



n° 342

Le Mutualiste Municipal

ORGANE OFFICIEL DE LA MUTUELLE DES MUNICIPAUX - Mars 2017 - I.S.S.N. 1269-5416 - Trimestriel - Prix unitaire : 0,91 euros

VIE MUTUALISTE

- HOMMAGE à M. François MOSCATI
- RUBRIQUE CONSEILS
- ASSISTANCE AUX PERSONNES
- LA MUTUELLE A VOTRE SERVICE
- TABLEAU DES PRESTATIONS
- CENTRE DE SANTÉ
- CENTRE DENTAIRE

SANTÉ

- Médecine automédication : les règles à respecter
- Travailler devant un écran n'est pas sans risques

SOCIÉTÉ

- Quel sport pour quel enfant ?
- Fêter Pâques

LOISIRS

- JARDIN : l'arrivée printanière
- RECETTES :
 - Mitonné d'Agneau en sauce rouge
 - Fraises du Rucher, façon crumble

**MUTUALITÉ
FRANÇAISE****Nouveau Numéro****0811 900 392**Prix d'un appel local depuis un poste fixe
Tarif moyen 6 cts€/min**Ligne Directe****55 112**Ville de Marseille
Mutuelle des Municipaux



SOLUTION AUDITION

PUIGCERVER Eric & BARDY Stephane Audioprothésistes

- **1/3 payant municipaux**
- **Test auditif Gratuit** non médicalisé
- **Garantie 2 ans Panne et Casse offert aux adhérents**
- **Paielement 10 fois sans frais**

Nous rencontrer :

CC la Rouvière
83 Bd du Redon
13009 Marseille
 **04.91.78.94.09**



Votre prothèse auditive à partir de :

500€



Passez aux relevés de prestations en ligne !

Arrêtez les décomptes papier et
Consultez vos remboursements sur www.Cybeles.fr

Simple	Vous accédez directement à vos remboursements en ligne.
Pratique	Vos remboursements sont consultables en ligne 24h/24h, 7j/7, où que vous soyez.
Rapide	Vos alertes e-mail personnalisées Vous êtes informés en temps réel de l'état de vos remboursements.
Gratuit	Ce service est totalement gratuit quelle que soit votre fréquence d'utilisation.
Ecologique	Vous contribuez concrètement à la préservation de notre planète. Moins de papier et moins de classement !
Souple	Votre choix est réversible. Vous pouvez à tout moment revenir au papier en effectuant votre demande par mail.

J'ai fait mon choix, **Je consulte mes remboursements en ligne !**

J'arrête les décomptes mensuels par courrier et je consulte mes remboursements en ligne sur www.cybeles.fr / espace adhérent / Consulter vos prestations (Merci de cocher la case)

 Renvoyez votre coupon réponse à :
Mutuelle des Municipaux - 4, rue venture - CS 41822 – 13221 Marseille Cedex 01

Nom: Prénom:

Numéro d'adhérent:

E-mail:@

 Ou envoyez votre demande par mail à prestation@mut-mun-provence.fr

LA VIE MUTUALISTE

- Le Mot du Président :
HOMMAGE à
M. François MOSCATI 3
- Rubrique Conseils. 4
- Assistance aux personnes 5
- La Mutuelle à votre service 6
- Tableau des prestations 7
- Centre de Santé 8
- Centre Dentaire 8

LA SANTÉ

- Médecine Automédication :
les règles à respecter 10-11
- Travailler devant un écran
n'est pas sans risques 12-13

LA SOCIÉTÉ

- Quel sport pour quel enfant ? . 14-15
- Fêter Pâques. 16

LES LOISIRS

- Le Coin du Jardinier :
l'arrivée printanière 17
- Recettes de tatie Jacqueline C. :
- Mitonné d'Agneau en Sauce Rouge 18
- Fraises du Rucher, façon crumble. . 18

Ligne Directe

☎ 55 112

Ville de Marseille
Mutuelle des Municipaux

Nouveau Numéro

☎ 0811 900 392

Prix d'un appel local depuis un poste fixe
Tarif moyen 6 cts€/min

Notre président nous a quitté!



HOMMAGE

à M. François MOSCATI

Notre président nous a quitté!

François Moscati, président emblématique de notre mutuelle depuis 1983 aura marqué le monde mutualiste par sa combativité et son abnégation.

Féroce partisan d'une mutuelle indépendante des grands groupes impersonnels, il a toujours œuvré pour la proximité et le contact humain.

Militant aux multiples facettes, il aura été également conseiller régional et conseiller municipal.

Leader historique du syndicat Force Ouvrière des municipaux, il a été aussi l'un des artisans et des conseillers de Gaston

DEFERRE, quand celui ci ministre de l'intérieur a été à l'initiative de l'élaboration de la loi de décentralisation.

Il a ainsi contribué à amender cette loi PLM au plus près des intérêts des agents territoriaux.

Merci François pour tous les combats que tu as mené! Avec tout le Conseil d'administration, nous allons tout mettre en œuvre pour perdurer notre Mutuelle en la modernisant encore et en mettant l'accent sur la proximité, l'accueil, la qualité des soins et de ses remboursements.

