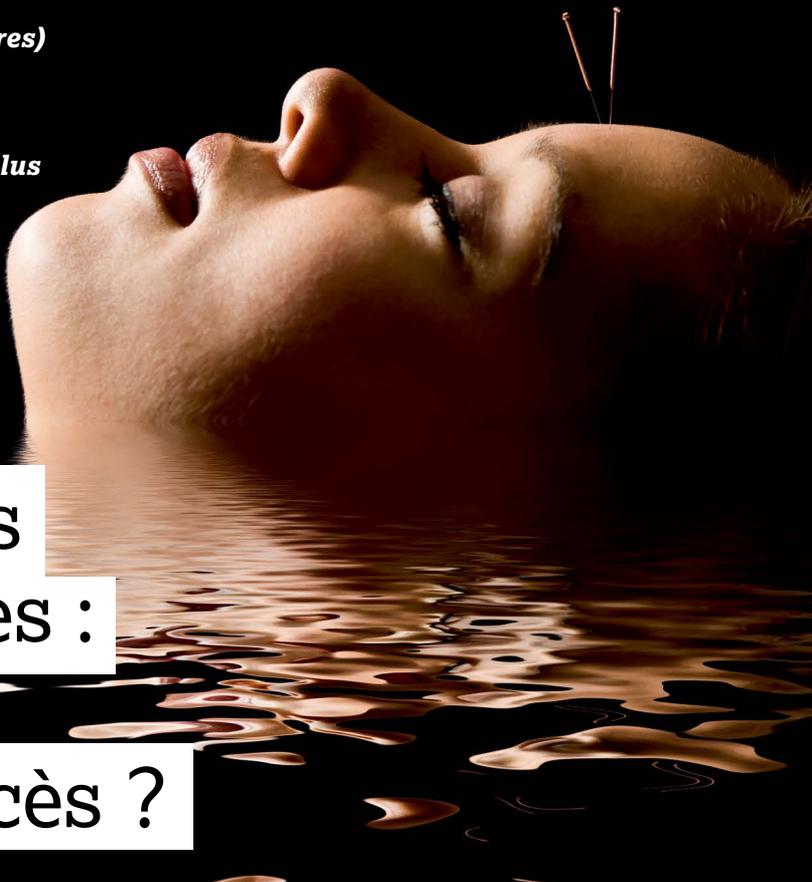
Couramment utilisés pour soigner notamment des maux de tête, ils pourraient accroître le risque d'insuffisance cardiaque, cause d'essoufflement et de fatigue disproportionnée, mais aussi de mortalité chez les personnes âgées, surtout quand ils sont utilisés à dose élevée et sur une longue période de traitement. /



## MANGEZ DES NOIX !

On connaissait les bienfaits des fruits à coque (amandes, noix, noisettes) en matière de prévention des maladies cardiovasculaires et contre le mauvais cholestérol, mais pas encore contre les cancers de la prostate et du côlon, ce que dévoilent deux études récentes. Sur 6800 patients atteints de cancer de la prostate, des chercheurs de l'université de Harvard à Boston ont constaté que le risque de mortalité de ceux qui consommaient des noix quatre à cinq fois par semaine était réduit. L'explication tient au fait que la noix améliore la sensibilité à l'insuline (une résistance à l'insuline augmente la progression du cancer). Concernant le cancer du côlon, des chercheurs de l'université du Connecticut estiment que la consommation quotidienne de 30 grammes de noix par jour, à partir de 50 ans, pourrait être efficace à titre préventif, notamment chez les hommes. Leur teneur en oméga-3, oméga-6 et vitamine E favoriserait l'équilibre de la flore intestinale. /

**Les études scientifiques menées sur les « MAC » (médecines alternatives et complémentaires) concluent à leurs vertus thérapeutiques limitées, voire à leur absence totale d'efficacité. Mais de plus en plus de patients – et de médecins – louent à l'inverse leurs nombreux avantages. Tentative d'explication sur cette différence de perception...**



## Médecines alternatives : pourquoi un tel succès ?

### ► 40% des Français adeptes des MAC

L'OMS recense plus de 400 pratiques thérapeutiques appartenant à la famille des médecines dites « alternatives », « complémentaires » ou « traditionnelles », qu'elle classe en quatre catégories : les thérapies biologiques, utilisant des produits naturels issus de plantes, de minéraux ou d'animaux (phytothérapie, aromathérapie...); les thérapies manuelles, axées sur la manipulation du corps (ostéopathie, chiropraxie...); les approches « corps-esprit » (hypnose médicale, méditation, sophrologie...); et, enfin, les systèmes complets reposant sur des fondements théoriques et pratiques propres (acupuncture, homéopathie...). Selon l'Académie nationale de médecine, 40% des Français auraient recours aux MAC. Une proportion qui augmente chez les personnes atteintes d'une maladie grave ou chronique.

