

Mutame essentiel

VOTRE REVUE QUADRIMESTRIELLE D'ACTUALITÉS SANTÉ ET PRÉVENTION - **MAI 2025**

Systeme de soin

Désinsertion professionnelle:
l'importance de la prévention

Prévention

Qu'est-ce que
le prédiabète ?

Actualités régionales

Bien-être

Les règles d'or
d'un cœur
en bonne santé



© Adobe stock

ÉCOUTER VOIR
OPTIQUE & AUDITION MUTUALISTES

**C'est le retour
des beaux jours,
mais pas que.
De notre offre
solaire aussi.**

OFFRE SOLAIRE

**VERRES
À VOTRE VUE
OFFERTS***
pour l'achat
d'une monture
solaire.



Retrouvez plus d'informations et les coordonnées de nos magasins sur ecoutervoir.fr

* Pour tout achat d'une monture solaire d'un montant minimal de 65 € TTC, bénéficiez d'une mise à la vue offerte avec 2 verres organiques unifocaux ou progressifs 1.5 teintés durcis pour une correction comprise dans la limite de sphère -6/+4 cyl.2 Add +0.75/3.50. Offre valable dans tous les magasins d'optique Ecouter Voir du 1^{er} avril au 31 décembre 2025 sur présentation d'une ordonnance en cours de validité prescrivant une correction dans cette limite de sphère. Offre non cumulable avec d'autres offres, promotions ou avantages conventionnels. Ce dispositif médical est un produit de santé réglementé qui porte, au titre de cette réglementation, le marquage CE. Demandez conseil à votre opticien. Crédit photo : Julien Attard. Photos non contractuelles. Visaudio SAS - RCS Paris 492 361 597 au capital social variable - 123 Bld de Grenelle, 75015 PARIS. Points de vente relevant du code de la Mutualité. Avril 2025.

4 Actualités Régionales

- **Vacances à l'étranger** : êtes-vous bien couvert(e) en cas d'imprévu ?
- **Assemblée Générale 2025** : Participez à la vie démocratique de votre Mutuelle !
- **Forte hausse des dépenses optiques** : Mutame Savoie Mont-Blanc répond présente
- **Vous avez un projet immobilier ?** Mutame Savoie Mont-Blanc vous ouvre les portes du financement... sans les frais cachés
- **Protégez l'avenir des vôtres** en toute sérénité
- **Prenez soin de vous**, en ligne !

8 Bien-être

- Les règles d'or **d'un cœur en bonne santé**

10 Entretien

- **Pr Yves Lévi**

12 Système de soin

- **Désinsertion professionnelle** : l'importance de la prévention

14 Vie pratique

- **Le club des six**, des lieux de vie adaptés

16 Prévention

- Qu'est-ce que **le prédiabète** ?

18 Les chiffres

19 Brèves

Retrouvez Mutame sur les Réseaux sociaux



Mutame Essentiel - Pages spéciales régionales • Mai 2025 - N° 98 - ISSN : 1297-4005 • **Directeur de la publication** : Commission de communication • **Directeur de la rédaction** : Commission de communication • **MUTAME SAVOIE MONT-BLANC** - 55 rue Val Vert - BP 101 - 74600 Seynod

Magazine quadrimestriel édité par Mutame • Mutualité des agents territoriaux et membres extérieurs • **Directeur de la publication** : Claude Tajan • **Responsable de la rédaction** : Lara Supiot • **Articles** : Mutame, Mutuelles, CIEM - France Mutualité, Mutweb, Libre Service Presse • **Crédits photos** : Ciem, Shutterstock, AdobeStock • **Couverture** : © AdobeStock • **Conception et réalisation** : Nouveau regard - Caen • **Impression et routage** : PRN - ZI Ouest - 28 rue du Poirier - BP 90180 - 14 652 Carpiquet • **Tirage** : 43 et 45 000 exemplaires - **Dépôt légal** : à parution - Contrat Publissimo n°17033 • **N° ISSN Édition nationale** : 1763-6574 • **N° ISSN Édition locale** : précisé sur les pages spéciales régionales jointes • Union Mutame - 63, boulevard de Strasbourg - 75010 Paris • Union régie par le livre I du code de la mutualité • SIREN N° 784 854 499 • Toute correspondance doit être adressée à : Mutame - 63, boulevard de Strasbourg - 75010 Paris • © Toute représentation ou reproduction intégrale ou partielle, faite sans le consentement de l'auteur ou de ses ayants droit ou ayants cause, est illicite (art. L. 122-4 du code de la propriété intellectuelle). Toute copie doit avoir l'accord du Centre français d'exploitation du droit de copie, (20, rue des Grands Augustins - 75006 Paris).



Vers une Protection Sociale Complémentaire moins protectrice et plus privatisée...

Depuis le 1^{er} mars, les agents territoriaux perçoivent 90 % de leur rémunération en cas d'arrêt maladie ordinaire pendant les trois premiers mois, contre 100 % auparavant.

Ce recul marque la fin d'un socle protecteur fort et renforce la nécessité, pour chaque agent, de se prémunir individuellement face aux aléas de santé.

Comprendre les transformations en cours

Notre système de protection sociale évolue. Et pas toujours dans le bon sens. Depuis plusieurs années, on constate une réduction progressive de la couverture assurée par l'Assurance Maladie.

Le désengagement de l'État

Les signaux sont clairs :

- Baisse des remboursements sur les lunettes, prothèses dentaires ou auditives,
 - Déremboursement de médicaments jugés peu efficaces.
- Résultat : le reste à charge augmente, et les complémentaires santé doivent compenser, entraînant une hausse des cotisations.

Le poids croissant des complémentaires

Aujourd'hui, les complémentaires financent près de 15 % des dépenses de santé en France.

Ce glissement vers une logique assurantielle privée fragilise les plus modestes et conditionne l'accès aux soins à la capacité de s'assurer.

Une mise en concurrence généralisée

La généralisation de la tarification à l'activité (T2A) et la multiplication des structures privées introduisent une concurrence directe entre établissements publics et privés. De plus, la médecine de ville se développe largement au sein de structures privées (cliniques, centres de santé commerciaux, cabinets de groupe), instaurant une compétition directe dans l'offre de soins, accentuant les inégalités.

La conséquence est simple :

- Une hausse des coûts de soins
- Un accès inégal aux soins
- Un renoncement accru aux soins

Défendre un modèle solidaire

Dans ce contexte, Mutame Savoie Mont-Blanc agit :

- en proposant des garanties solidaires, durables et adaptées,
- en accompagnant les collectivités dans une protection responsable et équitable,
- en défendant les valeurs du mutualisme : solidarité, non-lucrativité, proximité.

Plus que jamais, il est essentiel de remettre la mutualisation au cœur de la protection sociale, pour que chaque agent territorial ait un accès digne à la santé.

Le Président du Conseil d'Administration,
Florian GODOT

Vacances

Vacances à l'étranger: êtes-vous bien couvert(e) en cas d'imprévu ?

