

# L'hirondelle

## édito

Bonjour à tous,

Pour répondre à la réalité de notre portefeuille de plus en plus diversifié d'adhérents et nous ouvrir à de nouveaux publics, notre dernière Assemblée générale a validé Pleyel Santé comme nouvelle dénomination sociale de la mutuelle. La MIPCF devenant une marque de Pleyel Santé. Pour rendre ce changement effectif, nous avons changé certains articles de nos statuts. Par volonté de transparence, nous vous les présentons dans ce numéro de l'hirondelle. Mais rassurez-vous, cela ne change rien pour vous !

Au sommaire également de ce numéro, le résultat des élections des délégués, le programme des actions en partenariat avec le groupe Audiens et des conseils santé d'actualité.

Merci de votre confiance, bonne lecture de l'Hirondelle... & bel été !

Hervé Viala  
Directeur de Pleyel santé



## zoom santé

### Allergie : comment éviter l'exposition aux pollens ?

Les beaux jours arrivent et, avec eux, les pollens. Parce qu'il est difficile de sortir loin de toute verdure, quelques conseils vous permettront de prévenir les allergies liées aux pollens et de réduire leur impact sur votre santé.

#### ► LIMITER L'EXPOSITION AUX POLLENS À L'EXTÉRIEUR

Les activités en plein air entraînent une surexposition aux pollens. Autant que possible, évitez :

- **La tonte du gazon et l'entretien du jardin.** Un pépiniériste peut, vous permettre de choisir les arbres et les plantes qui diffusent le moins de pollens.
- **Les activités sportives à l'extérieur**
- **Les balades champêtres...**

#### LES VÊTEMENTS

Évitez de faire sécher le linge à l'extérieur, car le pollen se dépose sur le linge humide.

#### LES DÉPLACEMENTS EN VOITURE

Dans ce cas, **gardez les vitres fermées.**

#### ► LIMITER L'EXPOSITION AUX POLLENS CHEZ SOI

##### SE LAVER ET SE CHANGER PLUS SOUVENT

Les pollens se déposent en grand nombre sur les cheveux. Avant de vous coucher ou au retour de promenade, n'hésitez pas à passer sous la douche pour **déloger les pollens de vos cheveux.** Aussi, **lavez plus fréquemment qu'à l'habitude vos vêtements** et **changez-vous** de pied en cap tous les jours.

##### AÉRER SON INTÉRIEUR AUX BONNES HEURES

Pour aérer votre intérieur tout en limitant l'exposition aux pollens, ouvrez vos fenêtres **avant le lever et après le coucher du soleil.** La quantité de pollens dans l'air est plus faible à ces moments de la journée.

##### ÉVITER LES AUTRES SUBSTANCES IRRITANTES OU ALLERGISANTES

Évitez l'exposition à tout ce qui peut amplifier les symptômes allergiques :

- La fumée de tabac
- Les produits d'entretien
- Les parfums d'intérieur ou l'encens, etc.

Ces conseils vous permettront de diminuer au maximum les expositions aux pollens et les réactions allergiques. Conservez tout de même quelques mouchoirs à portée de main, ils pourront toujours être utiles.

c'est d'actu...

## Évolution de la mutuelle

La Mutuelle Pleyel Santé évolue et notre devoir c'est de vous informer de ces changements.

### Modification de l'article 2 des statuts : nouveau nom de la mutuelle

#### AVANT

##### ARTICLE 2 > DÉNOMINATION

Il est constitué une mutuelle dénommée MUTUELLE INTERGROUPE POLIET ET CIMENTS FRANÇAIS (MIPCF), qui est une personne morale de droit privé à but non lucratif, régie par le Code de la mutualité et inscrite au répertoire SIRENE sous le numéro 784 451 569.