### ► La médecine traditionnelle s'intéresse aux MAC

Les MAC séduisent également un nombre croissant de praticiens. En effet, 6115 médecins français déclaraient en 2015 un titre ou une pratique relatifs à l'une de ces MAC, et 20% d'entre eux exercent à l'hôpital. Le pôle de gynéco-obstétrique du CHU de Strasbourg utilise ainsi l'acupuncture pour soulager les maux

de dos, nausées et troubles du sommeil, voire remplacer le recours à une péridurale chez les femmes enceintes contraintes d'éviter les traitements médicamenteux conventionnels. À Lyon, le service d'hépatogastro-entérologie de l'hôpital de la Croix-Rousse propose une consultation d'homéopathie aux patients atteints d'hépatite virale ou infectés par le VIH. À Rennes, le CHP Saint-Grégoire réalise certains actes

### COMPLÉMENTAIRE OUI, ALTERNATIVE NON

**Arrêter de son propre chef ou à la demande d'un non-médecin un traitement médical pour le remplacer par un recours exclusif aux MAC peut se révéler dangereux. Au-delà de la réelle efficacité de la pratique choisie se pose en effet la question de son innocuité. Un traitement « naturel » n'est pas synonyme d'absence de danger. De nombreuses substances végétales, par exemple, sont extrêmement toxiques. Par ailleurs, l'arrêt d'un traitement médical peut retarder le rétablissement du patient qui le suivait, voire conduire à une issue dramatique.**

sous hypnose avec un recours limité à l'anesthésie classique, même si à tout moment il est possible de basculer sous anesthésie générale.

### ► **Des vertus limitées**

Pour autant, la communauté scientifique reste très mesurée quant aux vertus thérapeutiques réelles des MAC. La plupart des études concluent à l'absence d'effets de ces pratiques dans le traitement des maladies organiques, caractérisées par l'altération de cellules du corps humain. Plus favorables sont les conclusions relatives aux effets fonctionnels et de gestion de la douleur de certaines MAC. Dans son rapport du 5 mars 2013 sur la place des thérapies complémentaires parmi les ressources de soins, l'Académie nationale de médecine estime que l'acupuncture peut apporter un bénéfice, notamment « aux patients souffrant de lombalgie ou cervicalgie chroniques, de migraine ou céphalée de tension, d'arthrose des membres inférieurs », mais aussi « pour prévenir les nausées et vomissements induits par la chimiothérapie anticancéreuse ».

### ► **Le cas très intéressant de l'hypnose**

La grande majorité des nombreux travaux et essais cliniques sur l'hypnose, y compris des études de neuro-imagerie fonctionnelle, démontre ses réels effets bénéfiques, notamment dans la gestion des douleurs chroniques ou aiguës. L'hypnose médicale se base sur la capacité des êtres humains à atteindre un état de maîtrise et de contrôle de soi. Cette pratique ne propose donc pas de traiter la souffrance, mais d'en modifier sa perception. Pour cela, elle utilise la forte similitude dans le traitement, par notre cerveau, du « faire » et de l'« imaginer faire ». L'être humain n'est pas réductible à des composants physico-chimiques. Croyance, moral, liens affectifs influencent également son état de santé. Peut-être est-ce dans cette dimension que se trouve l'explication la plus plausible des bénéfices que de nombreux patients disent retirer du recours aux MAC. /

Professeur Daniel Bontoux,  
membre de l'Académie  
nationale de médecine



## “DEMANDEZ L'AVIS DE VOTRE MÉDECIN AVANT D'AVOIR RECOURS AUX MAC”

### *Comment expliquez-vous l'actuel engouement pour les médecines alternatives ?*

Une remarque préalable : je n'aime pas le terme de « médecine alternative ». Il suggère que les techniques concernées pourraient se substituer à la médecine scientifique conventionnelle, ce qui, dans la grande majorité des cas, est inconcevable. Je préfère le terme de « thérapie complémentaire » (TC), qui est d'ailleurs celui de l'OMS. L'engouement actuel s'inscrit dans un contexte de défiance à l'égard de la médecine conventionnelle, nourrie par l'affaire du Mediator ou les controverses sur les statines (pour traiter les hypercholestérolémies), par les échecs des médicaments pour venir à bout de certaines douleurs chroniques, et de ce fait par une attirance pour les traitements dits « naturels », avec, en outre, la séduction d'une approche prétendument holistique du patient, abordant la question de sa santé dans sa globalité.