Le Président Patrick Rué

Direction Administrative et Rédaction : 4, Rue Venture - C.S. 41822 - 13221 Marseille Cedex 01. Tél : 0811 90 03 92 - FAX : 04.91.13.93.15 . e-mail : controle@mut-mun-provence.fr. CCP 1692 38 U Marseille -
Directeur de Publication : Paul R.G. DEROUILLHE - **Responsable de Rédaction :** Paul R.G. DEROUILLHE - **Composition du Conseil d'Administration de la Mutuelle des Municipaux :**
Président : Patrick RUÉ - MM. Lionel Alaimo, François Amico, Patrice Ayache, Arthur Biberian, Liliane Cardi, Michel Cauvin, André Conte, Richard Contrera, Claudine Demazière, Paul Derouillhe, Jean-Pierre Garcia, Eric Gilly, Mireille Giliberti, Jean-Pierre Gros, Michel Karabadjakian, Joelle Lafont, Pierre Lauzat, Nicole Leborgne, Marc Levy, Bruno Moscatelli, Odile Lupori, Irène Magro, Félix de Maria, Francis Mencacci, Michel Evelyne, Gérard Pinelli, Carine Pinet, Martine Polese, Laurent Rocchi, Christelle Rue, Michel Savino, Henri Sogliuzzo, Patrick Soudais, Alain Vollaro. **Membres du bureau :** **Président :** Patrick RUÉ -
2^{ème} Vice-Président : Patrick SOUDAIS - **3^{ème} Vice-Président :** J. Pierre GROS - **Trésorier Général :** Michel CAUVIN - **Trésorier Adjoint :** Alain VOLLARO - **Secrétaire Général :** Arthur BIBERIAN - **Secrétaires Adjointes :**
André CONTE, Mme. Liliane CARDI - **Conseillers Techniques :** MM. AMICO, DE MARIA - **Directeur :** Mme Margaret HONTALVA - **Le Mutualiste Municipal** - organe officiel de la Mutuelle des Municipaux -
Mutame Provence N° 13 1092 - Prix du numéro 0,91 euros. Abonnement annuel : 3,64 euros. Périodicité : trimestrielle Commission paritaire N° 1112 M 06261 - N° ISSN 1269-5416. Dépôt légal 7 Janvier 2010.
Publicité : S.A.C.P. - Crédits photos : fotolia.fr / Composition création : Compographique : Tél : 04.91.50.34.34 - Imprimeur : Compographique - 46, Avenue des Olives - 13013 Marseille. 04 91 50 34 34
La reproduction des articles et photos du Mutualiste Municipal est interdite sans autorisation écrite des auteurs.

VIE

MUTUALISTE

Rubrique Conseils



Pour toutes modifications de situation, penser à nous fournir :

Modification situation familiale :

Naissance : Photocopie du livret de famille.
Mariage : Photocopie du livret de famille.
Décès : Acte de décès.

Modification situation professionnelle :

Congé parental, congé sans solde :

Fournir un arrêté.

Mise à la retraite : courrier à nous adresser accompagné d'un arrêté de mise à la retraite.

**Pour tout courrier
Envoyer vos demandes
à l'adresse suivante :**

MUTUELLE DES MUNICIPALUX
MUTAME PROVENCE
CS 41822
13221 Marseille Cedex 01

**Afin de pouvoir vous contacter rapidement,
merci d'indiquer votre numéro de téléphone et
votre mail dans toutes vos correspondances.**

Adhérents Retraités de la Fonction Publique Territoriale

Le Fonds d'Action Sociale
de la CNRACL propose
une aide santé cotisations Mutuelle

Cette aide est destinée à la prise
en charge d'une partie de vos cotisations à une
Mutuelle santé.

Vous pouvez adresser votre demande
à l'adresse suivante :

C.N.R.A.C.L.
Rue du Vergne
33059 - BORDEAUX CEDEX
Tél : 05.56.11.36.68
e-mail : www.cnracr.fr

VOS OPTICIENS AGRÉÉS PAR LA MUTUELLE

L'OPTIQUE STEPANIAN
VENI VIDI
OPTICIENS



30, Rue Paradis - 13001 MARSEILLE - Tél. 04 91 33 82 51

CENTRE D'OPTIQUE MÉDICAL



GÉRARD



14, rue Decazes - 13007 Marseille - Tél. 04 91 52 80 48



L'OPTIQUE

KIEFFER



21, Rue Montgrand - 13006 Marseille - Tél. 04 91 33 03 61
14, Rue de la République - 13400 Aubagne - Tél. 04 42 03 10 92

VOS AVANTAGES

TIERS PAYANT INTEGRAL

- **FORFAIT** jusqu'à **200€** + SS (1 monture + 2 Verres unifocaux).
- **FORFAIT** jusqu'à **400€** + SS (1 monture + 2 Verres progressifs).
- FACILITÉ DE PAIEMENT EN PLUSIEURS FOIS SANS FRAIS
- REMISE **20 %** SUR VOS ACHATS (Hors Promo).
- GARANTIE CASSE **1 AN** SUR MONTURE ET VERRES
(SUR VICE DE FABRICATION)
- ASSISTANCE, ENTRETIEN : GRATUIT

Tous les avantages sont étendus aux Familles

Mutame Provence Services

Mutame Provence Services, Bonjour ! »



C'est ainsi que vous êtes accueillis depuis le 1^{er} janvier 2009 par notre service d'écoute, de conseils et d'assistance, spécialisé dans une réponse médico-sociale au téléphone.

Pour votre aide à la vie

quotidienne et votre assistance à domicile, jusqu'à présent vous faisiez appel à Mutissimo.

Votre mutuelle, toujours proche de vous et attentive à vos besoins, a souhaité faire évoluer le contenu de ces services en mettant en place une ligne téléphonique dédiée.

Sur simple appel téléphonique, votre demande est comprise et traitée par un personnel compétent. Nos équipes vous proposent une aide adaptée à votre situation et vous donnent des conseils personnalisés sur vos droits. Vous pouvez également dialoguer avec des interlocuteurs spécialistes en leur domaine : juriste, puéricultrice, assistante sociale, psychologue clinicienne diplômée...

• «Ma femme est hospitalisée !»

Dès une nuit passée à l'hôpital, quelle qu'en soit la cause, nous mettons en place une aide à domicile, ou bien nous organisons la garde de vos enfants.

Nous pouvons en outre vous mettre en relation avec une personne compétente qui vous renseigne sur vos droits, recherche des solutions d'aides complémentaires.

Si la maladie vous soucie, notre psychologue est à votre disposition pour vous écouter.

• «Mon enfant est malade, il va manquer l'école 3 mois !»

Tout d'abord, nous allons vite vous dépanner pendant quelques jours, le temps de vous organiser. Nous envoyons une garde d'enfant à votre domicile pour que vous puissiez continuer à travailler (5 jours maximum). Puis nous prendrons en charge l'école à domicile afin que votre enfant poursuive ses études (maximum 10 heures par semaine).

• «Je viens d'accoucher et bébé pleure toute la nuit, son petit frère de 5 ans fait des cauchemars !»

Une puéricultrice vous donne des conseils sur tout ce qui touche à l'alimentation, l'hygiène, les soins, l'éducation, les modes de garde... Ces renseignements et conseils concernent l'enfant de 0 à 6 ans. Vous pouvez l'appeler autant de fois que vous le souhaitez.

