

#95 - JANVIER 2025



le lien

LE MAGAZINE DE L'AMICALE DES ANCIENS AGENTS



DOSSIER
Les déserts médicaux



Jean-Philippe MARTIN
Président de SAGAMM Senior

Alors que nous entamons cette nouvelle année, je souhaite vous adresser, et j'y associe le conseil d'administration, mes vœux les plus chaleureux. C'est avec un grand plaisir que nous vous accueillons dans ce nouveau numéro, qui s'annonce déjà comme un espace d'échanges et de réflexions. Cette année, nous souhaitons vous impliquer davantage dans le contenu de notre magazine. Vos contributions, qu'il s'agisse d'articles, de témoignages ou même de photos, sont essentielles pour enrichir notre communauté. N'hésitez pas à nous faire part de vos idées et de vos envies. Ensemble, nous pouvons faire de cet espace un véritable reflet de notre diversité et de nos aspirations. N'oubliez pas que ce magazine vous appartient : faites-le vivre avec nous. En cette période où les défis se multiplient, il est plus que jamais crucial de réaffirmer notre solidarité avec nos collègues encore en activité. Les retraités que nous sommes, nous avons acquis une expérience précieuse. Il est de notre devoir de soutenir ceux qui continuent à œuvrer, en partageant nos connaissances, en créant des ponts entre les générations et en restant à l'écoute de leurs préoccupations.

La solidarité est notre meilleur atout. À travers des initiatives, des rencontres ou des projets communs, chacun peut apporter sa pierre à l'édifice et ainsi contribuer positivement à la vie de notre association. Pour conclure, souhaitons que 2025 soit une année de réalisations, de rencontres et de partage.

Avec toute mon amitié Jean-Philippe MARTIN

sommaire

- 03 **ACTUALITÉ GROUPE** / COVÉA c'est quoi ce truc ?
SAGAM SENIOR EN BREF / Liste de nouveaux arrivants
Décès : ils nous ont quittés
- 06 **ACTUALITÉ GROUPE | EN BREF** / Évolution d'organisation au sein de Covéa /
Contrôle fiscal : attention à vos mails ! / Application mobile MMA Assurances :
objectif atteint ! Nouveau prêt avance rénovation à 0%
- 07 **ACTUALITÉ GROUPE** / Sinistre : « Cat. Nat » - Inondations en Espagne –
et en France ?
- 08 **DOSSIER** / Les déserts médicaux
- 10 **PRÉVENTION** / Sports d'hiver, sports de glisse, sports de casques !
- 12 **À VOUS DE JOUER** / Jeu des 7 erreurs

COVÉA c'est quoi ce truc ?

Première Société de Groupe d'Assurance Mutuelle (SGAM) à voir le jour en France, Covéa a fêté ses vingt ans en 2023. Aujourd'hui parmi les leaders de l'assurance de biens et responsabilité et de la réassurance en Europe, le Groupe s'est construit en se nourrissant de deux cents ans d'histoire de ses mutuelles fondatrices.

→ Source Covéa résultats annuels, conférence de presse 04/2024, proposé par Maryse BOINO.

C'est en juin 2003 que MAAF Assurances et MMA créent la première Société de Groupe d'Assurance Mutuelle (SGAM), nouveau type de structure juridique dans le droit français. AZUR-GMF les rejoint en 2005, faisant de Covéa le nouveau leader en assurance de dommages aux biens en France.

En 2023, c'est dans la peau d'un leader de l'assurance de biens et responsabilité en Europe que Covéa a fêté ses 20 ans. Le Groupe est également devenu le 10^e

réassureur mondial après l'acquisition de PartnerRe en 2022.

Cette trajectoire a été rendue possible par l'engagement des 24 000 collaborateurs dans le monde.

Au cours de ses 20 ans d'existence, le Groupe a également su assurer son développement et construire son organisation actuelle à l'aune de plus de deux cents ans d'histoire de ses mutuelles fondatrices, initiés dès 1819 par la création d'Assurances Mutuelles de France.