### *Que faut-il penser de cette tendance ?*

En pratique, elle n'est pas gênante, à condition qu'on reste dans les limites de l'utilisation légitime de ces TC, c'est-à-dire dans le traitement des troubles fonctionnels, tels que douleurs, insomnie, anxiété. Quant à l'explication de leurs éventuels résultats, la tendance actuelle, qui s'appuie sur l'imagerie cérébrale fonctionnelle et la neurobiologie, est de considérer que ces techniques agissent partiellement sinon exclusivement, comme c'est le cas de l'effet placebo, par l'activation des centres cérébraux de contrôle par des stimuli cognitifs ou émotionnels.

### *Quelles précautions doit-on prendre avant de recourir aux MAC ?*

En parler avec son médecin. Le médecin traitant est la personne qui connaît son patient, qui le suit et est à son écoute. Il est le mieux à même de le conseiller, de le mettre en garde contre les dérives ou les allégations mensongères, contre les dangers éventuels, et de le diriger en cas de besoin vers un professionnel qualifié et fiable.



# 5 QUESTIONS SUR LA POLLUTION AUTOMOBILE

À CHAQUE PIC DE POLLUTION ATMOSPHÉRIQUE, L'AUTOMOBILE EST POINTÉE DU DOIGT. FACE AUX RISQUES POUR LA SANTÉ QUE REPRÉSENTENT SES ÉMISSIONS, LES CONSCIENCES S'ÉVEILLENT ET DES MESURES DE PLUS EN PLUS RADICALES SONT PRISES PAR LES GRANDES AGGLOMÉRATIONS. *ÉCHOS SANTÉ* DÉCRYPTE LE PHÉNOMÈNE.



## ► **Quelle est la part du trafic routier dans la pollution de l'air aux particules fines ?**

Si, à l'échelle de la France, le trafic routier n'est à l'origine que de 15% des particules fines d'un diamètre inférieur à 10 micromètres ( $PM_{10}$ ), derrière l'industrie (31%), le chauffage au bois (30%) et l'agriculture (20%), selon le Citepa<sup>(1)</sup>, il en va tout autrement dans les villes, où la circulation automobile est importante. Prenons le cas de Paris. Dans une étude portant sur les émissions de polluants atmosphériques et de gaz à effet de serre (GES) dans la capitale en 2010, Airparif, l'Observatoire de l'air en Île-de-France, relevait que le trafic routier était à l'origine de 56% des rejets de  $PM_{10}$ , loin devant le secteur résidentiel et tertiaire (24%), les chantiers et carrières (9%), l'industrie manufacturière (6%), le trafic ferroviaire et fluvial (4%) et le traitement des déchets (1%).

## ► **Quelle est la toxicité des polluants automobiles ?**

Les véhicules émettent quantité de polluants, dont la grande majorité est toxique. C'est le cas du monoxyde de carbone, qui

entrave l'absorption d'oxygène par le sang, des composés organiques volatils, dont certains peuvent être cancérogènes, et de l'ozone, très nocif pour le système respiratoire. Quant aux particules fines en suspension dans l'air émises principalement par les moteurs diesels, elles sont à l'origine de nombreuses allergies et maladies, telles que les bronchites chroniques, l'asthme, le cancer du poumon, l'accident vasculaire cérébral ou l'infarctus du myocarde. C'est pourquoi les  $PM_{10}$ , qui sont 6 à 8 fois plus petites que l'épaisseur d'un cheveu, et les  $PM_{2,5}$ , de la taille des bactéries, font l'objet d'un encadrement strict par les normes de qualité de l'air. Selon le Citepa, leur émission serait passée de 350 000 tonnes en 2000 à 250 000 tonnes en 2011. Pour autant, leur concentration dans l'air reste stable, et le dépassement de la valeur guide de l'OMS pour le  $PM_{2,5}$  observé par l'étude Aphekom conduite dans 25 villes européennes, dont 9 villes françaises (Bordeaux, Le Havre, Lille, Lyon, Marseille, Paris, Rouen, Strasbourg, Toulouse), se traduirait chaque année par 19 000 décès prématurés, dont 15 000 pour causes cardiovasculaires, et 31,5 milliards d'euros de dépenses de santé.