Avant de boucler vos valises, posez-vous la bonne question: que se passe-t-il si vous tombez malade ou êtes hospitalisé(e) à l'étranger ?

Avec Mutame Savoie Mont-Blanc, partez l'esprit léger: votre mutuelle vous accompagne même au-delà des frontières !

Une protection complète pendant vos voyages privés (moins de 31 jours)

Que ce soit pour un séjour détente ou une aventure à l'autre bout du monde, un incident de santé peut vite tout compliquer. Grâce à votre garantie d'assistance, vous bénéficiez de services essentiels pour faire face sereinement à l'imprévu:

En cas d'hospitalisation: un accompagnement humain et médical
Des médecins de l'Assistance sont disponibles pour:

- Échanger avec les professionnels de santé sur place,
- Vous conseiller sur les démarches thérapeutiques,
- Soutenir vos proches à distance.

Un véritable lien entre vous, l'hôpital local et votre famille.

Frais médicaux pris en charge: pas d'avance coûteuse à prévoir

- Avance immédiate des frais d'hospitalisation jusqu'à 4 600€ TTC.
- Remboursement complémentaire des frais médicaux restant à votre charge (après remboursements de la Sécurité sociale, de la mutuelle ou d'un autre organisme), jusqu'à 4 600€ TTC également.

Une sécurité financière essentielle pour éviter les mauvaises surprises à l'étranger.

Besoin d'une attestation de voyage ?



Avant de partir, pensez à demander votre attestation d'assistance médicale ! Scannez simplement le QR code ci-dessous pour l'obtenir en quelques clics.

⇒ **Assemblée Générale 2025**

Participez à la vie démocratique de votre Mutuelle !



Chers adhérents, Chères adhérentes,
Nous avons le plaisir de vous convier à l'Assemblée Générale annuelle de votre Mutuelle Mutame Savoie Mont-Blanc, un rendez-vous essentiel pour vous informer, vous exprimer et faire entendre votre voix.

- Lundi 16 juin 2025
- À partir de 17h30
- Centre des Pensières
55 route d'Annecy
74290 Veyrier-du-Lac

→ **Pourquoi venir à l'Assemblée Générale ?**

L'Assemblée Générale est un moment fort de la vie de votre Mutuelle. Elle vous permet de:

- Découvrir les grands projets et les résultats de l'année écoulée
- Comprendre les enjeux qui concernent votre protection santé et prévoyance
- Participer aux votes des résolutions importantes

→ **Un fonctionnement démocratique, ouvert à tous**

En tant qu'adhérent(e), vous avez un droit de parole et de vote:

- Vous pouvez poser vos questions en direct, le jour de l'Assemblée
 - Ou nous les transmettre par écrit avant la réunion
- La Mutuelle, c'est vous qui la faites vivre !

→ **Un moment convivial à partager**

L'Assemblée sera suivie d'un buffet, l'occasion d'échanger en toute simplicité avec les administrateurs(trices), les équipes et d'autres adhérent(e)s.

→ **Comment s'inscrire ?**

La participation est gratuite, mais l'inscription est obligatoire pour des raisons d'organisation.

Par courrier:
Mutame Savoie Mont-Blanc
55 rue du Val Vert
74600 ANNECY
Par email: ag@mutame74.com

Nous comptons sur votre présence !

Plus vous êtes nombreux(ses), plus la démocratie mutualiste prend tout son sens.

⇒ *Prévention*

Forte hausse des dépenses optiques : Mutame Savoie Mont-Blanc répond présente

Depuis plusieurs années, les besoins en optique de nos adhérent(e)s ne cessent de croître. Entre 2020 et 2025, les prestations optiques versées par la mutuelle ont bondi de près de 54 %.

→ Une augmentation marquée en optique de classe B

Dans le détail, c'est surtout l'optique de classe B - c'est-à-dire les équipements hors panier 100 % Santé - qui a connu une flambée. Depuis 2020, les remboursements de cette catégorie ont augmenté de 52 %. Une tendance qui s'explique notamment par le déploiement du dispositif 100 % Santé, qui a permis à de nombreux assurés de renouveler leurs équipements... entraînant mécaniquement une hausse significative des dépenses.

→ Optique Classe A, classe B... quelle différence ?

- **Optique Classe A (100 % Santé) :** équipements avec un tarif cadré et réglementé entièrement pris en charge par la Sécurité sociale et la mutuelle. Aucune dépense à votre charge.
- **Optique Classe B :** équipements plus variés (design, marques, options personnalisées), remboursés partiellement selon votre contrat, avec un reste à charge possible.

→ Une augmentation qui traduit un besoin réel

Cette progression des dépenses ne doit pas être perçue comme une charge, mais comme le reflet d'un besoin bien réel chez nos adhérent(e)s : celui de s'équiper correctement pour préserver leur santé visuelle.



Alors, comment Mutame Savoie Mont-Blanc a-t-elle choisi de répondre à ce besoin croissant ?

Une réponse concrète : un partenariat utile et solidaire

Pour accompagner ses adhérent(e)s, Mutame Savoie Mont-Blanc a noué un partenariat avec l'Union des Mutuelles de France Mont-Blanc (UMFMB), permettant de mettre en place une aide financière complémentaire, accessible à tous les bénéficiaires et à leurs ayants droit.

Concrètement :

- 50 € supplémentaires pour l'achat de lunettes correctrices
- 200 € supplémentaires pour l'achat de deux appareils auditifs

Ces aides viennent en complément des remboursements classiques, ce qui constitue un vrai coup de pouce.

Plus de 200 chèques optique attribués en 2024

Cette initiative a déjà porté ses fruits : plus de 200 chèques optiques ont été délivrés en 2024. Cela signifie que plus de 200 adhérent(e)s ont pu bénéficier de ce soutien pour s'équiper dans de bonnes conditions.

Une offre prolongée pour 2025

Bonne nouvelle : cette aide exceptionnelle est maintenue jusqu'au 31 décembre 2025. Elle reste accessible à tous les adhérent(e)s et leurs ayants droit.

» Pour plus d'informations, parlez-en avec votre conseiller au 04 50 33 11 36 ou à contact@mutame74.com

Partagez votre expérience avec nous !

Vous avez bénéficié de cette aide ?

Vous souhaitez témoigner de son impact ?

Faites-nous part de votre expérience pour une future mise en lumière sur nos réseaux sociaux. Votre retour pourra inspirer d'autres adhérents à en profiter !

⇒ Immobilier

Vous avez un projet immobilier ?

Mutame Savoie Mont-Blanc vous ouvre les portes du financement... sans les frais cachés. Acheter un appartement ? Construire une maison ? Rénover ou investir dans du locatif ?

Quel que soit votre projet immobilier, une étape cruciale vous attend : l'obtention d'un prêt. Et souvent, votre banque exige une garantie... qui peut vite vous coûter cher.