#### APRÈS

##### ARTICLE 2 > DÉNOMINATION

Il est constitué une mutuelle dénommée PLEYEL SANTE, qui est une personne morale de droit privé à but non lucratif, régie par le Code de la mutualité et inscrite au répertoire SIRENE sous le numéro 784 451 569. Le nom MUTUELLE INTERGROUPE POLIET ET CIMENTS FRANÇAIS (MIPCF) reste la propriété de la mutuelle PLEYEL SANTE et peut être utilisé à des fins commerciales.

### Modification de l'article 8 des statuts :

#### AVANT

##### ARTICLE 8 > RESILIATION

Sauf dispositions législatives ou réglementaires contraires en vigueur ou dérogation prévue dans les règlements particuliers ou contrats collectifs ou notices d'information, la démission, la résiliation prend effet le 31 décembre de l'année en cours, à minuit. Elle est donnée par écrit par lettre recommandée adressée au Service Administratif de la Mutuelle, avant le 31 octobre de l'année en cours.

1 – Dans le cadre d'opérations collectives à adhésion obligatoire, elle est donnée par le souscripteur du contrat, qui peut être l'employeur, le comité d'entreprise ou d'établissement ou la personne morale membre honoraire.

2 – Dans le cadre d'opérations collectives à adhésion facultative, elle est donnée par le membre participant concernant son adhésion ou l'employeur, le comité d'entreprise ou d'établissement ou la personne morale membre honoraire.

3 – Dans le cadre d'opérations individuelles, elle est donnée par le membre participant.

Pour les adhésions à tacite reconduction relatives à des opérations individuelles à caractère non professionnel, la date limite d'exercice par le membre participant du droit à dénonciation de l'adhésion au règlement doit être rappelée avec chaque avis d'échéance annuelle de cotisation.

Lorsque cet avis lui est adressé moins de quinze jours avant le 31 octobre, ou lorsqu'il lui est adressé après cette date, le membre participant est informé, avec cet avis, qu'il dispose d'un délai de vingt jours suivant la date d'envoi de l'avis pour dénoncer la reconduction. Dans ce cas, le délai de dénonciation court à partir de la date figurant sur le cachet de la poste apposé sur la lettre de la Mutuelle.

Si les modalités d'information susvisées ne sont pas respectées par la Mutuelle, l'adhérent peut démissionner, par lettre recommandée, sans pénalités, à tout moment, à compter de la date de reconduction. La résiliation prendra alors effet le lendemain de la date figurant sur le cachet de la poste apposé sur sa lettre recommandée.

L'adhérent est tenu au paiement de la partie de cotisation correspondant à la période pendant laquelle le risque a couru, période calculée jusqu'à la date d'effet de la résiliation. Le cas échéant, le reliquat doit être remboursé à l'adhérent, dans un délai de trente jours à compter de la date d'effet de la résiliation. À défaut de remboursement dans ces conditions, les sommes dues sont productives d'intérêts au taux légal.

En outre, pour les opérations individuelles, en cas de modification du risque telle que définie à l'article L. 221-17 du Code de la mutualité et dans les conditions fixées par le même article, il peut être mis fin à l'adhésion par chacune des parties.

#### APRÈS

##### ARTICLE 8 > RÉSILIATION

Sauf dispositions législatives ou réglementaires contraires en vigueur ou dérogation prévue dans les règlements particuliers ou contrats collectifs ou notices d'information, la démission, la résiliation prend effet le 31 décembre de l'année en cours, à minuit. Elle est donnée par écrit par lettre recommandée **ou envoi recommandé électronique** adressé au Service Administratif de la Mutuelle, avant le 31 octobre de l'année en cours.

1 – Dans le cadre d'opérations collectives à adhésion obligatoire, elle est donnée par le souscripteur du contrat, qui peut être l'employeur, le comité d'entreprise ou d'établissement ou la personne morale membre honoraire.

2 – Dans le cadre d'opérations collectives à adhésion facultative, elle est donnée par le membre participant concernant son adhésion ou l'employeur, le comité d'entreprise ou d'établissement ou la personne morale membre honoraire.