### ► Quelles sont les mesures prises par l'État ?

La loi portant engagement national pour l'environnement de 2010, dite loi « Grenelle 2 », et la loi de transition énergétique pour une croissance verte de 2015 visent à promouvoir les transports en commun et ceux faiblement émetteurs de GES. Les objectifs sont ambitieux : 1 500 km de nouvelles lignes de transports collectifs entre 2010 et 2020 (hors Île-de-France), 2 millions de véhicules électriques et hybrides en 2020 et 7 millions de points de recharge d'ici à 2030. On leur doit également l'indemnité kilométrique pour les vélos.

Par ailleurs, l'État a instauré en 2008 un bonus-malus écologique qui récompense les acquéreurs de voitures neuves émettant peu de CO<sub>2</sub> et pénalise les autres. En 2015, le bonus était compris entre 4 000 et 6 300 € pour les acquisitions de véhicules neufs électriques ou hybrides, tandis que le malus oscillait entre 150 et 8 000 €.

### ► Quelles sont les solutions adoptées par les grandes villes ?

La plus simple consiste à réduire la vitesse autorisée de 50 km/h à 30 km/h. À condition de ne pas boucher la circulation, cette « conduite apaisée » permet de diminuer la consommation de carburant en réduisant les accélérations et freinages brutaux. Elle incite aussi à se déplacer à pied ou en vélo pour les courtes distances.

Plus contraignante est l'interdiction des véhicules les plus polluants, pratiquée à Londres, Berlin et Paris, où les voitures antérieures à 1997 sont désormais bannies durant la semaine, tout comme les bus, cars et poids lourds d'avant 2001. Une mesure qui s'ajoute dans la capitale française à la piétonisation des voies sur berges et aux journées sans voitures (plus de 500 km de voies fermées lors de l'édition 2016).

Pour restreindre la circulation, Stockholm, Londres, Oslo ou Dublin vont encore plus loin, en instaurant un péage urbain pour accéder à leur centre-ville, y réduisant ainsi le trafic automobile de 15 à 20 %.

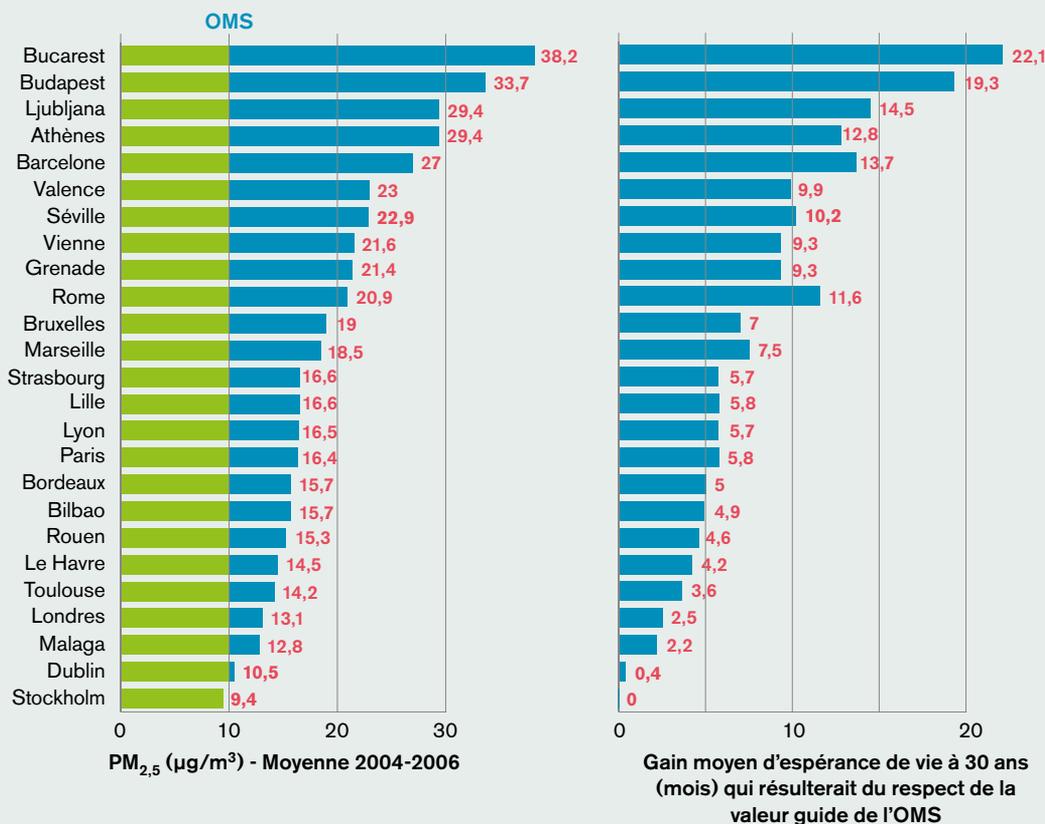
### ► Où en sont les progrès technologiques ?