Mais bonne nouvelle : en tant qu'adhérent(e) santé de Mutame Savoie Mont-Blanc, vous pouvez bénéficier d'une caution solidaire gratuite pour faciliter votre emprunt.

→ Une économie immédiate sur votre prêt immobilier

Avec notre caution solidaire gratuite, vous évitez :

- Les frais d'hypothèque ou de caution bancaire (généralement entre 1 000 € et 1 500 € par tranche de 100 000 € empruntés),
- Les frais de mainlevée d'hypothèque en cas de revente de votre bien.

Jusqu'à 900 000 € de prêt peuvent ainsi être garantis, sur une durée maximale de 30 ans.

→ Qui peut en bénéficier ?

Vous êtes éligible à cette garantie si vous remplissez ces 3 conditions :

- Vous êtes adhérent(e) santé chez Mutame Savoie Mont-Blanc,
- Vous avez moins de 65 ans,
- Vous souscrivez une assurance emprunteur couvrant le décès, l'incapacité de travail et l'invalidité.

La caution est accordée après agrément de notre mutuelle et de MFPrécaution.

→ Protégez votre prêt avec Mut'Assurance Emprunteur

En complément, Mutame Savoie Mont-Blanc vous propose une assurance emprunteur compétitive, diffusée avec notre partenaire mutualiste MGP.

Pourquoi choisir Mut'Assurance Emprunteur ?

- Pas de questionnaire médical si vous êtes déjà couvert(e) en prévoyance maintien de salaire ;

- Indemnisation en cas d'incapacité temporaire de travail, même sans perte de revenu ;
- Prise en charge de l'invalidité dès la 1^{re} catégorie ;
- Cotisations ajustées chaque année selon le capital restant dû.

N'oubliez pas : les lois Lagarde et Hamon vous permettent de choisir librement votre assurance emprunteur.

Alors, pourquoi payer plus pour moins ?

→ Parlons de votre projet

Vous avez un projet en tête ? Vous souhaitez faire un point précis sur votre situation et vos options ?

Contactez dès aujourd'hui Tarik MASTOUR, votre conseiller dédié :

- 04 50 33 11 43 (ligne directe)
- t.mastour@mutame74.com

Le bon réflexe pour votre prêt : Mutame Savoie Mont-Blanc, en tant que mutuelle ancrée en Haute-Savoie et engagée auprès des agents territoriaux, nous mettons tout en œuvre pour faciliter vos projets de vie, en vous accompagnant avec des solutions solitaires, simples et avantageuses.

⇒ Prévoyance

Protégez l'avenir des vôtres en toute sérénité

Parce que la vie est faite d'imprévis, Mutame Savoie Mont-Blanc s'engage à vos côtés pour vous offrir des solutions concrètes et accessibles de prévoyance.

En tant qu'agent territorial, vous méritez une protection à la hauteur de votre engagement quotidien. Découvrez nos garanties pensées pour vous... et pour ceux qui comptent le plus : vos proches.

→ Mut'Obsèques+ : soulagez vos proches des frais funéraires

Le coût moyen des obsèques en France dépasse les 4 000 € et ne cesse d'augmenter. Avec Mut'Obsèques+, vous anticipez ces dépenses et gardez à vos proches une

aide financière immédiate pour traverser cette épreuve plus sereinement.

Une allocation versée rapidement, sans formalités complexes, pour préserver vos proches de charges lourdes et inattendues.

→ Mut'Dépendance : préserver votre autonomie... et votre patrimoine

La dépendance peut bouleverser une vie. Grâce à Mut'Dépendance, vous bénéficiez de ressources complémentaires pour faire

face aux besoins spécifiques liés à la perte d'autonomie :

- Aménagement du domicile
- Aide à domicile
- Soutien aux aidants
- Préservation du patrimoine familial

Une solution pour conserver votre dignité et préserver l'équilibre financier de vos proches.

→ Mut'Accident+ : une protection immédiate pour toute la famille

Un accident est vite arrivé... et ses conséquences peuvent être lourdes. Avec Mut'Accident+, vous bénéficiez d'une indemnisation forfaitaire couvrant :

- Les frais médicaux et paramédicaux non remboursés

- Les préjudices corporels subis
 - La perte de revenus éventuelle
- C'est une sécurité indispensable pour faire face sans stress à ces situations.

→ Hospit365 : votre alliée en cas d'hospitalisation

Une hospitalisation entraîne souvent des frais non pris en charge par la Sécurité sociale ou la mutuelle santé de base :

Chambre individuelle, garde d'enfants, transports, dépassements d'honoraires...

Avec Hospit365, vous recevez une allocation journalière pour compenser ces coûts et vous concentrer sur l'essentiel : votre rétablissement.

À découvrir dès maintenant sur notre site !

Toutes ces garanties sont détaillées sur notre site internet. Accédez-y en un clic pour en savoir plus et demander un devis gratuit : www.mutame74.com

Mutame Savoie Mont-Blanc, la prévoyance pensée pour les agents territoriaux... et ceux qui leur sont chers. Protégez aujourd'hui ce qui compte le plus pour demain.

⇒ Connexion

Rencontres Santé en ligne

→ Prenez soin de vous, en ligne !

Des rencontres santé accessibles, utiles et bienveillantes

Parce que votre santé mérite toute notre attention, Mutame Savoie Mont-Blanc s'associe à la Mutualité française Auvergne Rhône-Alpes pour vous proposer des rencontres santé en ligne, gratuites et ouvertes à tous les agents territoriaux.

Animées par des experts, ces rencontres vous permettront d'acquérir des connaissances pratiques, d'échanger librement et de prendre soin de vous au quotidien, le tout depuis chez vous.

→ Santé environnementale : protégez-vous au quotidien

1^{er} juillet & 7 novembre : La famille des 7 perturbateurs endocriniens

- Mieux comprendre l'impact des substances invisibles qui perturbent notre santé hormonale ;
- Apprendre à repérer et remplacer les produits à risques par des alternatives plus saines.

→ Nutrition & équilibre alimentaire : devenez un consomm'acteur

30 septembre & 4 décembre : Lecture des étiquettes alimentaires

- Décoder les emballages pour mieux manger ;

- Revoir les bases de l'équilibre alimentaire pour faire les bons choix chaque jour.

→ Cœur de femmes : une santé cardio à surveiller de près

18 & 25 septembre, 2, 9 & 16 octobre : Une série d'ateliers pour :

- Informer sur les spécificités féminines face aux maladies cardio-vasculaires ;
- Apprendre à mieux gérer stress, alimentation et activité physique.

→ Santé mentale : cultivez votre équilibre intérieur

10 juin & 18 novembre : Cultiver sa santé mentale

- Mieux comprendre les stressors du quotidien ;
- Expérimenter des clés pour renforcer sa résilience et préserver son bien-être.