• «Papa vient de décéder et je suis exténuée car ma mère m'en fait voir de toutes les couleurs !»

Notre service de soutien psychologique est à même de vous faire comprendre les réactions de votre mère et peut également vous procurer l'écoute dont vous avez besoin.

• «Mon voisin n'a pas taillé sa haie depuis 3 ans, ce qui fait de l'ombre à mon jardin potager !

Notre juriste vous explique comment procéder vis-à-vis de votre voisin selon la réglementation en vigueur. Chaque entretien téléphonique dure en moyenne 15 minutes. Pour des questions très pointues et si des recherches sont nécessaires, vous avez la réponse au maximum dans les 48 heures. Vous pouvez demander ce service d'informations juridiques autant de fois que vous le souhaitez dans l'année.

• «Je sors de l'hôpital, je suis isolé et mes capacités d'autonomie sont réduites, étant resté hospitalisé 35 jours !»

Nous prenons en charge l'installation d'un système de téléassistance qui vous permet de rester en permanence en lien avec l'extérieur. Une aide à domicile vient vous aider au plus vite et notre assistante sociale va échanger avec les services du Conseil Général pour une demande d'APA en urgence.

• Autres services et prestations d'assistance :

- Aide à domicile pendant toute la durée d'un traitement de chimiothérapie, de radiothérapie
- Garde des ascendants à charge et vivant sous votre toit si vous êtes hospitalisé
- Rapatriement médical
- Frais médicaux à l'étranger
- Garde des animaux en cas d'hospitalisation
- En cas de décès à plus de 50 km du domicile : prise en charge des frais de transport et des frais liés aux nécessités de ce transfert vers le lieu d'inhumation.

Cette liste n'est pas exhaustive, nous vous fournirons le document contractuel des Conditions Générales d'assistance sur simple demande.

IMPORTANT !

Ne déclenchez pas de mise en place d'une prestation pouvant être prise en charge dans le cadre de vos garanties d'assistance, sans notre accord préalable au 09 69 32 96 84.



Mutame Provence Service

☎ 09 69 32 96 84

24/24 h - 7/7 j

Prix d'un appel local depuis un poste fixe

Tarif moyen 6 cts€/min



La Mutuelle à votre Service

Santé

- **Tiers payant généralisé**
Pharmacie, laboratoire,
radiologie, optique...
- **Prothèses dentaires 300%**
(tarif de convention
sécurité sociale plafonds
1200€ par an et 1500€
au Centre Dentaire de Marseille)
- **Forfait optique jusqu'à 400 €**
- **Centre de Santé Marseille**
51, rue de Rome
Tél: 04.91.13.98.89
Vaccin antigrippe gratuit
Consultation diététique gratuite
Consultation psychologue gratuite

Prévoyance

- **Complément de salaire**
Un contrat prévoyance
« incapacité de travail »
vous couvre pendant 3 années
de maladie
(incluant le traitement à pleine
solde payé par votre employeur).

Services

- **Caution de prêt immobilier**
Tél : 0811 900 392
Contrat collectif Union MUTAME
63 bvd de Strasbourg – 75010 Paris
- **Assistance aux personnes**
En cas d'hospitalisation
- aide à domicile
- écoute psychologique
- assistantes sociale, psychologue,
puéricultrice, juriste.
N° : 09 69 32 96 84
Contrat souscrit auprès de RMA
46, rue du moulin - BP62127
44121 Vertou Cedex
- **Crédit Social des Fonctionnaires**
Tél: 04.91.29.61.60
- **Association Familiale d'Aide
à Domicile**
AFAD - Tél: 04.91.33.43.43

Loisirs

- **Un parc pour vos pique-niques**
Les Garrigues. Route de Lambesc à Rognes
Ouvert du 1er mai au 30 septembre
- **Une salle pour vos fêtes**
Tél: 04.42.50.17.15

Ligne Directe

 **55 112**

Ville de Marseille
Mutuelle des Municipaux

Nouveau Numéro

 **0811 900 392**

Prix d'un appel local depuis un poste fixe
Tarif moyen 6 cts€/min

Tableau des Prestations Santé 2017 - Contrats Labellisés

Régime obligatoire + Couverture Mutuelle dans le cadre du parcours de soins

Les conditions de versement des prestations figurent dans le règlement mutualiste