3 – Dans le cadre d'opérations individuelles, elle est donnée par le membre participant.

Pour les adhésions à tacite reconduction relatives à des opérations individuelles à caractère non professionnel, la date limite d'exercice par le membre participant du droit à dénonciation de l'adhésion au règlement doit être rappelée avec chaque avis d'échéance annuelle de cotisation.

Lorsque cet avis lui est adressé moins de quinze jours avant le 31 octobre, ou lorsqu'il lui est adressé après cette date, le membre participant est informé, avec cet avis, qu'il dispose d'un délai de vingt jours suivant la date d'envoi de l'avis pour dénoncer la reconduction. Dans ce cas, le délai de dénonciation court à partir de la date figurant sur le cachet de la poste apposé sur la lettre de la Mutuelle **ou certifiée par un horodatage qualifié satisfaisant à des exigences définies par décret**.

Si les modalités d'information susvisées ne sont pas respectées par la Mutuelle, l'adhérent peut démissionner, par lettre recommandée ou envoi recommandé électronique, sans pénalités, à tout moment, à compter de la date de reconduction. La résiliation prendra alors effet le lendemain de la date figurant sur le cachet de la poste apposé sur sa lettre recommandée **ou de la date d'expédition de l'envoi recommandé électronique**.

L'adhérent est tenu au paiement de la partie de cotisation correspondant à la période pendant laquelle le risque a couru, période calculée jusqu'à la date d'effet de la résiliation. Le cas échéant, le reliquat doit être remboursé à l'adhérent, dans un délai de trente jours à compter de la date d'effet de la résiliation. À défaut de remboursement dans ces conditions, les sommes dues sont productives d'intérêts au taux légal.

En outre, pour les opérations individuelles, en cas de modification du risque telle que définie à l'article L. 221-17 du Code de la mutualité et dans les conditions fixées par le même article, il peut être mis fin à l'adhésion par chacune des parties.

**La modification proposée par la mutuelle d'un contrat complémentaire santé collectif visant à le mettre en conformité avec les règles fixées par le décret en Conseil d'État mentionné à l'article L. 871-1 du code de la sécurité sociale est réputée acceptée à défaut d'opposition du souscripteur. La mutuelle informe par écrit le souscripteur des nouvelles garanties proposées et des conséquences juridiques, sociales, fiscales et tarifaires qui résultent de ce choix en application du même article. Le souscripteur dispose d'un délai de trente jours pour refuser par écrit cette proposition. Les modifications acceptées entrent en application au plus tôt un mois après l'expiration du délai précité de trente jours et dans un délai compatible avec les obligations légales et conventionnelles d'information des membres participants par le souscripteur.**

### Modification de l'article 10 des statuts :

#### AVANT

##### ARTICLE 10 > EXCLUSION

Peuvent être exclus les membres qui auraient causé volontairement atteinte aux intérêts de la Mutuelle. Le membre dont l'exclusion est proposée pour ce motif est convoqué devant le Conseil d'Administration pour être entendu sur les faits qui lui sont reprochés. S'il ne se présente pas au jour indiqué, une nouvelle convocation lui est adressée par lettre recommandée. S'il s'abstient encore d'y déférer, son exclusion peut être prononcée par le Conseil d'Administration.

#### APRÈS

##### ARTICLE 10 > EXCLUSION

Peuvent être exclus les membres qui auraient causé volontairement **et de manière intentionnelle** atteinte aux intérêts de la Mutuelle. Le membre dont l'exclusion est proposée pour ce motif est convoqué devant le Conseil d'Administration pour être entendu sur les faits qui lui sont reprochés. S'il ne se présente pas au jour indiqué, une nouvelle convocation lui est adressée par lettre recommandée. S'il s'abstient encore d'y déférer, son exclusion peut être prononcée par le Conseil d'Administration.