→ Un bon sommeil, pour une bonne santé

9 juillet & 16 décembre : (Ré)conforter son sommeil

- Mieux dormir en comprenant les mécanismes du sommeil ;
- Mettre en place des routines favorables à un sommeil réparateur.

Inscription simple et rapide

Flashez le QR code ci-dessous pour découvrir le programme et vous inscrire :



À retenir :

Ces rencontres santé en ligne sont une opportunité unique d'investir dans votre bien-être, à votre rythme et en toute simplicité. Que vous soyez en quête d'information, de conseils ou de solutions concrètes, nous sommes là pour vous accompagner.

Les règles d'or d'un cœur en bonne santé

Vieillir avec un cœur sain, c'est possible. Encore faut-il pour cela le préserver en évitant les éléments nocifs et en adoptant une hygiène de vie protectrice. Les conseils d'un spécialiste du cœur.

— Anne-Sophie Glover-Bondeau



« Le cœur vieillit à l'instar de tous les autres organes, mais à une vitesse assez différente selon plusieurs paramètres », introduit le Dr Alain Vadeboncoeur, médecin urgentologue, ancien chef des urgences à l'Institut de cardiologie de Montréal*. Le cœur est, en effet, un organe sensible à nos comportements à protéger tout au long de sa vie. « Un certain nombre de maladies cardiaques sont dues à la présence de plusieurs gènes défavorables. Les bases de la prévention vont consister à empêcher d'agir ces gènes nuisibles et à activer les gènes de protection », explique-t-il. Les bonnes habitudes de vie peuvent ainsi contrecarrer des facteurs de risque cardiaque génétiques.

→ Les ennemis du cœur

Les maladies cardiovasculaires sont favorisées par un certain nombre de facteurs de risque dont beaucoup sont évitables ou traitables. Et ils s'additionnent l'un l'autre. « Le tabagisme est ce qui nuit le plus à notre cœur », indique le médecin. Fumer est ainsi le plus grand facteur de risque de l'athérosclérose, maladie artérielle chronique caractérisée par des dépôts de lipides dans les artères (les plaques d'athérome) qui se calcifient, grossissent progressivement et réduisent le diamètre des artères conduisant à des accidents cardiovasculaires. Autres facteurs de risque de maladies cardiaques : le diabète de type II, l'hypertension artérielle (HTA) et l'excès de cholestérol. Le surpoids et la sédentarité nuisent aussi à notre cœur. « Une consommation d'alcool excessive est également toxique pour le muscle cardiaque », ajoute notre expert.

→ Activité physique : un des piliers de la prévention cardiaque

À l'inverse, il existe des facteurs protecteurs du cœur, de façon directe, notamment en entretenant la souplesse du muscle cardiaque et indirecte, en limitant les facteurs de risque liés au surpoids et à la sédentarité. « Déjà, globalement, toute activité physique, quelles que soient sa durée et son intensité, est bénéfique et offre une prévention importante », informe le Dr Vadeboncoeur. Il précise que pour augmenter les gains de cette activité, elle doit être au moins modérée et pratiquée 150 minutes et plus par semaine. « Les exercices aérobiques sont ceux qui font le plus travailler le cœur », précise-t-il. Des exemples ? La marche rapide et la course à

ped, le cyclisme ou la natation. Bouger permet aussi de stabiliser son poids voire perdre quelques kilos si besoin, diminuer le taux de « mauvais » cholestérol, lutter contre le diabète et réduire la pression artérielle. Il faudrait idéalement y ajouter un peu de musculation. « Il est montré que l'entraînement musculaire contre résistance durant 30 minutes 2 fois par semaine est un facteur de prévention grâce à des protéines émises par les muscles qui protègent des maladies cardiaques », explique le spécialiste.

→ Diète méditerranéenne et lutte contre le stress

Parmi les autres piliers de la prévention cardiaque, l'alimentation tient une place essentielle. « La diète méditerranéenne, riche en végétaux, poissons et huile d'olive extra-vierge, est celle qui est la plus favorable à la bonne santé cardiovasculaire », enseigne le Dr Vadeboncoeur. S'occuper de sa santé mentale est aussi indispensable. « Les facteurs psychologiques (stress, dépression, anxiété) ont un effet néfaste de mieux en mieux connu sur la santé cardiovasculaire. Ils augmentent l'inflammation de l'organisme ce qui active les gènes défavorables. » Pour lutter contre le stress et l'anxiété, la relaxation, le yoga ou le Taï-Chi peuvent être une aide précieuse.

*Auteur de *Cœurs du premier au dernier battement*, les Éditions de l'homme, 2023



Le contact avec la nature bénéfique pour le cœur

De plus en plus d'études démontrent que le contact avec la nature est un facteur de prévention des maladies cardiaques. Beaucoup de paramètres entrent en jeu mais c'est très certainement lié au fait que l'immersion dans la nature réduit le stress et l'anxiété, ce qui a pour effet de diminuer la pression artérielle et le taux de cortisol (hormone du stress).



© M. C. Lévi

Yves Lévi est professeur émérite en santé publique et santé environnementale à l'Université Paris-Saclay et membre des Académies nationales de médecine, de pharmacie et des technologies. La Fondation de l'Académie de médecine, dont il est vice-président, a publié en janvier 2024 le livre blanc « Pollution chimique de l'environnement et santé publique : exposome et prévention », accompagné d'un glossaire, pour sensibiliser le grand public et les décideurs à ce sujet d'importance.

— Léa Vandeputte

Pr Yves Lévi : « La chimie moderne a permis des réalisations extraordinaires mais en contrepartie, la planète est aujourd'hui largement polluée ».

« Où trouve-t-on des polluants chimiques dans notre environnement ? »

Ces polluants sont partout : dans l'eau, les aliments, l'air et dans beaucoup d'objets du quotidien. La chimie moderne a permis des réalisations extraordinaires contribuant à augmenter notre espérance de vie – des nouveaux produits, des nouveaux matériaux, des nouveaux médicaments... aux bienfaits indéniables – mais, en contrepartie, la planète est aujourd'hui largement polluée. Que l'on aille au pôle Nord ou dans les océans, il y a de la pollution chimique partout.

De plus, les niveaux atteints et la diversité de la pollution sont très importants, ce qui affecte notre santé et celle de l'environnement. En 2001 déjà, la Convention de Stockholm sur les polluants organiques persistants (POP) a considéré que nous avions atteint un niveau inacceptable et a donc commencé à en interdire. Mais le processus est trop long et complexe.

« Pourquoi est-ce aussi long ? »

Les négociations ont lieu à l'échelle mondiale et, évidemment, tous les lobbies chimiques agissent pour empêcher ou limiter ces interdictions. D'autant que ces sujets mettent énormément de temps à devenir public. D'abord, ce sont des scientifiques qui découvrent la présence d'un polluant, volontairement ou par hasard. Ensuite, d'autres laboratoires la confirment dans le monde et, des congrès scientifiques s'organisent pour comparer les résultats. Les années passent et les rapports sont publiés. Tout cela reste trop souvent discret, jusqu'à ce que les médias s'en emparent ce qui

conduit à une information des citoyens et donc une motivation des décideurs politiques et industriels. Aujourd'hui, la grave situation de la pollution par les PFAS, les *per* et *polyfluoroalkylés* ou « polluants éternels » est beaucoup décrite à juste titre. Mais cela fait plus de 20 ans que les scientifiques ont découvert leur importante présence dans certaines rivières en Allemagne.