	LABEL 1	LABEL 3	LABEL 3S
Consultation et Visite -			
Généraliste	100%	100%	100%
Dépassement d'honoraires des spécialistes sauf Psychiatre signataire du Contrat d'accès aux soins	100%	100%	150%
Dépassement d'honoraires des spécialistes sauf Psychiatre non signataire du Contrat d'accès aux soins	100%	100%	130%
Examens médicaux			
Laboratoire	100%	100%	100%
Radiologie	100%	100%	100%
Pharmacie			
Vignettes blanches	100%	100%	100%
Vignettes bleues	65%	95%	100%
Vignettes orange	15%	15%	80%
Contraceptif oral non remboursable par la Sécurité Sociale	-	-	100%
Paramédical			
Auxiliaires Médicaux	100%	100%	100%
Frais de transport	100%	100%	100%
Hospitalisation			
Forfait honoraires chirurgicaux	-	-	100 €
Frais de séjour	100%	100%	100%
Accompagnement 1 enfant de moins de 16 ans	15,25 €	15,25 €	15,25 €
Chambre particulière (3)	15,25 €	27,50 €	50,00 €
Forfait journalier hospitalier	100%	100%	100%
Forfait accouchement	100 €	300 €	300 €
Grossesse médicalement assistée forfait par FIV	-	-	100 €
Dentaire			
Soins dentaires	100%	100%	100%
Prothèse dentaire (accord Sécurité Sociale)(1)	100%	170%	300%
Forfait orthodontie annuel remboursé par le régime obligatoire	100%	100% + 153 €	100% + 1 000 €
Implant dentaire forfait annuel	-	-	1 000 €
Appareillage			
Appareillage	100%	100%	100%
Prothèse capillaire, prothèse de sein	100%	100%	200%
Forfait Acoustique (1 forfait tous les 2 ans)	100% + 92 €	100% + 305 €	100% + 305 €
Optique			
(a) Equipement à verres simple foyer (sphère comprise entre -6.00 et +6.00 dioptries et cylindre inférieur ou égal à +4.00 dioptries (2)	100%	60% + 160 €	60% + 200 €
(b) Equipement comportant un verre mentionné au (a) et un verre mentionné au (c) (2)	100%	60% + 160 €	60% + 200 €
(c) Equipement à verres simples foyer (sphère hors zone de -6.00 à +6.00 dioptries ou cylindre supérieur à +4.00 dioptries) et à verres multifocaux ou progressifs (2)	100%	60% + 200 €	60% + 300 €
(d) Equipement comportant un verre mentionné au (a) et un verre mentionné au (f) (2)	100%	60% + 300 €	60% + 400 €
(e) Equipement comportant un verre mentionné au (c) et un verre mentionné au (f) (2)	100%	60% + 300 €	60% + 400 €
(f) Equipement pour adulte à verres multifocaux ou progressifs sphéro-cylindriques (sphère hors zone de -8.00 à +8.00 dioptries ou à verres multifocaux ou progressifs sphériques (sphère hors zone de -4.00 à +4.00 dioptries) (2)	100%	60% + 300 €	60% + 400 €
Forfait lentilles annuel si remboursé par le régime obligatoire	100%	100%	60% + 100 €
Forfait annuel chirurgie réfractive pour myopie	-	-	400 €
Médecine douce			
Forfait annuel : Ostéopathie, acupuncture 5 séances X 30€ (inscrit au fichier national de leur profession)	-	-	150 €
Cure thermique			
Frais d'établissement, transport, hébergement	75%	95%	100%
Prévention			
Amniocentèse non remboursable par la Sté Sle	-	-	100%
Densitométrie osseuse pour les femmes de + 50 ans	Oui	Oui	Oui
Vaccin anti-grippe	Oui	Oui	Oui
Dépistage des troubles de l'audition + 50 ans	Oui	Oui	Oui

Prise en charge par la Mutuelle du forfait de 18€ sur les actes médicaux dits «lourds» (décret N° 2006-707 du 19/06/06)

Toutes ces garanties répondent au cahier des charges des Contrats responsables

La Mutuelle ne prend pas en charge la participation forfaitaire de 1 euro et les éventuelles franchises applicables au 01/01/2008

Caution Immobilière : contrat collectif souscrit auprès de l'Union Mutame : 63 Bd de Strasbourg - 75010 Paris

Assistance aux personnes : contrat collectif souscrit auprès de Ressources Mutuelles Assistance (N° : 09 69 32 96 84)

(1) - Plafond annuel 1 200 € et 1 500 € suite accord Centre Dentaire de Marseille, au-delà de ce plafond prise en charge du ticket modérateur uniquement

(2) - Tous les 2 ans sauf enfants - 18 ans et changement de vue. Le prix de la monture est plafonné à 150 €

(3) - 30 jours par hospitalisation, (hors maison de repos et psychiatrie) à compter de la date de début d'hospitalisation



Le Centre de Santé des Municipaux



51, Rue de Rome – 13001 Marseille • Du lundi au vendredi de 8h15 à 19h00

- Un accès aux soins pour tous
- Tiers payant sécurité sociale et mutuelles
- Pas de dépassement d'honoraires
- Un éventail complet de spécialités médicales
- Quatre généralistes permanents



Médecins : 04.91.13.98.88

04.91.13.98.89

Dentistes : 04.96.17.63.35

MÉDECINE SPÉCIALISÉE

- Médecine générale
- Cardiologie
- Dermatologie
- Gastro-entérologie
- Gynécologie-obstétrique
- Médecin nutritionniste
- Médecine physique-réadaptation
- Endocrinologie
- Ophtalmologie
- O.R.L.
- Pneumologie - Allergologie
- Psychiatrie
- Rhumatologie
- Urologie

PARAMÉDICAL

- Pédicurie - Diététique - Ostéopathie - Psychologie



Centre Dentaire de Marseille

Vous bénéficiez d'avantages

Dans le cadre du partenariat avec la Mutuelle des Municipaux de Marseille

- **19** chirurgiens dentistes à votre service
- La garantie de **soins de qualité**, prothèses, orthodontie
- **Une prise en charge complète** grâce au tiers-payant sur présentation des cartes vitale et mutuelle
- Remboursements **améliorés**
 - 300% du tarif conventionné Sécurité Sociale (plafond 1500€)
 - Orthodontie des enfants de -16 ans
- Des **prix étudiés** pour les prothèses dentaires
- **Accès facile** – parking Hôtel de Ville à proximité

Centre Dentaire de Marseille

● 20/26, rue Caisserie 13002 Marseille
 Prise de rendez-vous: 04.96.11.62.96
 Sans interruption et le samedi de 8h à 12h.

● 51, rue de Rome 13001 Marseille
 Prise de rendez-vous: 04.96.17.63.35
 Du lundi au vendredi de 8h à 19h

Centre Dentaire d'Aubagne

60 all Faienciers - Bât B - 13400 Aubagne
 Prise de rendez-vous : 04 42 84 65 02

Du lundi au vendredi de 8h30 à 13h et de 14h à 19h

Les règles à respec-

Que ce soit pour un rhume, un mal de gorge ou un mal de tête, les Français sont nombreux à se soigner eux-mêmes, sans passer par la case médecin. Pour contrer ces petits troubles du quotidien, ils vont réutiliser un médicament déjà prescrit ou en acheter sans ordonnance en pharmacie. Une pratique risquée si certains points de vigilance ne sont pas respectés.

Selon une enquête réalisée par l'institut Ipsos pour l'Association française de l'industrie pharmaceutique pour une automédication responsable (Afipa) et publiée en mars 2016, 80 % des Français auraient eu recours à l'automédication afin de traiter des troubles bénins au cours de l'année passée. Pour 92 % des personnes interrogées, les symptômes auraient disparu sans qu'elles aient eu besoin de consulter un médecin. Quelque 91 % des Français se sentiraient d'ailleurs capables de gérer seuls certains « problèmes de santé simples ». De leur côté, les médecins généralistes sondés reconnaissent que 45 % de leurs patients sont capables de soigner par eux-mêmes les maux bénins. Ils concèdent également que le développement de l'automé-



dication pourrait désengorger leur cabinet (59 %), réduire les dépenses de santé (53 %) et leur permettre de se recentrer sur des problèmes sanitaires plus lourds (63 %).