Selon l'ADEME <sup>(2)</sup>, la consommation de carburant des voitures recule, atteignant 4,6 l/100 km pour les voitures particulières neuves en 2014, soit une diminution de 7,4 % par rapport à 2011. On le doit aux progrès technologiques réalisés par les constructeurs. Depuis 1993, les pots catalytiques ont permis de réduire les émissions de nitrates et d'ozone pour les véhicules à essence, de composés organiques volatils et de monoxyde de carbone pour les moteurs à essence et diesels. La mise en place de filtres à particules sur certains véhicules diesels permet par ailleurs de réduire les émissions de particules. /

(1) Centre interprofessionnel technique d'études de la pollution atmosphérique.

(2) Agence de l'environnement et de la maîtrise de l'énergie.

Gain moyen d'espérance de vie (mois) à l'âge de 30 ans dans les 25 villes du projet Aphekom si les niveaux moyens annuels de particules fines (PM<sub>2,5</sub>) étaient ramenés à 10 microgrammes par mètre cube (valeur guide préconisée par l'OMS)





## TIERS PAYANT GÉNÉRALISÉ CE QUI CHANGE

LA LOI DE MODERNISATION  
DE NOTRE SYSTÈME DE SANTÉ  
DU 26 JANVIER 2016 PRÉVOIT  
UNE GÉNÉRALISATION  
PROGRESSIVE DU TIERS PAYANT.  
EXPLICATIONS SUR CE QUI  
CHANGE POUR LES ASSURÉS  
SANTÉ ALLIANZ.

### UNE POSSIBILITÉ DE TIERS PAYANT OUVERTE À TOUS POUR LES SOINS « DE VILLE »

Le tiers payant permet au patient de ne pas avancer les frais liés à ses dépenses médicales. À partir du 1<sup>er</sup> janvier 2017, tous les professionnels de santé exerçant « en ville\* » auront la possibilité d'octroyer le tiers payant à tous leurs patients, sur la part remboursée par l'Assurance maladie obligatoire. La loi prévoit que cette possibilité devienne une obligation au 30 novembre 2017.

\* La médecine de « ville » correspond à tous les soins prodigués hors des établissements hospitaliers.

### UN TIERS PAYANT POSSIBLE ÉGALEMENT SUR LA PART REMBOURSÉE PAR ALLIANZ

Allianz vous propose également un service de tiers payant, en complément de celui de votre régime d'Assurance maladie obligatoire. Cela vous évite d'avancer les frais sur la part de vos dépenses médicales remboursée par votre complémentaire santé. Concrètement, chaque fois que votre contrat le prévoit et si le professionnel de santé l'accepte, Allianz règle directement votre professionnel de santé. C'est déjà le cas notamment en pharmacie, dans les laboratoires d'analyses médicales ou en cas d'hospitalisation.

### CE QUI CHANGE AU 1<sup>ER</sup> JANVIER 2017

À compter du 1<sup>er</sup> janvier 2017, Allianz élargit son service de tiers payant à l'ensemble des soins de ville, à condition que les professionnels de santé acceptent cette pratique. Les nouveaux domaines de santé concernés sont : les fournisseurs de dispositifs médicaux, les transporteurs sanitaires, les centres de santé, les sages-femmes, les médecins, ou encore des opticiens, chirurgiens-dentistes et audioprothésistes.

**À noter :** comme auparavant, tous les opticiens, chirurgiens-dentistes et audioprothésistes partenaires Santéclair, avec lesquels ont été négociés des tarifs préférentiels, s'engagent contractuellement à octroyer le tiers payant aux assurés santé Allianz.