Alors bien sûr, il ne faut pas s'affoler mais plutôt prendre conscience que le développement mondial depuis les années 1950 a très logiquement amené une pollution générale de l'environnement et agir vite pour la réduire.

« Quels effets ont toutes ces pollutions sur la santé ? »

Tout va dépendre du type de polluant. Il existe deux grandes catégories de toxiques. Ceux à effets de seuil, dont il est possible de définir un niveau d'exposition en dessous duquel nous ne détectons pas de toxicité. Cela permet de déterminer une valeur limite, protectrice des populations.

Et puis, il existe la catégorie des polluants dits sans seuil. Ce sont notamment les produits cancérigènes et radioactifs pour lesquels il n'est pas possible de fixer une valeur car le risque est présent même à très faible concentration.

Qu'ils soient à effet de seuil ou sans seuil, les polluants, le plus souvent en mélanges, peuvent provoquer différentes maladies. Il y a évidemment les cancers, qui peuvent être dus à un produit en particulier – comme le cancer de la plèvre causé par l'amiante – ou être multifactoriels.

Les polluants sont aussi impliqués dans les troubles de la reproduction, avec les perturbateurs endocriniens (PE) qui agissent sur les hormones sexuelles notamment. D'ailleurs, les PE peuvent aussi induire des cancers hormonodépendants, comme le cancer du sein.

La pollution exerce également une influence sur l'épidémie de diabète, sur les allergies, sur les maladies cardiovasculaires... L'Organisation mondiale de la santé (OMS) estime qu'environ 40 % de nos maladies sont dues à des expositions environnementales.

Qu'en est la recherche sur les polluants chimiques ?

L'enjeu est de savoir quels effets biologiques induisent les polluants quand on combine les expositions. Les études toxicologiques permettent de connaître l'impact d'une molécule individuellement mais les combinaisons de multiples effets biologiques, qui peuvent s'additionner ou s'annuler, sont très complexes.

En parallèle des dosages chimiques, nous réalisons des bioessais qui consistent à prélever un échantillon dans l'environnement, à en extraire les polluants et à mesurer leurs effets biologiques sur des cellules ou des animaux, en laboratoire. Cela permet de connaître l'impact des polluants auxquels on est exposés même sans avoir la nature du mélange.

La recherche manque de financement à la hauteur de l'enjeu majeur que représente ce sujet de la multi-exposition aux polluants. Citons toutefois, des budgets de recherche sur l'exposome au niveau européen, à hauteur de plus de 100 millions d'euros.

Qu'est-ce que l'exposome justement ?

L'exposome désigne l'ensemble des expositions environnementales auxquelles un individu est soumis tout au long de sa vie, depuis la conception (vie intra-utérine) jusqu'à la mort. L'ambition de la recherche sur l'exposome est

donc d'essayer de mesurer toutes les expositions des populations et de les combiner aux données de santé, afin d'obtenir des modèles et de prédire les situations à risque. Ainsi, en fonction du lieu où vous habitez, de votre travail, de votre alimentation... il sera possible de calculer les probabilités de risque de développer telle ou telle maladie. Cela sera un outil exceptionnel pour définir et mettre en place de meilleures stratégies de prévention sanitaire et de réduction des risques.

Est-il possible de savoir à quels polluants nous sommes exposés individuellement ?

Presque pas et c'est bien le problème. Par exemple au domicile, si vous brûlez des bâtons d'encens, si vous multipliez les nettoyeurs ménagers, vous êtes exposés à des composés volatils organiques (COV) qu'ils émettent, sans compter ceux issus du mobilier neuf ou des ateliers de bricolage. Si vous habitez dans une zone granitique (Massif central, etc.), vous pouvez respirer du radon, un gaz naturel qui peut provoquer un cancer du poumon. Et là, je ne cite que des éléments du domicile mais il faut aussi prendre en compte les expositions au travail, dans les transports...

Peut-on réduire son exposition ?

Oui, mais attention il ne s'agit pas de culpabiliser le citoyen car de très grandes masses de polluants sont émises dans l'environnement par les industries et l'agriculture. Dans de nombreux domaines, le citoyen n'a pas la main. C'est pour cela qu'il faut agir à tous les niveaux : celui des industriels, des pouvoirs publics et du citoyen. Plus le public aura conscience des enjeux, plus il saura influencer sur les décideurs (maire, député, sénateur...), et plus les politiques agiront pour la protection de la santé de l'environnement et celle des populations.

Au travail, il faut utiliser les systèmes de protection. À la maison, chacun doit limiter au maximum la diffusion de produits chimiques en évitant, par exemple, le

contact entre les aliments et le plastique, en arrêtant de diffuser des produits volatils, en aérant régulièrement, en éliminant la poussière, en cessant de fumer... La période de la grossesse et, plus largement les 1 000 premiers jours de la vie, doivent être impérativement protégés. Tous ces gestes de prévention doivent absolument être perçus comme des messages positifs en faveur d'une meilleure santé.

D'ailleurs, la pollution de l'environnement a un impact sur la santé de l'Homme mais aussi sur la santé de l'environnement et la santé animale. Abîmer l'une revient à abîmer les autres. Il faut donc prendre des mesures pour les préserver dans la logique de ce que l'on appelle « une seule santé ».

Qu'est-ce qui a changé depuis la sortie du livre blanc ?

La Fondation de l'Académie de médecine a organisé une séance de restitution à l'Assemblée nationale, ce qui nous a permis de dialoguer avec des députés. Depuis, l'Assemblée a subi des péripéties et les ministres de la Santé se sont succédé.

Notre projet est de réaliser des conférences en province avec des chercheurs et des élus locaux pour continuer le dialogue et faire émerger des solutions de prévention sanitaire face aux polluants chimiques.

En parallèle, l'Académie de médecine a publié un rapport pour que la santé et sa prévention soient enseignées à l'école, au même titre que le français ou les mathématiques. La préservation de la santé doit faire partie des enseignements fondamentaux car c'est le bien le plus précieux que nous ayons.

▲ Le livre blanc « Pollution chimique de l'environnement et santé publique » ainsi que son glossaire sont téléchargeables gratuitement sur le site Fam.fr. Le rapport « Pour une éducation des jeunes citoyens à la prévention en santé » est disponible sur Academie-medicine.fr.

Désinsertion professionnelle : l'importance de la prévention

Après un arrêt de travail, il peut être difficile de reprendre une activité. C'est justement pour prévenir la désinsertion professionnelle que l'Assurance maladie a mis en place une série d'actions.