Traiter les troubles bénins

Le Conseil national de l'ordre des médecins définit l'automédication comme « l'utilisation, hors prescription médicale, par des personnes, pour elles-mêmes ou pour leurs proches, et de leur propre initiative, de médicaments considérés comme tels et ayant reçu l'AMM (autorisation de mise sur le marché, NDLR), avec la possibilité d'assistance et de conseils de la part des pharmaciens ». Autrement dit, le patient qui souffre d'un rhume, d'un mal de gorge, de tête, de



AUTOMÉDICATION

MEDECINE AUTOMEDICA-

dent ou de ventre ou encore d'un petit traumatisme pioche dans la pharmacie familiale ou se rend directement en officine pour acheter des médicaments.

Le recours à l'automédication présente un avantage de taille pour le patient : la rapidité. Dans certaines

régions, obtenir un rendez-vous avec un médecin généraliste peut s'avérer difficile, alors que les officines sont plus accessibles. « Certains patients se servent directement dans les produits en libre accès, d'autres

viennent demander conseil au comptoir, observe Marcelline Grillon, pharmacienne et vice-présidente de la section A des pharmaciens d'officine de l'Ordre des pharmaciens. Dans tous les cas, nous accompagnons les patients dans leur choix, nous les conseillons et leur posons des questions pour éliminer d'éventuelles contre-indications ou des indices de gravité qui retarderaient le diagnostic. Si le patient nous présente sa carte Vitale et qu'il a un dossier pharmaceutique, nous pouvons consulter son historique pour éviter le risque d'interaction avec un autre traitement, puis nous renseignons le nom des médicaments pris, ce qui est important pour la sécurité des dispensations ultérieures. »



Si le patient nous présente sa carte Vitale et qu'il a un dossier pharmaceutique, nous pouvons consulter son historique pour éviter le risque d'interaction avec un autre traitement, puis nous renseignons le nom des médicaments pris, ce qui est important pour la sécurité des dispensations ultérieures. »



Demander conseil au pharmacien

En effet, l'automédication n'est pas sans risque. Elle peut entraîner un retard de diagnostic, engendrer une dépendance à certaines substances, et les interactions avec d'autres médicaments



ou avec certains aliments peuvent avoir des conséquences sur la santé. « Les antihistaminiques sont, par exemple, contre-indiqués aux personnes qui sont traitées pour un glaucome. L'ibuprofène est, lui, interdit aux femmes enceintes », illustre la pharmacienne. Le premier réflexe doit donc être de solliciter les conseils de son pharmacien avant de se soigner seul.

« Même vendus sans ordonnance, les produits d'automédication restent des médicaments, il est donc important de lire la notice, de respecter les doses maximales et de vérifier que la date de péremption n'est pas dépassée, poursuit Marcelline Grillon. Pour traiter les enfants, il est nécessaire d'être vigilant sur le dosage. Enfin, si au bout de quelques jours les symptômes persistent, il ne faut pas hésiter à consulter son médecin et à lui indiquer quels médicaments on a pris. »



« Même vendus sans ordonnance, les produits d'automédication restent des médicaments, il est donc important de lire la notice, de respecter les doses maximales et de vérifier que la date de péremption n'est pas dépassée, poursuit Marcelline Grillon. Pour traiter les enfants, il est nécessaire d'être vigilant sur le dosage. Enfin, si au bout de quelques jours les symptômes persistent, il ne faut pas hésiter à consulter son médecin et à lui indiquer quels médicaments on a pris. »

Léa Vandeputte

La conservation des médicaments

La bonne conservation des médicaments participe à la préservation de leur efficacité, mais aussi au respect des règles de sécurité. Ainsi, il est conseillé de les garder dans un endroit sec, à l'abri de la chaleur et inaccessible aux enfants, l'idéal étant une armoire située en hauteur et fermée. Ils doivent être rangés dans leur boîte d'origine avec leur notice. Les médicaments non utilisés ou périmés, qu'ils soient entamés ou non, doivent être rapportés en pharmacie, où ils seront collectés, puis détruits.



Travailler devant un écran n'est pas sans risques

Entre temps de travail et loisirs, nombreuses sont les personnes qui passent plus de huit heures par jour devant un écran. Or cette habitude peut avoir des effets sur la santé. Pour limiter les risques, de bonnes pratiques sont nécessaires.

L'informatique est omniprésente dans l'environnement de travail, et le temps que l'on passe devant un écran ne cesse d'augmenter. Dans le secteur tertiaire, beaucoup restent toute la journée assis devant un ordinateur et, une fois rentrés chez eux, certains s'y remettent, pour surfer sur le Net par exemple. Une telle pratique n'est pourtant pas anodine. Même s'il ne s'agit pas d'un risque immédiat, de mauvaises habitudes peuvent, à la longue, générer des troubles de santé. Le travail sur écran « ne constitue pas un risque soumis à une surveillance médicale particulière, précise Marie-Anne Gautier, médecin du travail et expert d'assistance médicale à l'Institut national de recherche et de sécurité (INRS), mais les deux principaux facteurs de risques associés au travail devant un écran sont les contraintes visuelles et celles sur l'appareil locomoteur ».

La sédentarité en cause

« Dans les métiers du BTP ou de la maintenance, les contraintes exercées sur le corps sont évidentes. Celui-ci est très sollicité et les postures sont souvent inconfortables et contraignantes, remarque Laurent Kerangueven, ergonomiste et expert d'assistance conseil en prévention à l'INRS. Lorsque l'on regarde travailler un salarié du secteur tertiaire, c'est beaucoup moins évident. »

Il met en garde contre les dangers de la sédentarité et préconise de « saisir la moindre occasion pour bouger de son poste, car la posture statique, contrairement à ce que l'on pourrait croire, est une source importante de troubles musculo-squelettiques (TMS) ». Selon l'ergonome, un cercle vicieux risque de s'installer : « Quand une personne travaille huit heures par jour à son bureau pratiquement sans bouger,

bien souvent, en fin de journée, elle conserve un comportement sédentaire. Le temps passé derrière un écran se prolonge une fois rentré à la maison, avec la télévision, le smartphone, la tablette... » De plus, les douleurs que l'on peut ressentir, liées à ce type de travail, incitent à faire le moins d'efforts possible.