SAGAM SENIOR EN BREF

LISTE DE NOUVEAUX ARRIVANTS

- 71** BLANC Christian 74200 ARMOY
AUVERGNE-RHÔNE-ALPES
→ Date de cessation de fonction
31/12/2023...65 ans
- 81** YVOZ Jean-Jacques 01300
CHAZEY-BONS AUVERGNE-RHÔNE-
ALPES
→ Date de cessation de fonction
31/12/2023
- 91** GUET Thierry 28380 ST.REMY sur
AVRE CENTRE-VAL-DE-LOIRE
→ Date de cessation d'activité de
fonction 30/06/2023...64 ans
- 101** LE GUERNNIC Charles 94440
SANTENY ÎLE-DE-France
→ Date de cessation d'activité de
fonction 31/12/2023...67 ans
- 111** PAYSAN Christian 97354 REMIRE
MONTJOLY GUYANE
→ Date de cessation d'activité de
fonction 28/02/2014...59 ans
- 121** GIANNANDREA Marc 54400
LONGWY GRAND-EST
→ Date de cessation d'activité de
fonction 31/12/2023...61 ans
- 131** DAVID Philippe 72450 MONTFORT
LE GESNOIS ANJOU-MAINE
→ Date de cessation d'activité de
fonction 31/12/2015...61 ans
- 141** RANCY Jacques 63115 MUR sur
ALLIER AUVERGNE-RHÔNE-ALPES
→ Date de cessation d'activité de
fonction 30/06/2024...68 ans
- 151** BONAMY Jean-Hugues 35730
PLEURTUIT BRETAGNE
→ Date de cessation d'activité de
fonction 31/12/2022...64 ans
- 161** – LE ROY Céline 29360 CLOHARS-
CARNOET BRETAGNE
→ Date de cessation d'activité de
fonction 31/12/2023...60 ans
- 171** GREAUME François 14000 CAEN
NORMANDIE
→ Date de cessation d'activité de
fonction 01/07/2025
- 181** LAHAYE Patrick 10150 SAINTE
MAURE CHAMPAGNE-ARDENNE
→ Date de cessation d'activité de
fonction 31/12/2024

DÉCÈS : ILS NOUS ONT QUITTÉS

- DELIGNON Jean-Marie
22100 DINAN 29/10/2024
- DELPOUX Michel 46090
PRADINES 21/07/2024
- GAUTIER Claude 27700
LES ANDELYS 09/10/2024
- JUSSIAUME Yves 10000
TROYES 24/07/2024
- VERGNOLLES Jean-Pierre
33120 ARCACHON 04/11/2024



Un groupe bâti sur deux siècles

Durant le 19^e siècle et la première moitié du 20^e siècle, les sociétés mutuelles ont façonné le secteur de l'assurance en France. De cette période, Covéa a hérité de trois marques puissantes et reconnues, et de valeurs solidement ancrées dans la culture du Groupe : engagement, prudence et vision à long terme.

1819 Création d'Assurances Mutuelles de France, dont l'héritage est porté au sein de Covéa par AM-GMF.

1828 Création des Mutuelles du Mans Assurances, devenues MMA à la fin du 20^e siècle et aujourd'hui deuxième assureur des pros et entreprises sur le marché français.

1934 Création de La Garantie Mutuelle des Fonctionnaires, nom d'origine de GMF, premier assureur des agents du service public depuis de nombreuses années.

1950 Création de MAAF Assurances, assureur historique du monde artisan et entreprise, pionnière parmi les mutuelles niortaises.

LE GROUPE

Un résultat net très satisfaisant

- **1,5** milliard d'euros
- **26,8** milliards de primes acquises
- **97,3 %** de ratio combiné Groupe
- **200 %** ratio de solvabilité

Les premiers pas à l'international

La deuxième moitié du 20^e siècle a été marquée par l'expansion de ces sociétés mutuelles sur l'ensemble du territoire français. Elles se sont également développées à l'international, en fondant ou développant des filiales.

1958 MMA crée Norman Insurance, qui deviendra Covéa Insurance, au Royaume-Uni.

1981 GMF acquiert des parts dans CSE, avant d'en détenir 100 %, aux États-Unis.

Covéa, groupe leader en France en biens et responsabilité

- **7,3** millions d'habitations
- **30** millions de contrats
- **2 400** points de vente en France
- **10,5** millions de véhicules (y/c flottes)
- **3** millions de bénéficiaires santé

- En France, le résultat résiste malgré une sinistralité accrue.
- Une belle performance technique et financière de PartnerRe.
- Une situation financière toujours solide.

En France un résultat net à **638** millions d'euros, impacté notamment par les événements naturels et la hausse des coûts moyens.