### UNE CARTE TÉLÉCHARGEABLE DEPUIS L'ESPACE CLIENT OU DISPONIBLE SUR MON ALLIANZ MOBILE

Pour bénéficier du tiers payant, il suffit de présenter votre carte de tiers payant aux professionnels de santé, en même temps que votre carte Vitale. Elle leur indique les modalités de prise en charge en tiers payant de vos dépenses de santé. Vous avez reçu au mois de décembre une nouvelle attestation de tiers payant. Elle vous permet dès le mois de janvier 2017, si les garanties de votre contrat le permettent, de bénéficier du tiers payant auprès des nouvelles catégories de professionnels de santé. Elle est également disponible sur votre Espace Client et dans l'application Mon Allianz mobile. /

Pour en savoir plus sur le tiers payant, rendez-vous sur [www.allianz.fr/tierspayant](http://www.allianz.fr/tierspayant)



VOTRE ASSOCIATION DE PRÉVOYANCE SANTÉ (ADPS) REGROUPE LES ASSURÉS SANTÉ ET PRÉVOYANCE INDIVIDUELLE D'ALLIANZ. ELLE SOUTIEN T SES ADHÉRENTS EN DIFFICULTÉ (FONDS SOCIAL), DÉVELOPPE DES ACTIONS DE MÉCÉNAT SOCIAL (DONS AUX ASSOCIATIONS...) ET ENCOURAGE LA RECHERCHE EN FAVEUR DE LA PRÉSERVATION DE NOTRE CAPITAL SANTÉ.

# EuroNordicWalk, c'est reparti !

En 2017, l'ADPS sera à nouveau partenaire majeur de l'EuroNordicWalk, *plus grand rassemblement européen de marche nordique.*



## ► Une présence marquante de l'ADPS en 2016

En 2016, l'ADPS accueillait les sportifs sur son stand, mis aux couleurs de son nouveau logo. Des animations gratuites étaient proposées : un bilan nutritionnel et des tests de mémoire avec une psychomotricienne. Les visiteurs pouvaient également gagner des objets connectés en lien avec le sport. L'ADPS avait, par ailleurs, offert les droits d'inscription à de nombreux participants aux différentes marches organisées pendant ces trois jours.

## ► L'aventure continue en 2017

La 5<sup>e</sup> édition de l'EuroNordicWalk aura lieu les 9, 10 et 11 juin 2017 dans le Vercors. Et pour la troisième année consécutive, l'ADPS en sera le partenaire majeur.

À cette occasion, les droits d'inscription à certaines marches peuvent être offerts. Pour en savoir plus, il suffit de déposer une demande sur le site de l'ADPS [adps-sante.fr](http://adps-sante.fr) /

**C**onnaissiez-vous la marche nordique ? Venue de Finlande, cette marche dynamique permet de faire de l'exercice physique à tout âge, à son rythme et selon sa condition physique, en étant simplement muni de bâtons. Activité d'endurance par excellence, elle est recommandée par de nombreux médecins pour ses bienfaits sur la santé, notamment pour le cœur.

La marche nordique permet donc de « mieux vivre pour bien vieillir », ce qui a conduit l'ADPS à devenir, en 2015, le partenaire majeur de l'EuroNordicWalk, le plus grand rassemblement de marche nordique, organisé dans le Vercors.

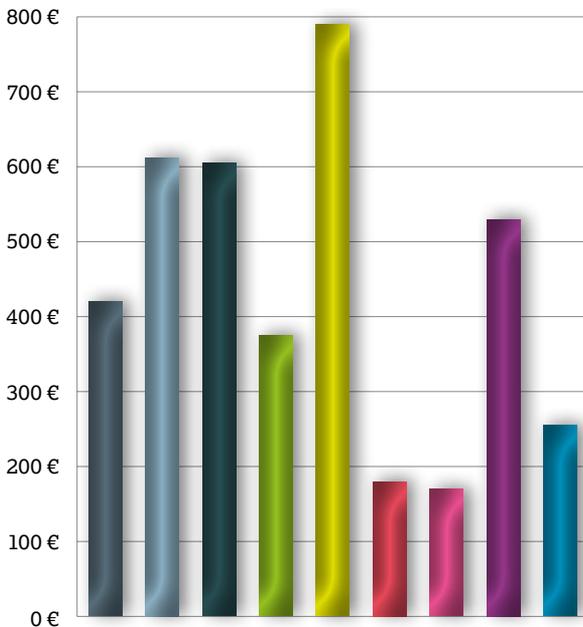
# L'ADPS AIDE SES ADHÉRENTS CONFRONTÉS À DES DÉPENSES DE SANTÉ IMPORTANTES

**L'une des vocations de l'ADPS est de soutenir ses adhérents en difficulté. Entre janvier et fin octobre 2016, elle a délivré de l'aide sociale en continu.**  
*Revue de détail.*

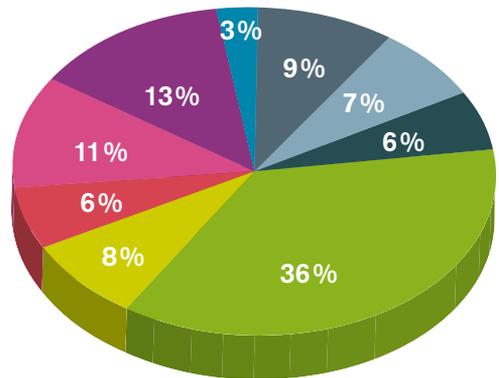
En plus de développer des actions de mécénat santé/social et d'encourager des initiatives en faveur de notre capital santé, l'ADPS soutient ses adhérents en difficulté, confrontés à un reste à charge important en matière de dépenses de santé.