— Léa Vandeputte

L'allongement de la durée de la vie active et l'augmentation de la prévalence des maladies chroniques, notamment, ont fait de la prévention de la désinsertion professionnelle un enjeu majeur. Mais de quoi s'agit-il ? « Ce sont toutes les actions qui permettent de limiter le risque de perte d'activité professionnelle à la suite d'une altération de l'état de santé, explique Marie-Ange Biteau, directrice adjointe en charge de l'animation et du pilotage du service social et de la prévention de la désinsertion professionnelle à l'Assurance maladie. Le problème de santé peut être consécutif d'une maladie, d'un accident professionnel ou non. Il peut se déclarer à tout moment de la vie active mais son incidence augmente avec l'âge. »

→ Agir bien en amont

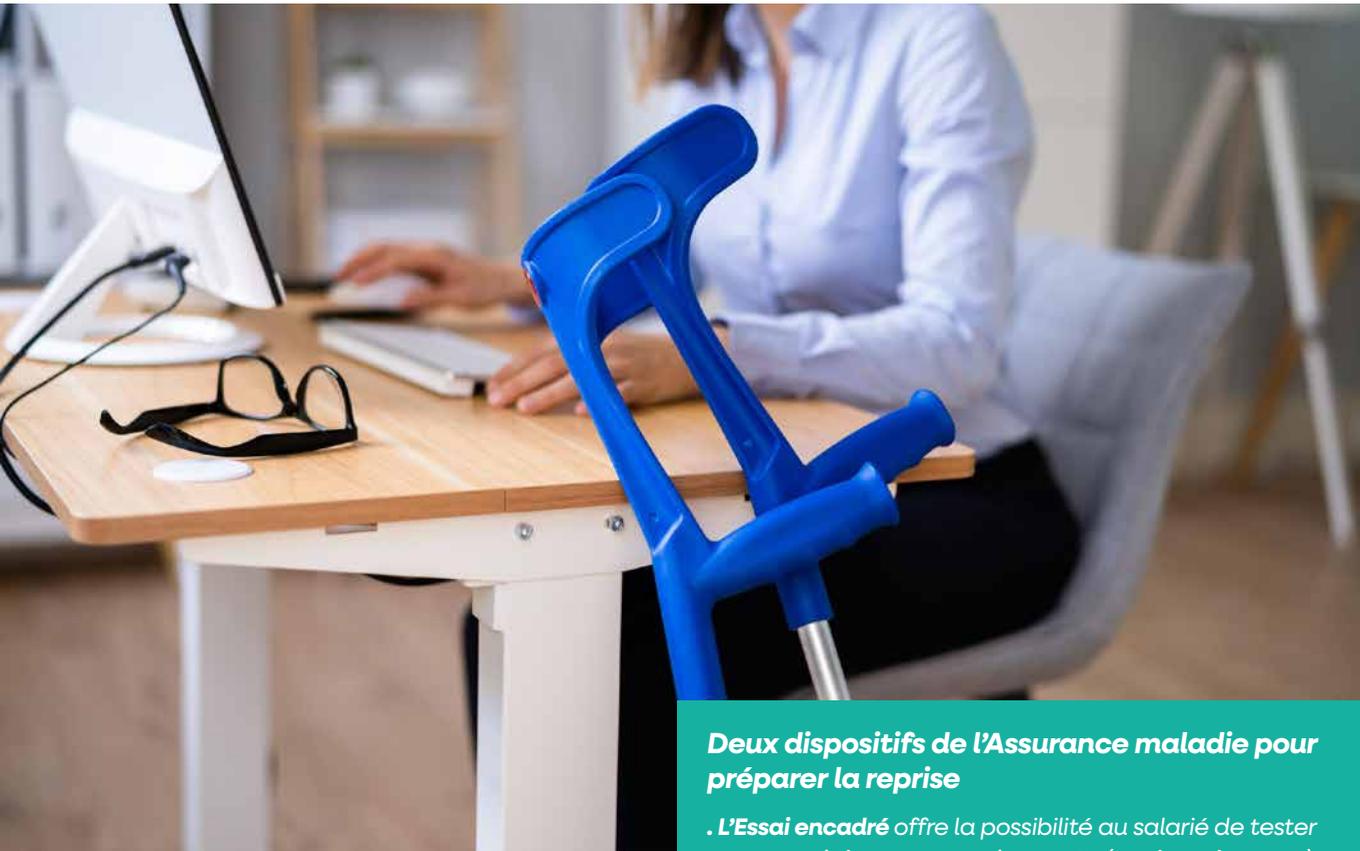
L'Assurance maladie actionne tous les leviers qui permettent d'éviter la désinsertion. « Les campagnes de prévention grand public aident

les personnes à rester en bonne santé le plus longtemps possible (vaccination, promotion de l'activité physique...) », illustre Marie-Ange Biteau.

L'institution communique aussi plus spécifiquement envers certains secteurs ou certaines catégories de salariés. Il peut s'agir « d'actions de prévention sur le risque de chute dans le bâtiment, par exemple ».

→ Proposer un accompagnement

L'Assurance maladie repère, enfin, les assurés concernés par le risque de désinsertion professionnelle (arrêts de travail longs, réitérés, consommation de soins ou de médicaments), grâce à son service médical ou aux conseillers des caisses primaires d'assurance maladie (CPAM). Mais ces personnes peuvent aussi être orientées par les services de santé au travail, les Cap emploi, les médecins traitants, etc.



©Shutterstock

Deux dispositifs de l'Assurance maladie pour préparer la reprise

• **L'Essai encadré** offre la possibilité au salarié de tester ses capacités sur son ancien poste (aménagé ou non) ou sur un nouveau. Il est effectué durant l'arrêt de travail pendant 14 jours (renouvelable une fois). Les indemnités journalières (IJ) sont maintenues.

• **La convention de rééducation professionnelle en entreprise (CRPE)** est une « formation-action », qui permet de se former tout en exerçant un métier. Elle est mise en place à la fin de l'arrêt de travail dans l'entreprise d'origine ou dans une nouvelle, et ne peut excéder 18 mois. Le salarié perçoit une rémunération versée par l'Assurance maladie (sur la base du montant des IJ) et un complément de l'employeur.

Le service social de l'Assurance maladie prend alors contact pour présenter une offre de services, que l'assuré est libre d'accepter ou de refuser. « Nous proposons un soutien social personnalisé, combinant accompagnement individuel et collectif, afin de limiter le risque de désinsertion professionnelle et ses impacts sociaux et familiaux », explique Marie-Ange Biteau.