L'union et la transformation

Au début du 21^e siècle, les sociétés mutuelles historiques décident d'unir leurs forces par la création de Covéa SGAM, qui introduit des liens de solidarité et leur permet de se doter d'une stratégie commune.

Une union renforcée par la mise en commun de leurs capacités opérationnelles et la création de Covéa Coopérations, puis grâce à la signature d'un statut RH commun à l'ensemble des collaborateurs du Groupe en France.

2003 MAAF Assurances et MMA décident de créer ensemble Covéa SGAM, première Société de Groupe d'Assurance Mutuelle à voir le jour en France.

2005 AZUR-GMF rejoint Covéa, qui devient leader en assurance de dommages en France.

2011 Adhésion d'APGIS, institution de prévoyance, qui apporte son expertise en matière d'assurance santé collective.

2012 Création de Covéa Coopérations qui simplifie la structure juridique du Groupe en portant directement ou indirectement la majeure partie de ses activités opérationnelles.

2013 Adhésion de SMI, société mutuelle interprofessionnelle, qui permet de conforter les positions du Groupe en assurance santé collective.

2015 Transformation de Covéa Coopérations en société de réassurance, ce qui permet de renforcer le développement de l'activité d'acceptations en réassurance.

2017 Signature avec les partenaires sociaux du Statut Commun, nouveau référentiel RH partagé par l'ensemble des 21 000 collaborateurs de Covéa en France.

2018 DAS et Assistance Protection Juridique, les sociétés de protection juridique du Groupe, fusionnent pour donner naissance à Covéa Protection Juridique.

Le développement en réassurance

Covéa anticipe les évolutions de l'environnement mondial de l'assurance en diversifiant ses produits, ses risques et les zones géographiques dans lesquelles le Groupe est présent, en se déployant vers la réassurance.

Covéa renforce ainsi son positionnement sur l'ensemble de la chaîne de valeur des métiers de gestion et de maîtrise des risques.

2022 Acquisition de PartnerRe, 12^e réassureur mondial, qui permet la constitution d'un groupe d'assurance et de réassurance européen de premier plan.

L'accompagnement des sociétaires et clients au quotidien

- **2,9** millions sinistres
- **1,4** million assistance
- **240 000** sinistres lors d'événements climatiques d'ampleur
- L'enjeu de l'omnicanal :
100 millions de contacts à traiter
- **6** millions de contacts en agences,
22 millions de contacts téléphoniques,
7 millions de plis et courriels
65 millions de visites sur nos espaces digitaux.



EVOLUTION D'ORGANISATION AU SEIN DE COVÉA

Éric Lécuyer, Directeur Général de MMA, évolue au sein du Groupe et est nommé Directeur d'un programme de transformation. Il demeure rattaché à Stéphane Duroule.

Stéphane Duroule assumera le rôle de Directeur Général de MMA, tout en conservant ses fonctions de Directeur Général Assurances France du Groupe.

SAVE THE DATE

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE
26 & 27
mai 2025
À MARSEILLE



CONTRÔLE FISCAL : ATTENTION À VOS MAILS !

Publié le 25/10/24 - Éditions Prat - Proposé par JM Martin

L'administration fiscale n'est pas obligée de recourir à l'envoi d'une proposition de rectification par lettre recommandée avec accusé de réception. Toutefois, si elle utilise d'autres modes d'envoi, ils doivent offrir des garanties équivalentes.

Dans une affaire récente, le fisc avait adressé sa proposition de rectification au contribuable par mail avec un lien vers l'application « Escale » (échanges de fichiers sécurisés). Il avait la preuve que le destinataire du mail avait bien téléchargé le fichier.

La cour administrative d'appel de Paris a jugé que ce mail présentait des garanties équivalentes à celles d'un envoi par lettre recommandée avec accusé de réception tant en ce qui concerne la date de la notification de la proposition de rectification, que la connaissance qu'en avait le contribuable et que la confidentialité de la transmission de ce document (Cour administrative d'appel de Paris, 28/6/2024, n° 22PA05281).

Application mobile MMA Assurances : objectif atteint !



Facile d'utilisation et à télécharger l'application l'appli mobile MMA vous attend.

- 10 mois après le lancement de l'App MMA, l'objectif fixé pour sa 1^{ère} année de lancement a été atteint soit 165 000 téléchargements.
- La note moyenne des utilisateurs est de 4,2/5 (IOS & Android), ce qui démontre leur satisfaction. Voici quelques verbatims : "Excellente appli", "Pratique et ergonomique", "Appli simple et utile" ...
- Et vous, vous attendez quoi ?