Entre janvier et fin octobre 2016, l'ADPS a reçu pas moins de 824 demandes. Après examen des dossiers, elle a attribué un montant global de 180 000 € d'aides sociales. Ces dernières ont permis à leurs bénéficiaires d'alléger le reste à charge de certaines dépenses de santé pour, par exemple, des frais d'optique, la pose d'un appareil auditif, ou encore des soins dentaires.

Montant moyen d'aide accordée



Répartition par type d'aides sociales



- Aide financière obsèques
- Commission aide sociale
- Aide au paiement de la cotisation

- Dentaire
- Grand appareillage
- Hospitalisation

- Optique
- Prothèse auditive
- Prothèse capillaire

# Témoignages d'adhérents



*Un stage pour permettre à ma fille de s'alimenter par la bouche*

*Fabienne M. (Rhône-Alpes)*

## «Lorsqu'elle était bébé, ma fille semblait souffrir en buvant le biberon.

On lui a diagnostiqué une anorexie du nourrisson : un pli dans l'estomac provoquait une brûlure de l'œsophage, ce qui rendait douloureuse la prise d'aliments liquides ou solides. De 1 an à 3 ans et demi, nous l'avons donc nourrie par sonde nasale puis par gastrostomie. Cela lui a permis de prendre du poids, mais avec des douleurs importantes et des vomissements. Pour la sevrer de la sonde, nous l'avons emmenée faire un stage dans une clinique autrichienne auprès d'une équipe pluridisciplinaire. Pendant deux semaines, elle s'est alimentée progressivement par la bouche et a reçu les conseils de spécialistes. Ce stage n'était pas du tout remboursé par la Sécurité sociale. J'ai donc contacté l'ADPS, qui m'a octroyé une aide de 2500 €. Aujourd'hui, ma fille mange avec plaisir et fait l'acquisition de la parole. Elle est plus gaie et enjouée. »

*Aménager notre salle de bains pour y accéder en fauteuil roulant*

*Anne R. (Midi-Pyrénées)*



“ **E**n 2015, mon mari et moi avons fait l'acquisition d'une maison dans laquelle nous avons découvert de nombreuses malfaçons. Il nous fallait refaire toute l'électricité, la plomberie, les portes et fenêtres, etc. Comme ces travaux n'avaient pas tous été prévus sur le plan budgétaire, nous avons dû solliciter un crédit auprès des banques, qui nous l'ont toutes refusé en raison de nos problèmes de santé. Je souffre en effet du dos, avec un risque de paralysie ; mon mari rencontre des problèmes de santé depuis une erreur chirurgicale ; et ma fille a une maladie orpheline qui occasionne de nombreux séjours à l'hôpital. Nous nous sommes donc tournés vers l'ADPS. La commission sociale nous a accordé la somme de 1 500 €. Cette aide nous a permis d'aménager notre salle de bains, afin de pouvoir y accéder en fauteuil roulant. »

## Comment faire une demande d'aide sociale à votre ADPS ?

Si vous êtes souscripteur d'un contrat santé ou prévoyance Allianz et que vous êtes adhérent de l'ADPS depuis plus d'un an, vous pouvez adresser une demande d'aide sociale accompagnée de pièces justificatives\* au :

**Secrétariat Général ADPS / Fonds Social**  
**Case Courrier 1932**  
**Tour Neptune**  
**20, place de Seine**  
**92086 Paris La Défense Cedex**

e-mail : [adps@allianz.fr](mailto:adps@allianz.fr)  
 Pour plus de renseignements :  
[www.adps-sante.fr](http://www.adps-sante.fr)

### \* DOCUMENTS À FOURNIR :

- un courrier expliquant les difficultés rencontrées (en indiquant le n° de contrat santé),
- la photocopie du dernier avis d'imposition,
- un Relevé d'Identité Bancaire,
- en cas de reste à charge sur des dépenses de santé, une facture acquittée ou, à défaut, un devis (dans ce cas, l'aide peut être accordée mais ne sera versée que sur présentation de la facture acquittée).
- **IMPORTANT** : avant d'engager une dépense en audioprothèse, en prothèse dentaire ou en optique, nous vous conseillons vivement de faire établir un devis par Santclair et de nous l'adresser.