Le haut du corps qui souffre

Il est fréquent que les personnes travaillant sur écran se plaignent de douleurs au dos, à l'épaule, au coude, au poignet ou à la nuque. Le poignet et les doigts, par exemple, sont sollicités de manière répétitive. « Les douleurs peuvent aussi être dues à la position de la souris, notamment quand cette dernière se situe trop loin du clavier : toutes les articulations du membre supérieur (épaule, coude, poignet) sont alors en dehors de leur zone de confort », observe

Laurent Kerangueven, qui conseille de rapprocher au maximum la souris du clavier. De même, la façon dont on frappe sur les touches peut concourir à l'apparition de TMS. Il est

recommandé que la frappe soit effectuée le plus souvent avec les poignets « flottants », sans appui continu sur la table. Les douleurs aux cervicales sont très fréquentes elles aussi, et pour les éviter, il faut placer le haut de l'écran au niveau des yeux. Il convient de faire de même lors de l'utilisation prolongée d'un ordinateur portable, en le plaçant sur un support incliné.

Reposer ses yeux

Les yeux, fixés sur un écran en permanence, sont également très sollicités. « Tout dépend de la personne, nuance Marie-Anne Gautier. Des troubles de la convergence peuvent se





déclarer du fait de la fatigue des muscles oculomoteurs, aggravée par le travail sur écran. » « Il ne faut pas hésiter à consulter un ophtalmologiste si l'on ressent régulièrement des picotements des yeux ou des maux de tête, car ils peuvent être révélateurs de petits défauts de la vision », ajoute Laurent Keranguéven. « L'intensité du travail est plus en cause que l'écran lui-même », souligne Marie-Anne Gautier, qui recommande de « profiter d'un coup de téléphone, par exemple, pour quitter son écran des yeux et relâcher l'accommodation en regardant loin, sans chercher à fixer quelque chose ».

Les remèdes

Faire des pauses régulières est essentiel. « Selon les besoins, il est conseillé de s'arrêter, de se lever, de marcher pendant cinq minutes toutes les heures ou pendant un quart d'heure toutes les deux heures, indique-t-elle. Concernant l'écran lui-même, il y a un grand principe : il doit être perpendiculaire à la fenêtre afin que l'on ne soit pas ébloui et qu'il n'y ait pas de reflets ni de sources lumineuses dans l'axe direct du regard. »

Il faut être attentif aux moindres signaux d'inconfort que le corps envoie, car « une petite douleur qui se manifeste une fois par semaine peut survenir de plus en plus souvent avec de plus en plus d'acuité et, pour les cas les plus graves, conduire à une perte de capacité fonctionnelle », alerte Laurent Keranguéven. Il n'y a pas d'aménagement idéal, mais certains points doivent être vérifiés : un siège mal réglé occasionnera des dou-



leurs dorso-lombaires, un écran mal orienté fera souffrir les cervicales, etc. Le Code du travail précise d'ailleurs que l'employeur se doit d'informer et de former ses salariés sur les modalités d'utilisation de l'écran et de l'équipement de travail.

Déconnecter pour être moins stressé

On accuse aussi souvent le travail sur écran d'être un facteur de stress. Selon Marie-Anne Gautier, il n'en est pas le premier responsable, « c'est plutôt la nature de la tâche : certains postes cumulent plusieurs facteurs de risques psychosociaux, comme un travail très dense avec peu d'autonomie et pas de soutien de la hiérarchie ». Laurent Keranguéven convient néanmoins que « les NTIC (nouvelles technologies de l'information et de la communication, NDLR), en réduisant la frontière entre vie privée et vie professionnelle, peuvent contribuer au stress, car les gens consultent plus facilement leurs e-mails professionnels, par exemple, lorsqu'ils sont chez eux, restant ainsi constamment reliés à leur travail ». Enfin, si le stress n'est pas une conséquence directe du travail sur écran,

il peut avoir un impact indirect sur l'apparition de troubles musculo-squelettiques : « Les personnes sont plus tendues, leurs muscles plus contractés, ce qui augmente la charge biomécanique des muscles et des tendons, explique Laurent Keranguéven. De plus, le stress a pour effet d'entraîner la sécrétion de certaines hormones qui favorisent la survenue de TMS. »

Isabelle Coston

La bonne posture devant son écran



- Les cuisses doivent être horizontales et les pieds à plat sur le sol ou sur un repose-pieds.
- L'angle entre le bras et l'avant-bras ne doit pas être inférieur à 90 degrés, et la main doit être orientée dans le prolongement de l'avant-bras.
- Le dossier du siège doit être bien réglé afin de soutenir le bas du dos et la courbure dorsale.

- La barre d'espacement du clavier doit se trouver à une distance de 10 à 15 cm du bord de la table, et la souris à côté du clavier, dans l'alignement de l'épaule.
- Le haut de l'écran doit être au niveau des yeux, ou un peu plus bas pour les porteurs de verres progressifs.

Quel sport pour quel enfant ?

Même si des séances d'éducation physique sont incluses dans le temps scolaire, la pratique d'un sport tout au long de l'année en dehors de l'école est bon pour votre enfant. Bon pour sa santé, évidemment, mais bien plus encore.

Une activité sportive dans le temps de loisir participe au développement de l'enfant. Les plus actifs comme les plus calmes trouveront forcément une discipline qui leur plaît. Le choix est vaste : athlétisme, football, natation, danse, mais aussi boxe éducative, rollers, escalade, arts du cirque... Des plus classiques aux plus originaux, sports collectifs ou individuels, artistiques ou de combat, ce qui compte avant tout, c'est que l'enfant s'amuse et se dépense, tout en se construisant dans cet environnement.