Nouveau prêt avance rénovation à 0%

Depuis le 1^{er} septembre 2024 et jusqu'au 31 décembre 2027, le prêt avance rénovation (appelé aussi prêt avance mutation) peut être consenti à taux zéro pour financer des travaux d'amélioration de la performance énergétique dans les logements de plus de 2 ans utilisés comme résidence principale (Art. D. 31-11-1 et s. du Code de la construction et de l'habitation). Ce prêt, qui peut atteindre jusqu'à 50 000 €, n'est accessible qu'aux ménages aux revenus modestes. Par exemple, pour une famille de 4 personnes, les ressources annuelles ne doivent pas dépasser :

- 58 981 € en Ile-de-France,
- 44 802 € sur le reste du territoire.

Il s'agit d'un prêt hypothécaire remboursable au moment du changement de propriétaire, soit lors de la vente du bien immobilier, soit dans le cadre d'une succession.

Il est sans intérêts pendant les 10 premières années de l'em-

prunt, les intérêts étant pris en charge par l'État. Le prêt se poursuit ensuite au taux fixé par l'établissement prêteur. Il est donc particulièrement intéressant quand on souhaite rénover la performance énergétique de sa résidence principale afin de la vendre à un meilleur prix dans un délai de 10 ans.

A NOTER

Pour en savoir plus, on peut consulter le site de l'Agence nationale pour l'information sur le logement.





SINISTRE

« Cat. Nat » - Inondations en Espagne – et en France ?

→ *Proposé par Philippe Vézier.*

Drames humains, catastrophes économiques et écologiques, les premiers bilans des inondations qui ont dévasté une partie de l'Espagne, plus particulièrement Valence et sa région, les 29 et 30 octobre derniers, sont particulièrement lourds. Plus de 220 décès et des dizaines de disparus, un impact économique évalué à environ 22 milliards d'euros, un coût de reconstruction de plus de 31 milliards d'euros. Ces chiffres, provisoires, dépassent les conséquences cumulées des inondations de 2021 qui ont frappé la France, la Belgique, l'Allemagne et l'Autriche (40 milliards d'euros annoncés par les assureurs).

Jamais, selon la fédération des assureurs espagnols, UNESPA, l'Espagne n'avait subi un sinistre catastrophe naturelle aussi important.

Pour autant, les réserves financières du système ibérique d'indemnisation des catastrophes naturelles permettront de faire face aux 46 000 dossiers de déclara-

tions de sinistres déjà ouverts. Bien que 400 experts aient été missionnés, la tâche sera longue et difficile ; la chambre de commerce de Valence dénombreait 4 500 commerces impactés ; la chambre d'agriculture évoquait 50 000 hectares dévastés. Pour la région de Valence, le coût de la réparation des infrastructures, notamment celles des transports, va être gigantesque.

Cette évolution des catastrophes naturelles, en nombre et en capacité de destruction, ne frappe pas que nos voisins. La France n'y échappe pas. Les assureurs et les pouvoirs publics vont être contraints de prendre des décisions afin de pérenniser notre régime d'indemnisation.

En effet la charge des sinistres « cat. Nat » - tempête - inondation - sécheresse - grêle - a été multipliée par plus de 2 entre 2016 et 2021 par rapport à la moyenne annuelle des 15 années précédentes ; ce même ratio 2016-2021 a encore augmenté de plus de 100% pour les années 2022

et 2023, 2022 étant l'année où les indemnisations des sinistres climatiques ont été les plus importantes depuis 1999.

À l'horizon 2050, ces phénomènes climatiques pourraient encore augmenter de 40 à 70 pour cent aux dires des actuaires de compagnies d'assurances.

Les origines des catastrophes elles-mêmes évoluent également. Les modélisations réalisées mettent l'accent sur le développement des risques d'inondations et de grêle, en fréquence et en intensité, et, paradoxalement, de sécheresses avec la prise en compte dans les sinistres habitation du retrait - gonflement de l'argile.

Sources : journal sud-ouest ; Covea ; journal de l'économie.