### LE SAVIEZ-VOUS ?

► Pour bénéficier de soins de qualité à tarifs préférentiels, pensez aux professionnels partenaires de Santclair (opticiens, dentistes, audioprothésistes...).

Vous trouverez les coordonnées de ces professionnels dans votre Espace Client sur [www.allianz.fr](http://www.allianz.fr) ou en appelant le **0970 809 815** (appel non surtaxé).

# LA RÉFORME DES CONTRATS responsables



**AVEC LA RÉFORME DES CONTRATS RESPONSABLES ENTRÉE EN VIGUEUR EN 2015, LES REMBOURSEMENTS SANTÉ DES ORGANISMES COMPLÉMENTAIRES ONT ÉTÉ ENCADRÉS. LE POINT SUR SES CONSÉQUENCES CONCRÈTES.**

## Les principales évolutions sur les garanties

CONCERNANT...	LES CONTRATS SANTÉ RESPONSABLES DOIVENT PRENDRE EN CHARGE...	
<b>Ticket modérateur (TM)</b>	La totalité du TM sur tous les postes garantis*	
<b>Dépassement honoraires</b>	Au maximum 100 % du tarif conventionné (BR) pour les médecins non adhérents au contrat d'accès aux soins (pas de plafonnement pour les médecins adhérents au contrat d'accès aux soins)**	
<b>Forfait journalier hospitalier</b>	La totalité du forfait hospitalier sans limitation de durée, quel que soit le domaine	
<b>Optique</b>	Le remboursement d'une paire de lunettes tous les deux ans au maximum***	
	Minima	Maxima
	2 verres simples	470 €
2 verres complexes	200 €	750 €
2 verres très complexes	200 €	850 €
Lentilles	TM	
	Avec remboursement de la monture plafonné à 150 €	

\* À l'exception des cures thermales, des médicaments remboursés à 15 % et 30 % et de l'homéopathie

\*\* Information disponible auprès du praticien ou sur [ameli-direct.fr](http://ameli-direct.fr)

\*\*\* Sauf pour les mineurs et en cas de changement de défaut de vision pour les majeurs (prise en charge minimale au TM chaque année)

## EXEMPLES avant / après

> d'une pose de prothèse du genou par un médecin non adhérent au contrat d'accès aux soins

Coût de l'opération : 1 600 €  
Remboursement Sécurité sociale : 100% de la base de remboursement car il s'agit d'un acte technique facturé plus de 120 € (hors ticket modérateur forfaitaire de 18€, non pris en charge)

AVANT LA RÉFORME	APRÈS LA RÉFORME
Remboursement Sécurité sociale : <b>555 € - 18 € = 537 €</b>	Remboursement Sécurité sociale : <b>555 € - 18 € = 537 €* </b>
Remboursement complémentaire santé : <b>NON PLAFONNÉ</b>	Remboursement complémentaire santé : <ul style="list-style-type: none"> <li>• Remboursement minimal = 18€ (ticket modérateur)</li> <li>• Remboursement maximal = 2 X base de remboursement Sécurité sociale = 2 X 555€ - 537€ = 573€</li> </ul>
Reste à charge pour l'assuré : de 0€ à 1 063€ selon les garanties souscrites	Reste à charge pour l'assuré : de 490€ à 1 045€ selon les garanties souscrites

À NOTER : en vous rendant dans l'un des établissements partenaires de Santclair pour votre opération de chirurgie orthopédique\*, vous n'avez pas d'avance de frais ni de reste à charge !

Plus d'informations dans votre Espace Client sur [allianz.fr](http://allianz.fr)

\* Pose de prothèse de hanche ou du genou, chirurgie des ligaments ou du ménisque.

> d'une consultation chez un spécialiste à honoraires libres du secteur 2, non adhérent au contrat d'accès aux soins

Coût de la consultation = 60 €

AVANT LA RÉFORME	APRÈS LA RÉFORME
Base de remboursement = 23€	Plafonnement des remboursements : 200 % de la base de remboursement de la Sécurité sociale
Remboursement Sécurité sociale = 15,10€	Remboursement maximal : 45€ (200 % X 23€ - 1€ participation forfaitaire)
= 70 % X 23€ - 1€ de participation forfaitaire	
Reste à charge pour l'assuré : de 1€ à 44,90€ selon garanties souscrites	Reste à charge pour l'assuré : 15 € au minimum