Même pour les plus petits

Si la plupart des enfants démarrent une activité sportive vers 7-8 ans, les plus petits peuvent eux aussi bénéficier de cours adaptés à leur âge. Ces derniers sont facteurs d'épanouissement et aident à acquérir motricité et autonomie. Dès que ses vaccins sont à jour, le tout-petit peut, par exemple, suivre des cours de bébés nageurs et découvrir ainsi le milieu aquatique en compagnie de ses parents. Ces séances sont prétextes à de vrais moments de bien-être et



de détente, aussi bien pour l'enfant que pour l'adulte. Il existe également des activités d'éveil corporel, comme la baby-gym, qui se pratiquent à partir de 2-3 ans. Bien entendu, à cet âge, l'influence des parents est



important est qu'il y prenne du plaisir, souligne Arnaud Echilley, conseiller technique national de la Fédération française Sports pour tous*. Si l'éducation physique scolaire est obligatoire, l'activité en dehors de l'école doit, dans la mesure du possible, rester un loisir dans lequel l'enfant va pouvoir s'investir pleinement. »

De rares contre-indications

Les idées reçues ont la vie dure : on entend encore que la gymnastique ou la danse sont des disciplines faites pour les filles, alors que le foot ou le judo seraient parfaits pour les garçons qui ont besoin de courir, de s'affronter. « On a tendance à attribuer tels sports aux garçons et tels autres aux filles, et il est parfois très difficile de résister, constate Arnaud Echilley. Pourtant, c'est aussi en affirmant ses envies, sa différence, que l'enfant ou l'ado, soutenu par ses parents, va pouvoir développer sa personnalité en assumant ses choix. »



La seule contre-indication, c'est « lorsque l'enfant est malade ou a mal, par exemple s'il présente des pathologies articulaires », indique Bruno Sesboué, médecin du sport au CHU de Caen, qui précise que « l'asthme n'est pas une contre-indication, bien au contraire ». Ce spécialiste conseille malgré tout d'« éviter le port de charges trop lourdes, qui peut avoir un impact sur les cartilages de conjugaison, les zones de croissance de l'os, et les sauts trop violents ». Que les parents se rassurent, les enseignants des fédérations sportives connaissent les préconisations médi-

Quel sport pour quel enfant ?



cales et sont formés pour adapter les pratiques aux enfants. S'il le désire, un jeune peut même s'initier à l'haltérophilie, tant que les séances sont encadrées et adaptées à son âge. Le sport ne bloque pas non plus la croissance, comme on a pu le penser à une époque. Les différentes études menées sur les gymnastes l'ont prouvé. Il faut néanmoins « tenir compte des particularités de certaines disciplines à catégories de poids, afin de bien accompagner l'enfant et l'adolescent dans la connaissance de son corps et la compréhension de son développement », nuance Arnaud Echilley.

La découverte de soi et des autres

Le sport, c'est la découverte de nouvelles contraintes, d'un environnement donné, mais également des autres. « C'est un prétexte pour que l'enfant se confronte à telle ou telle chose. C'est aussi une forme d'expression non verbale, dans le cas de

la danse par exemple, explique Arnaud Echilley. Les jeux d'opposition, tels que la lutte, les font progresser dans la relation à l'autre. L'activité physique impose ses règles. Elle est bien entendu bénéfique pour la santé, mais aussi dans la relation sociale. » Elle cimenter également le lien parents-enfants, les adultes ayant un grand rôle à jouer pour entretenir l'intérêt de l'enfant. Même si les parents ne sont pas sportifs, il est important qu'ils valorisent l'activité de leur enfant, en l'encourageant et en y consacrant, eux aussi, du temps. Incrire son enfant à une activité sportive et veiller à la régularité de sa pratique aident à prendre de bonnes habitudes, qu'il pourra conserver étant adulte. Ainsi, le sport fait partie des bases de l'éducation.

Isabelle Coston

* Pour plus d'infos : Sportsportous.org.



Plus de certificat médical obligatoire pour le sport scolaire

Un article de la loi de santé dispense désormais les jeunes qui font partie d'associations sportives au sein de leur collège ou lycée de fournir un certificat médical de non-contre-indication. En revanche, ce dernier reste nécessaire pour pratiquer toute activité sportive de loisir. Un projet de décret concernant la fréquence de délivrance du certificat médical et la liste des disciplines sportives qui présentent des contraintes particulières est encore en discussion avec la Direction générale de la santé.

Quel sport pour quel enfant ?

Même s'il n'y a pas de sport meilleur que les autres, certains seront davantage susceptibles de plaire à l'enfant, en fonction de son caractère, de son âge ou de son gabarit. Dans tous les cas, l'activité sportive apporte à l'enfant maîtrise de soi, confiance et autonomie. Elle peut améliorer aussi ses capacités de concentration.

- Contrairement aux idées reçues, les sports collectifs (football, basket, handball...), malgré leur caractère ludique, ne conviendront peut-être pas aux enfants timides, qui risquent d'avoir du mal à trouver leur place.
- Les sports de combat (boxe éducative, arts martiaux...) sont réputés aider les enfants à canaliser leur énergie.
- Ceux qui aiment les animaux trouveront leur bonheur dans un cours d'équitation. Ils apprendront à se faire respecter par l'animal, mais ils pourront aussi le câliner et le penser à l'issue de la séance.



- Lancer de poids, saut, course d'endurance... : l'athlétisme présente l'avantage de varier les entraînements.
- La natation apprend à l'enfant à bien respirer et le prépare aux séances de piscine à l'école.



Tai-chi-chuan, kung-fu et qi gong pour découvrir son corps

Parmi les disciplines traditionnelles chinoises que sont le tai-chi-chuan, le qi gong et le kung-fu, ce dernier, qui exige une rapidité de mouvement et offre une palette variée d'exercices, serait le plus à même de plaire aux enfants. Selon Christian Bernapel, président de la Fédération des arts énergétiques et martiaux chinois (FAEMC), le kung-fu « constitue une bonne porte d'entrée à la pratique d'autres arts énergétiques et martiaux chinois, tels que le tai-chi-chuan ou le qi gong, qui se caractérisent par la lenteur, la douceur et la profondeur respiratoire ». Comme pour les autres pratiques sportives, ces activités aident les enfants à découvrir leur corps « dans le cadre de règles, du respect de soi et des autres », précise Christian Bernapel. Tout en s'amusant – l'enseignant adapte son cours à l'âge des participants –, les enfants découvrent leurs limites, affirment leur personnalité et prennent confiance en eux. L'apprentissage des arts du corps chinois est imagé et stimule leur esprit. En « enfourchant le tigre », en « saisissant la queue de l'oiseau » ou en « caressant l'encolure du cheval », les enfants s'initient à la justesse du geste et à la proprioception. Une fois qu'ils maîtriseront les techniques de base, les adolescents pourront acquérir de l'autonomie et pratiquer seuls ou en groupe.