Les déserts médicaux

Cette expression, s'est développée au fil du temps, au fur et à mesure de l'accroissement des difficultés pour tout un chacun à trouver un praticien, médecin généraliste ou spécialiste, ou autres auxiliaires médicaux, dans un délai raisonnable, ou urgent, et/ou de proximité. Ce phénomène est plus prononcé dans les campagnes et les petites villes, mais certaines spécialités peuvent, désormais, être également insuffisamment représentées dans des zones urbaines à forte densité. Ce terme de Désert Médical, désignant ce phénomène de carence d'offres de soins, est apparu au début des années 2000.

→ Proposé par Thierry Hessant, source l'argus de l'assurance.

C'est en 1971, sous le gouvernement de Jacques Chaban Delmas, que les médecins libéraux, craignant d'être trop nombreux [en 1967 près de 60 000 médecins ont été formés], ont réussi à convaincre l'Etat de limiter leur nombre par l'instauration d'un Numerus Clausus. Ce dernier pensait qu'en réduisant l'offre, il pourrait réduire les dépenses de Sécurité Sociale. En 1977, l'Etat, sous l'égide de Madame Simone Veil, ministre de la santé, diminue drastiquement l'accès au concours de médecine en passant de plus de 9 000 à 4 000 le nombre d'étudiants. Ce n'est qu'en 2022, que le Numerus Clausus a été abrogé sachant tout de même que les effectifs d'étudiants restent contraints par la capacité d'accueil et les moyens de formations des facultés. Les effectifs de médecins devraient donc continuer à diminuer jusqu'en 2026. En 2023, ce sont

10 000 étudiants qui ont été acceptés, ce qui ne réduira pas la pénurie avant 2030.

Parallèlement au numerus clausus, d'autres raisons ont conduit à l'apparition des déserts médicaux, tels que :

- La répartition inégale de l'implantation géographique des professionnels de santé, les jeunes médecins préférant plus souvent les grandes villes, la proximité des hôpitaux, des opportunités d'accès à des services, tant au plan professionnel que personnel.
- Le vieillissement de la population médicale
- La démographie en général, le vieillissement de la population nécessitant un besoin accru de soins notamment dans les zones rurales, là où les médecins sont souvent moins nombreux.

Selon l'Association des maires ruraux de France, environ 6 % de la population vivait dans un désert médical en 2023. Certaines régions sont particulièrement touchées comme le Centre-Val de Loire, la Bourgogne-Franche Comté ou le Limousin.

L'existence de ces déserts médicaux ne sont pas sans conséquence sur la sécurité sanitaire de nos concitoyens, en particulier sur les personnes âgées ou les personnes à mobilité réduite, un accès limité aux médecins pouvant entraîner un retard dans les diagnostics ou les soins préventifs. Ces déserts peuvent également avoir un impact sur le développement économique et social, certaines zones étant rendues moins attractives.

Face à cette situation éminemment politique et engageant bon nombre d'acteurs, Autorités Publiques et Organisations Professionnelles, l'Enseignement et Centres d'Etudes, des solutions de sortie de crise sont envisagées dont certaines déjà mises en œuvre.

- Remplacement du numerus clausus par un numerus apertus. Par opposition à son prédécesseur, le numerus apertus signifie nombre ouvert. Il s'agit, cette fois, d'un nombre minimum d'étudiants et non plus maximum sachant la limite naturelle d'un manque d'enseignants. C'est un retour de l'histoire.

- Développement de la télémédecine, consultation médicale à distance pour limiter les déplacements des patients.

- Equipement des hôpitaux locaux avec des outils numériques modernes. Nous bénéficions des progrès technologiques notamment de l'imagerie et des transferts de données.

- L'installation de maisons de santé pluridisciplinaires dans un même lieu pour offrir une meilleure prise en charge des patients et une meilleure coordination des praticiens créant ainsi des synergies.

- Mise en place par les pouvoirs locaux d'incitations financières pour encourager l'installation de médecins dans des zones sous dotées ; ainsi que des exonérations fiscales pour les jeunes praticiens dans les zones rurales.

- Recrutement de médecins étrangers en facilitant leur démarche

- Renforcement du rôle d'auxiliaires médicaux, tels que les infirmiers, sage-femmes, pharmaciens dans la délivrance de certains soins.

La santé joue un rôle primordial dans le développement d'une société et il y a tout lieu de penser que nos autorités ont pris enfin ce sujet à cœur, le terme désert aura probablement contribué à une prise de conscience et à l'émergence d'une nouvelle volonté de pallier nos difficultés quotidiennes.