## Modification de l'article 22 des statuts :

### AVANT

#### ARTICLE 22 > ORDRE DU JOUR

L'ordre du jour de l'Assemblée Générale est arrêté par l'auteur de la convocation. Il doit être indiqué dans cette convocation ou joint en annexe.

Toutefois, en application des dispositions de l'article D. 114-6 du Code de la mutualité, les délégués peuvent requérir l'inscription à l'ordre du jour de projets de résolution. Pour être prises en compte, ces demandes d'inscriptions doivent être effectuées par 10 % au moins des délégués à l'Assemblée Générale.

Les demandes d'inscription à l'ordre du jour d'une Assemblée Générale de projets de résolution doivent être adressées, par lettre recommandée, avec demande d'avis de réception, au Président du Conseil d'Administration de la Mutuelle cinq jours au moins avant la date de la réunion de l'Assemblée Générale. L'Assemblée ne délibère, en principe, que sur des questions inscrites à l'ordre du jour. Néanmoins, elle peut, en toutes circonstances, révoquer un ou plusieurs membres du Conseil d'Administration et procéder à leur remplacement.

Elle prend en outre, en toutes circonstances, les mesures visant à sauvegarder l'équilibre financier et à respecter les règles prudentielles prévues par le Code de la mutualité (Article L. 114-8 du Code de la mutualité).

### APRÈS

#### ARTICLE 22 > ORDRE DU JOUR

L'ordre du jour de l'Assemblée Générale est arrêté par l'auteur de la convocation. Il doit être indiqué dans cette convocation ou joint en annexe.

Toutefois, en application des dispositions de l'article D. 114-6 du Code de la mutualité, les délégués peuvent requérir l'inscription à l'ordre du jour de projets de résolution. Pour être prises en compte, ces demandes d'inscriptions doivent être effectuées par 10 % au moins des délégués à l'Assemblée Générale.

Les demandes d'inscription à l'ordre du jour d'une Assemblée Générale de projets de résolution doivent être adressées, par lettre recommandée **ou envoi recommandé électronique**, avec demande d'avis de réception, au Président du Conseil d'Administration de la Mutuelle cinq jours au moins avant la date de la réunion de l'Assemblée Générale. L'Assemblée ne délibère, en principe, que sur des questions inscrites à l'ordre du jour. Néanmoins, elle peut, en toutes circonstances, révoquer un ou plusieurs membres du Conseil d'Administration et procéder à leur remplacement.

Elle prend en outre, en toutes circonstances, les mesures visant à sauvegarder l'équilibre financier et à respecter les règles prudentielles prévues par le Code de la mutualité (Article L. 114-8 du Code de la mutualité).

## Modification de l'article 66 des statuts :

### AVANT

#### ARTICLE 66 > ÉTENDUE DE L'INFORMATION

Lors des formalités d'adhésion, chaque adhérent reçoit gratuitement un exemplaire des statuts, du règlement intérieur, du règlement mutualiste ou de la notice d'information.

Les modifications des statuts, du règlement intérieur et des règlements mutualistes sont portées à la connaissance du membre participant, notamment par courrier simple, ou via le bulletin « L'hirondelle », qui lui est adressé 2 fois par an ou via le site web de la Mutuelle (<http://www.mipcf.fr>).

Lorsque des modifications sont apportées aux droits et obligations des membres participants, dans le cadre d'une opération collective, l'employeur ou la personne morale est également tenu d'informer chaque membre participant en lui remettant une notice établie à cet effet par la mutuelle. Pour les opérations collectives facultatives, tout membre participant peut, dans un délai d'un mois à compter de la remise de la notice, dénoncer son affiliation en raison de ces modifications.

Le membre participant est également informé, dans les mêmes conditions.

- des services et établissements d'action sociale auxquels il peut avoir accès,
- des organismes auxquels la Mutuelle adhère, ou auxquels elle est liée et des obligations et droits qui en découlent.