→ Un plan d'action personnalisé

S'il est d'accord, l'assuré va ensuite rencontrer l'un des 1 600 assistants de service social diplômés d'État de l'Assurance maladie. Une évaluation globale est réalisée afin de proposer un plan d'aide adapté, « qui met l'assuré au cœur de son projet », avec des entretiens de suivi périodiques (en présentiel ou à distance). « Ce plan peut aller de l'accompagnement psychosocial, à l'aide dans l'élaboration d'un projet de reprise, de reclassement ou de réorientation, en passant par le conseil sur les dé-

marches à réaliser et la coordination des dispositifs et offres des différents acteurs des territoires, énumère la directrice adjointe. L'objectif est de sécuriser le retour vers l'activité professionnelle à son poste, à un autre poste dans son entreprise, ou dans une entreprise différente, selon les situations. »

En 2023, le service social de l'Assurance maladie a accompagné 174 000 assurés.

Le Club des six, des lieux de vie adaptés

Depuis une dizaine d'années, cette association propose sur l'ensemble du territoire des colocations à des personnes vivant avec un handicap. Visite guidée...

— Anne-Sophie Glover-Bondeau



© Villa Sabrina



© Villa Sabrina



© Villa Sabrina

Cette association est avant tout un projet de famille. Mailys Cantzler, fondatrice et présidente du Club des six, et sa sœur Maïté, ont eu l'idée de créer une colocation pour répondre aux besoins de leur petite sœur. Sabrina, cérébrolésée après un accident de la route survenu lorsqu'elle avait 18 ans, désirait une vie plus autonome après 15 ans passés en milieu hospitalier et chez ses parents. La villa Sabrina a ouvert à La Croix-Valmer (83) en 2014, la première de l'association. Aujourd'hui, 21 villas du Club des six sont présentes dans toute la France. Elles accueillent chacune 6 à 8 personnes en situation de handicap, d'une moyenne d'âge de 35 ans.

→ Plus qu'une colocation, une vie comme tout le monde !

Le principe ? Une colocation de 6 personnes adultes en situation de handicap, dans un espace de vie comprenant 6 chambres et salles de bains privatives, des pièces communes et un espace extérieur. « Sa particularité est que les colocataires mettent en commun leurs prestations compensatoires du handicap qu'ils perçoivent ce qui leur permet de financer des équipes d'intervenants (auxiliaire de vie sociale, aide-soignant, accompagnant éducatif et social) qui sont présents 24h/24 et 7j/7 » explique Marie-Emmanuelle Janin, directrice de la communication de l'association. Elle insiste sur le fait que ces derniers sont là pour « faire avec » et non pas « faire pour ». « Le but est que les colocataires développent leur autonomie », indique-t-elle. L'entraide et la solidarité entre ces six adultes y participent. Dans chaque villa, un coordinateur de vie sociale et partagée (CVSP) met en œuvre le projet de vie collectif : il anime la vie à l'intérieur et à l'extérieur de la colocation : organisation des repas, activités, recherche de partenariats, de bénévolat, d'emplois... « Nous poussons à l'autonomie, au développement des compétences sociales, à une émancipation au maximum. » Le but



© Villa Sabrina

est que les colocataires retrouvent une identité sociale et rompent avec l'isolement. C'est pourquoi ces villas sont installées en cœur de ville ou de village.

→ Le Club des six se développe

Une nouvelle forme de colocation a ouvert à Colombes en septembre 2024. « La villa Constance est notre première villa sous forme d'habitat regroupé », indique notre interlocutrice. Celle-ci offre des espaces communs, comme une grande cuisine mais aussi des studios avec salle de bains, cuisine. « Les colocataires qui y vivent ont un profil différent car ils ont un degré d'autonomie supérieur aux autres colocataires et sont tous en activité », informe Marie-Emmanuelle Janin. « Trois nouvelles colocations ont ouvert fin 2024 et nous prévoyons d'en ouvrir 7 autres en 2025 » annonce-t-elle. D'autres projets devraient voir le jour en 2026 aussi. De quoi répondre à une demande croissante !

Le Club des six, en chiffres

120
colocataires
vivent de façon permanente dans ces villas.

140 emplois
à temps plein en C.D.I. ont été créés.

90 %
des colocataires estiment avoir gagné en autonomie.

98 %
des familles trouvent que la colocation est la solution qui correspond le mieux aux besoins et envies de leur proche.

95 %
des commerçants déclarent que leur regard sur le handicap a favorablement changé depuis qu'ils côtoient les colocataires.

10
c'est le nombre de projets d'ouverture en 2025 et 2026.



Témoignage d'une résidente

Laura, 30 ans, vit à la villa Elena (à Malakoff) depuis 7 ans. Elle raconte:

« J'ai entendu parler de cette colocation par une amie de ma mère qui avait aussi une fille en situation de handicap. Elle a proposé que je m'installe dans une villa du Club des six avec cette dernière. Cela se passe très bien. J'aime l'autonomie que cela me procure, tout en étant dans un milieu très sécurisé. C'est rassurant ! En plus, il y a une ambiance très chaleureuse, assez familiale qui est agréable. On partage des activités... J'aime beaucoup ce côté convivial. »

Mailys Cantzler, la présidente de l'association, dresse un bilan

« Quand notre famille a créé le Club des six en 2013, c'était avant tout un projet familial qui répondait à la situation et aux besoins de ma soeur... Quand on me demande comment va Sabrina, la réponse me vient immédiatement, sans réfléchir : elle est heureuse. C'est le bilan le plus satisfaisant, d'autant qu'il vaut aussi pour les autres colocataires. Voir leurs sourires, leurs progrès, leur motivation... c'est la plus jolie des récompenses et le meilleur des bilans. Je me réjouis aussi de l'engouement qui se manifeste très concrètement chez les pouvoirs publics, que ce soit au niveau du gouvernement mais aussi des départements. En une dizaine d'années, le Club des six a pu ainsi contribuer à faire émerger une nouvelle proposition qui répond bien mieux aux envies, attentes et besoins des personnes qui souhaitent nous rejoindre. Nous ne sommes pas une réponse universelle mais nous avons une vraie proposition alternative. »

Qu'est-ce que le prédiabète ?

Le prédiabète se caractérise par une glycémie plus élevée que la normale. Souvent asymptomatique au début, il n'évolue pas nécessairement vers le diabète s'il est pris en charge comme l'explique le Dr Pierre Nys, endocrinologue et diabétologue.

— Violaine Chatal



Près de 6 % de la population mondiale est concernée par le prédiabète selon l'Organisation mondiale de la santé (OMS). « Il se définit par un chiffre de glycémie au-delà des valeurs normales (1,10 g/l), mais en dessous du seuil définissant le diabète (1,26 g/l). Non traitées, environ 80 % des personnes souffrant de prédiabète deviennent diabétiques dans un laps de temps de 5 à 10 ans », explique le Dr Pierre Nys, endocrinologue-diabétologue et auteur des ouvrages *L'alimentation glucose control* et *Tout vient du foie* (Éditions Leduc).