Si dans le passé, la rétractation de l'offre



de soins fut considérée comme possible source d'économie, il s'est avéré qu'il est préférable d'adapter l'offre aux besoins. Il semble que nos autorités préfèrent désormais une rétractation de la prise en charge par le régime général. De plus, l'expérience a imposé d'elle-même une notion de comportement responsable.

Pour ce faire, l'Etat a institué :

- Une franchise sur les médicaments non remboursable par les complémentaires

- Un suivi médical autour du médecin traitant qui coordonne le parcours de santé

- Une part prise en charge, plus importante, par les assurances complémentaires santé dont les prestations servies ne pèsent plus sur le déficit de l'assurance maladie, mais ponctionnent des cotisations versées librement par les assurés auprès d'organismes privés.

Autre point d'amélioration d'accès à des services de santé, des Start-Up tels que Doctolib, accessibles à tous, se sont développées en particulier pendant la période de pandémie, en proposant des prises de rendez-vous et une traçabilité pour les pouvoirs publics de l'évolution de l'épidémie.

MMA Assurances est acteur sur ce marché et participe au suivi et à l'amélioration de la santé de leurs adhérents par des actions de préventions, d'informations, de conseils au moyen de télétraite-

ments sur des sites numériques dédiés, d'adhésion à des plateformes et à des réseaux partagés de médecins.

Elle s'appuie sur le réseau Santéclair qui est une plateforme regroupant 8 500 praticiens partenaires, 60 organismes d'assurances complémentaires qui ont pour objet de proposer aux assurés une analyse des symptômes autorisant des diagnostics, des conseils sur le parcours de soins à suivre, de réduire les dépenses des assurés par des prix convenus avec les professionnels, de simplifier les démarches administratives en vue d'obtenir le tiers payant, de mettre en contact avec un professionnel disponible. Du fait de son organisation digitale et de son expertise, Santéclair peut offrir un important gain de temps dans la prise en charge d'un problème de santé et pallier ainsi partiellement les conséquences des déserts médicaux.

Pour ceux de nos adhérents aux contrats complémentaires santé PRAGA ayant opté pour les options 200 ou 300, ils bénéficient désormais, eux, du réseau ITELIS regroupant un grand nombre de professionnels et disposant d'une architecture et proposant des services comparables à Santéclair.



Sports d'hiver, Sports de glisse, Sports de casques !

→ Rédigé par Xavier Royer.

*Pour un certain nombre d'entre nous, les sports d'hiver sont une bonne occasion pour passer de bons moments entre amis, en famille, avec les enfants et les petits enfants. Les sports de glisse, l'ambiance feutrée des stations sont autant de bonheurs simples à partager. Mais la pratique des sports de glisse n'est pas exempte de dangers. Chaque hiver, on dénombre **en moyenne de 130 à 140 000 blessés en stations**, rappelle le site Domaines Skiabiles de France.*

Accidents de ski : le troisième jour surtout...

Les médecins et personnels infirmiers en poste dans les stations de ski rapportent que la majorité des accidents survient au troisième jour des vacances. Pourquoi ? Tout simplement parce que le skieur prend alors confiance en ses possibilités et, en même temps, ignore sa propre fatigue.

Les collisions sont à l'origine d'un grand nombre d'accidents, parmi ces accidents, plus du quart des blessures sont portées à la tête.

Le casque de ski : le bon réflexe pour éviter les complications :

Porter un casque au ski apparaît comme le premier geste à adopter puisque cela permettrait de diviser par deux les risques d'accident grave sur les pistes et par dix les risques de traumatisme crânien. Ces dernières années, le port du casque se généralise en France, particulièrement chez les jeunes : Plus de 70% des 13-30 ans portaient cette protection en 2019, soit environ 10 points de plus qu'en 2016, selon un rapport du Système national d'observation de la sécurité en montagne publié en 2019.

Le port du casque est indispensable afin de minimiser les risques, chez les enfants, mais aussi chez les adultes...

Si porter un casque pour le ski est un réflexe dans de nombreux pays, en France, encore trop peu de skieurs s'y sont mis.

Il faut dire que le casque n'est pas obligatoire. En effet, si l'École du ski français l'impose pour l'inscription des enfants aux cours, rien n'oblige les adultes à le porter.

Les professionnels du ski sont formels : à 60 km/h sur les pistes, les collisions sont aussi brutales que des chocs d'accidents de voiture.