### APRÈS

#### ARTICLE 66 > ÉTENDUE DE L'INFORMATION

Lors des formalités d'adhésion, chaque adhérent reçoit gratuitement un exemplaire des statuts, du règlement intérieur, du règlement mutualiste ou de la notice d'information.

Les modifications des statuts, du règlement intérieur et des règlements mutualistes sont portées à la connaissance du membre participant, notamment par courrier simple, mail ou via le bulletin « L'hirondelle », qui lui est adressé 2 fois par an, ou via le site web de la Mutuelle (<http://www.pleyel-sante.fr>).

Lorsque des modifications sont apportées aux droits et obligations des membres participants, dans le cadre d'une opération collective, l'employeur ou la personne morale est également tenu d'informer chaque membre participant en lui remettant une notice établie à cet effet par la mutuelle. Pour les opérations collectives facultatives, tout membre participant peut, dans un délai d'un mois à compter de la remise de la notice, dénoncer son affiliation en raison de ces modifications.

Le membre participant est également informé, dans les mêmes conditions **ou via le site web de la Mutuelle (<http://www.pleyel-sante.fr>)**.

- des services et établissements d'action sociale auxquels il peut avoir accès,
- des organismes auxquels la Mutuelle adhère, ou auxquels elle est liée et des obligations et droits qui en découlent.

## Les délégués mutuelle élus

### SECTION 1 : OPÉRATIONS COLLECTIVES

#### Délégués

Thierry COUDERC  
Didier MAGNE  
Franck TAMAYO  
Chrystelle CHAILLOT

#### Suppléants

Sylvie MACHADO  
Fabien HEREMBERT  
Antoine THOMAS

### SECTION 2 : OPÉRATIONS INDIVIDUELLES RÉGION ÎLE DE FRANCE

#### Délégués

Josiane BESSON  
Daniel DESTEMBERG  
Thierry GALLICIER  
Jacques LARCHER  
Daniel LAYE  
Nadège MASSUARD

#### Suppléants

Guylaine COEFFIER  
Arlette LE DILHUIT  
Jean MONIER

### SECTION 3 : OPÉRATIONS INDIVIDUELLES RESTE DE LA FRANCE/DOM/EXPAT.

#### Délégués

Jean-Pierre ERY  
Katia LIBERT  
Daniel LIBERT  
Joëlle TIXIDRE  
Danielle RIVET  
Monique ROYER  
Daniel VALANCE

#### Suppléants

Patrice RIVIERE  
Patrick LEHMANN

point info

## Élections des délégués Pleyel Santé

Du 27 septembre au 19 octobre 2017 ont été organisées les élections des Délégués titulaires et suppléants de la Mutuelle, dans chacune des trois sections et pour une durée de six ans, conformément aux nouvelles dispositions statutaires.

Le 24 octobre 2017, les opérations de dépouillement se sont déroulées au siège de la mutuelle en présence des trois membres de la Commission électorale.

### Délégués mutualistes, un rôle essentiel

Être au plus près de l'actualité mutualiste, anticiper les évolutions à venir et améliorer encore le service rendu par la Mutuelle Pleyel Santé en se faisant le porte-parole des adhérents, c'est le rôle des Délégués Mutuelle. Rôle important, puisque ce sont eux qui font remonter les remarques et les besoins des adhérents lors des assemblées générales.



## Programme des actions communes Pleyel Santé - Audiens



Vous accompagnez, aidez ou soutenez un proche malade âgé ou handicapé dans les actes de la vie quotidienne. Vous êtes alors un **aidant familial**.  
Différentes occasions de rencontres vous sont proposées et sont signalées ci-dessous par le pictogramme hirondelle.

### ATELIER

#### « LE SOMMEIL : COMMENT MIEUX DORMIR ? »

**20 septembre – Paris**

Quels comportements adopter pour un bien-être quotidien à la retraite ? France Carp, spécialiste forme et bien-être, vous apporte des conseils pratiques et personnalisés autour du sommeil, thématique particulièrement impactée par les changements de rythme à la retraite.