Le prédiabète touche surtout des personnes en situation de surpoids avec des antécédents familiaux de diabète. Sa fré-

quence augmente aussi avec l'âge. Les autres facteurs de risque sont le sexe (les hommes sont plus touchés), la sédentarité, un antécédent personnel de diabète gestationnel, d'accouchement d'un ou de plusieurs enfants de poids de naissance supérieur à 4 kg, le syndrome des ovaires polykystiques, une hypertension artérielle ou encore une dyslipidémie traitées ou non traitées. « Parmi les autres facteurs de risques figurent l'origine géographique non caucasienne, la précarité ou encore la malbouffe », note le Dr Nys. Selon certaines études, il existerait plusieurs types de prédiabète en fonction du poids, du taux sanguin d'insuline et de l'intensité de l'insulinorésistance mais ils restent artificiels et nécessitent des bilans sanguins plus complexes et onéreux.

Le prédiabète n'est pas toujours diagnostiqué car il est souvent asymptomatique lors des premières années. « Il n'existe aucun signe annonciateur franc. La seule solution est d'effectuer des contrôles sanguins réguliers pour mesurer la glycémie (taux de sucre dans le sang), surtout en cas de situations à risque. La présence de certains signes indique cependant que la glycémie commence à dériver de façon intermittente mais plus rapprochée : il s'agit de la fatigue, d'une prise de poids inexplicable, d'une soif plus marquée et d'une envie d'uriner plus fréquente », souligne le Dr Nys.

→ Alimentation sous surveillance

Le premier traitement du prédiabète réside dans des mesures hygiéno-diététiques. Il faut, en effet, revoir son alimentation et perdre du poids quand il est trop important. « Il faut manger moins de glucides (pain, céréales, etc.) au profit des protéines (œuf, viande, yaourt ou protéines végétales), surtout au petit-déjeuner, et privilégier les aliments à index glycémique (IG) bas. Plus l'IG est élevé, plus le pancréas est sollicité pour produire de l'insuline, au risque d'altérer son activité et de provoquer ainsi un diabète franc. Il faut aussi éviter les produits riches en sucres ajoutés, les jus de fruits industriels, les sodas, les céréales raffinées et favoriser les pâtes, le pain complet ou au levain et le riz complet », conseille le Dr Nys.

L'activité physique est également essentielle. En mobilisant les muscles, le sport augmente la proportion de fibres sensibles à l'insuline par rapport à celles qui ne le sont plus : il diminue leur insulino-résistance et restaure leur capacité de stockage du glucose. En ce qui concerne les médicaments, il est parfois possible de proposer aux prédiabétiques un traitement reposant sur des incrétines qui régulent la glycémie en augmentant la libération/production d'insuline par le pancréas et en améliorant son activité. Enfin, certains compléments alimentaires peuvent aussi être utiles. « Le chrome, la berbérine ou encore le zinc peuvent diminuer l'appétence pour le sucre et les mécanismes de résistance à l'insuline », conclut le Dr Nys.





⇒ 50 %

C'est le pourcentage de joueurs de jeux vidéo qui témoignent avoir éprouvé une gêne auditive après une partie avec le son activé.

Parmi eux, 36 % déclarent une sensibilité accrue au bruit, 35 % rapportent avoir subi des sifflements ou des bourdonnements et 23 % ont constaté une perte auditive momentanée, a révélé l'Association

nationale de l'audition (ANA) à l'occasion de la Journée nationale de l'audition du 13 mars 2025 sur le thème : « Jeux vidéo : le risque auditif existe-t-il ? »

— Sophie Lupin

12 ans

C'est l'espérance de vie sans incapacité à 65 ans pour les femmes, contre 10,5 ans pour les hommes, selon les derniers chiffres de la Direction de la recherche, des études, de l'évaluation et des statistiques (Drees).



En France, l'espérance de vie s'allonge régulièrement mais ces années supplémentaires ne sont pas toutes nécessairement vécues en bonne santé. L'espérance de vie sans incapacité correspond au nombre d'années qu'une personne peut espérer vivre sans être limitée par un problème de santé dans ses activités quotidiennes. Depuis 2008, cet indicateur progresse plus rapidement que l'espérance de vie globale malgré l'impact temporaire de l'épidémie de Covid-19. La France se situe au-dessus de la moyenne européenne pour l'espérance de vie sans incapacité à 65 ans.

— Sophie Lupin

⇒ **Innovation**

La peau artificielle, un défi en passe d'être relevé

Jusqu'à présent, la greffe autologue (la peau du patient est prélevée pour être greffée) était la solution pour réparer les grandes plaies et brûlures.

Les avancées en biotechnologie et en numérique ouvrent de nouvelles perspectives, automatisant la production de peau artificielle à partir des cellules du patient. L'enjeu ? Constituer des banques de tissus compatibles avec tous les patients. Le CHU de Besançon et l'Inserm (projet Tiss'You) ont mis au point un biomatériau reproduisant l'architecture de la peau humaine. Cette innovation permet des greffes plus profondes. Autre piste en développement : l'impression 3D utilise des encres biologiques dérivées des cellules du patient pour créer une peau artificielle, couche par couche. L'hôpital de la Conception à Marseille (AP-HM) teste ce type de



bio-imprimante capable de produire des rectangles de peau de 8 cm sur 5, ensuite assemblés par les chirurgiens. Enfin, des chercheurs du CHU de Nantes et de l'Inserm exploitent le potentiel des cellules fœtales, qui ont la particularité de ne pas être rejetées par le corps humain, pour concevoir des pansements régénératifs. Une révolution en marche ?

Téléchargez notre application et accédez à votre Espace adhérent depuis votre smartphone en flashant le QR code suivant :

iOS Apple



Android



- Consulter et suivre vos remboursements
- Télécharger vos relevés de prestations
- Consulter vos garanties
- Vérifier et modifier vos informations et coordonnées personnelles
- Consulter votre carte mutuelle en ligne
- Contacter votre conseiller Mutame

⇒ **Offre parrainage 2025**

Bénéficiez jusqu'à 1 an de gratuité (1 mois remboursé à chaque parrainage)

Rejoignez-nous sur les réseaux sociaux et Restons connectés !

Vous appréciez nos conseils, nos infos prévention ou nos engagements pour la famille des agents territoriaux ?

Dites-le-nous en commentaire sur nos réseaux sociaux

Votre opinion compte et nous aide à vous proposer toujours plus de contenus utiles et proches de vos besoins.

Suivez-nous, commentez et partagez :



Votre mutuelle est à votre écoute !

MAIRE EMPLOYEUR, MAIRE PROTECTEUR DE SES AGENTS

LE DEUXIÈME VOLET DU BAROMÈTRE EST
EN COURS, RENDEZ-VOUS EN SEPTEMBRE !

*Une étude avec
plus de 1000 répondants
sur deux ans*

*Premiers résultats
disponibles en septembre sur
nos sites et réseaux sociaux,
abonnez-vous !*

*En partenariat avec
le Courrier des Maires*

WWW.MUTAME.COM