Le casque de ski : un accessoire pratique :

Non seulement porter un casque pour le ski est un geste essentiel pour la sécurité, et en plus de vous protéger des chocs, le casque de ski vous permet également de vous passer de bonnet et de bénéficier d'un bon apport de chaleur.

Couplés à plus ou moins d'aération sur le casque, les matériaux respirants qui composent les doublures vous permettent de garder votre tête à une bonne température et d'éviter les coups de chaud.

Vous pourrez aussi porter un casque pour le ski doté d'une visière : vos yeux seront parfaitement protégés, la buée évitée et, si vous portez des lunettes, vous pourrez tout à fait les garder sous votre casque à visière – à condition



d'avoir de petites montures. Porter un casque à visière pour le ski vous permettra également d'accéder facilement à des verres traités pour chacune des conditions climatiques. Grand soleil ou temps couvert ne nécessitent en effet pas le même type de verre et de nombreux casques sont donc vendus avec des visières interchangeable. Désormais les casques de ski sont légers et confortables.

Toutes les bonnes raisons de porter un casque :

La première bonne raison de porter un casque de ski est donc de protéger sa tête lors d'un accident, car il est prouvé que porter un casque permet de réduire la gravité des lésions liées à un choc à la tête.

Le port du casque n'est pas obligatoire, mais fortement conseillé :

Plus chaud qu'un bonnet, il en existe pour toutes les têtes, petites ou larges, de toutes les formes, avec des serrages différenciés pour s'ajuster au mieux à chacun.

Allié numéro 1 de votre sécurité, le casque de ski améliore également votre confort.

Les professionnels de la médecine et sécurité de la montagne sont unanimes et

conseillent tous de porter un casque afin de vous protéger en cas de chute et de chocs à la tête.

Et, bien évidemment, il ne faut pas oublier de vérifier que vos contrats d'assurances, Garantie des Accidents de la Vie et autres, prennent en compte les suites et conséquences des misères, qui pourraient vous arriver sur les pistes ou, tout simplement, en glissant sur une plaque de glace en sortant de l'épicerie de montagne, où vous êtes allé faire le plein de raclette et de charcuterie de montagne... Mais ce n'est pas à des anciens assureurs que nous allons faire le discours de la prévention...

Faites attention à vous et à vos proches et profitez pleinement de ces moments de plaisir qui resteront gravés à jamais dans vos mémoires.



URGENCE

Un numéro unique vous rappelle

Publié le 25/10/24 Editions Prat, proposé par JM Martin

Lorsque vous êtes dans une situation d'urgence, vous appelez un numéro de téléphone dédié comme le 18 pour les pompiers, le 17 pour la gendarmerie ou la police ou encore le 197 pour une alerte attentat.

Depuis le 1^{er} octobre 2024, en cas d'appel à l'un de ces numéros d'urgence, vous pourrez être rappelé par le 0800 112 112 si des informations supplémentaires sont nécessaires, comme par exemple un complément d'adresse ou des précisions sur la situation.

Il est conseillé d'enregistrer ce numéro dans ses contacts afin de ne pas le confondre avec des appels commerciaux ou malveillants. Vous pourrez ainsi répondre sans crainte et sans coût.

BON À SAVOIR

En cas d'urgence, quand on a des problèmes pour entendre ou parler, on peut envoyer un SMS au 114.



Jeu des 7 erreurs



Qu'est-ce que l'Épiphanie et l'origine de la galette des rois ?

L'Épiphanie, célébrée le 6 janvier chez les catholiques, commémore l'arrivée des Rois mages à Bethléem pour honorer la naissance de Jésus. Gaspard, Melchior et Balthazar, guidés par une étoile, apportèrent trois présents symboliques : Or pour sa royauté, Encens pour sa divinité, Myrrhe pour son humanité.

La tradition de la galette n'a pas d'origine chrétienne. Elle remonte aux Saturnales romaines, fêtes en l'honneur de Saturne et du solstice d'hiver. On partageait alors un gâteau rond et doré, symbolisant le soleil, dans lequel une fève (haricot) était cachée. Celui qui la trouvait devenait « roi d'un jour ».

Pavie, Italie. 11/11/2017.
Peinture de l'Adoration des
Rois mages qui déposent devant
l'Enfant Jésus des présents
d'or, d'encens et de myrrhe,
et l'adorent. XVI^e siècle.
Actuellement au Castello
Visconteo.