### ATELIER

#### « MÉDITER, UNE CLEF DU BIEN VIEILLIR »

**8 octobre – Paris**

Marie de Hennezel, psychologue, psychothérapeute et auteur française, organise le 8 octobre à Paris un atelier vous permettant de découvrir et surtout d'expérimenter la médiation comme une clé de la sérénité et de l'avancée en âge.



### CONFÉRENCE

#### « LA PROTECTION JURIDIQUE DES MAJEURS »

**9 octobre – Vanves**

Animée par un mandataire judiciaire, cette conférence balayera l'ensemble des mesures juridiques existantes pour protéger les plus vulnérables.

### ENTRETIEN

#### « POUR LA RECHERCHE SUR LA MALADIE D'ALZHEIMER »

**9 octobre – Nantes / 20 novembre – Bordeaux**

De nombreux experts (chercheurs, neurologues, gérontologues, psychothérapeutes, art-thérapeutes...) aborderont avec vous les dernières avancées en terme de recherche médicale, de prévention ou encore d'accompagnement des personnes atteintes de cette maladie.



### GROUPE DE PAROLE

#### « AIDANT FAMILIAL »

**18 octobre – Nice**

Animé par Rosette Poletti, experte suisse, professionnelle de l'accompagnement, ce groupe de parole vous propose d'échanger avec d'autres personnes en situation d'aidant familial et de trouver des réponses pour soulager et améliorer le quotidien avec votre proche.

### ATELIER

#### « LOGEMENT ET AVANCÉE EN ÂGE »

**22 octobre – Vanves**

L'avancée en âge soulève un questionnement légitime quant au domicile pour soi ou pour ses proches. Résidences dédiées, colocations intergénérationnelles, établissements médicalisés pour personnes âgées dépendantes... Découvrez toutes ces solutions d'hébergement grâce à l'expertise d'une référente spécialisée.



### ATELIER

#### « THÉÂTRE »

**30 octobre et 6 novembre – Paris**

Metteur en scène et directrice de compagnie théâtrale, Colette Roumanoff a accompagné au quotidien son mari atteint de la maladie d'Alzheimer pendant 10 ans. Elle a développé de nouveaux savoir-être pour faciliter des échanges épanouissants, persuadée de l'importance de la justesse des comportements. Dans ce théâtre de la relation, elle propose d'expérimenter ces nouveaux outils simples et concrets par des exercices d'improvisation, de mise en pratique, de jeux de rôles et inventer des rapports à l'autre plus équilibrés et sereins.

### CONFÉRENCE

#### « LES APPROCHES NON MÉDICAMENTEUSES »

**8 novembre – Paris**

Les approches non médicamenteuses jouent un rôle considérable dans le prendre-soin des personnes fragilisées, malades, âgées, handicapées... Dans le cadre de ce colloque, assistez à une conférence originale pour comprendre l'importance de la créativité et appréhendez les différentes formes de l'expression artistique.

### COLLOQUE

#### « DEUILS DE L'ENFANCE »

**10 novembre – Paris**

Des personnalités de renom (notamment Boris Cyrulnick, Noëlle Chatelet, Christophe Fauré...) échangeront avec vous en vous témoignant de leurs recherches et de leurs convictions.



### ATELIER

#### « INVENTAIRE DES DROITS LÉGAUX, DES AIDES ET PRESTATIONS MOBILISABLES »

**6 décembre – Paris**

Animé par des référentes spécialisées, cet atelier vous apportera un nouvel éclairage sur ce sujet.



### POUR VOUS INSCRIRE, RIEN DE PLUS SIMPLE :

Contactez-nous par téléphone au **01.73.17.35.77**  
ou par mail : **action-sociale-pleyel@audiens.org**

Une confirmation de votre inscription vous sera ensuite envoyée vous précisant toutes les modalités sur ces actions (lieu précis, heure, programme).