Fêter Pâques



C'est la fête la plus importante du calendrier chrétien, car avec elle, s'achèvent à la fois la semaine sainte et le carême, et commence le temps pascal qui se terminera avec l'ascension du Christ et l'affirmation de la nouvelle alliance. L'origine du mot vient de l'hébreu Pessa'h qui désigne une fête du même nom qui commémore le passage de la mer rouge par les Hébreux à leur sortie d'Égypte.

Après l'hiver et le carême, la fête donne donc lieu à un repas festif marquant le renouveau de la vie avec le printemps et les beaux jours. Selon les pays coutumes et traditions différent :

- En Autriche et en Suède, c'est grâce à un lièvre que les œufs en chocolat sont apportés aux enfants.
- Dans les pays anglo-saxons, il s'agit au contraire d'un lapin blanc. Au Tyrol, ce sont les poules qui déposent les œufs de Pâques.
- En Espagne, différents thèmes sont choisis pour réaliser des sujets en chocolat.
- Au Royaume-Uni, la tradition veut qu'une parade du bonnet ait lieu, les enfants confectionnent des chapeaux décorés de fleurs.
- En Finlande, comme chez nous pour la Ste Barbe, les enfants font pousser des graines sur une assiette. Une fois Pâques, les œufs décorés y seront déposés.
- En Italie, les familles se réunissent autour d'un pique-nique familial. On s'y partage un gâteau en forme de colombe parfois d'agneau.

APRES L'HIVER l'arrivée printanière

**Malgré quelques giboulées,
l'arrivée printanière
offre de belles journées.
La végétation reprend vie.**

**Les arbres bourgeonnent,
déjà des fleurs colorent le jardin.
La saison de jardinage a bien commencé.**



Au jardin d'ornement

- C'est le moment de s'occuper de la pelouse par des semis et de tailler les rosiers et les glycines.
- Bien préparer le terrain des massifs, mettre de l'engrais.
- Poursuivre les semis des fleurs annuelles.
- Les vivaces achetées en godet peuvent être plantées, également les bulbes à floraison estivale et automnale (anémones, lys, glaïeuls, arums, bégonias, dahlias, cannas, etc.).
- C'est le moment de diviser les grosses touffes de plantes vivaces qui fleurissent en été et en automne, dont primevères et lavandes.



Et n'oubliez pas de nous adresser vos recettes à :

Mutuelle des Municipaux
Le Mutualiste Municipal
4, rue venture - C.S. 41822
13221 Marseille Cedex 01

Mitonné d'Agneau en Sauce rouge

Accompagné de Riz (recette italienne)



Ingrédients :

Proportions pour 4 convives :

- de l'épaule et du collier d'agneau (moitié/moitié) 800 à 900g
- tomate en coulis : 20 cl
- oignon
- tomates 2 ou 3 selon la grosseur
- 2 feuilles de laurier

- 2 cuil. à soupe d'huile d'olive
- thym, sel et poivre à convenance.

Utilisez une cocotte pour la préparation

Préparation

- Lavez les tomates avant de les concasser, pelez l'oignon et l'émincer

- Coupez l'agneau en cubes puis les faire colorer 2 min sur chaque face.

- Incorporez l'oignon, le blondir 2 min et ajoutez les tomates. Salez et poivrez.

- Ajoutez le thym et le laurier. Couvrez la cocotte, puis laissez mitonner à feu doux 40 min.

Servez l'agneau nappé de sauce. Présenter avec un plat de riz cuit (type basmati)



Fraises du Rucher

Façon crumble

Préparation

Au préalable préchauffer le four -180° th. 6

Proportions pour 4 convives :

- Fraises 700 à 800 g
- sucre glace 50 à 60 g
- farine 50 g
- noisettes en poudre 50 g
- beurre mou 60 g
- Citron 1
- Miel (à votre convenance)

- Rincez et râpez le zeste du citron, puis mélangez avec une fourchette les ingrédients, la farine avec le beurre et les noisettes en poudre.
- Intégrer une petite cuillère du zeste rapé.
- Disposez des petits tas de la pâte obtenue sur la plaque de cuisson recouverte au préalable de papier sulfurisé.

Mettre au four environ 10 min. puis laissez refroidir

- Rincez et équeutez les fraises puis les mélanger à du miel à votre convenance.
- Couvrez et placer au réfrigérateur.
- Répartissez les fraises et le jus obtenu dans des verrines.
- Emiettez la pâte qui a refroidi et recouvrez les fraises.

Décorez avec le reste de zeste et éventuellement d'une feuille de menthe.

Faites le point sur votre audition



Ces laboratoires à la pointe de la technologie, sont les seuls équipés du dernier système innovant Visible Speech, permettant d'obtenir le meilleur réglage et la meilleure performance de vos appareils auditifs toutes marques.

Si vous rencontrez des difficultés avec vos appareils auditifs, n'hésitez pas à prendre rendez-vous.



NOS ENGAGEMENTS

- 1/3 payant, aides aux financements
- Période d'essai sans engagement de 15 jours
- 4 ans de garantie*
- Entretien et suivi gratuit de votre appareillage
- Réparation et suivi toutes marques
- Possibilité de venir à domicile



*test non médical ** voir condition en magasin

AUDIOPROTHÉSISTES DIPLÔMÉS D'ÉTAT ET SPÉCIALISTE DE L'AUDITION NUMÉRIQUE



Entendre
RN8 - Quartier San Baquis
13320 BOUC BEL AIR
Tél : 04.42.69.44.70



Espace Audition
16 Route Nationale 96
13112 LA DESTROUSSE
Tél : 04.42.71.21.65



Audition médicale
16 avenue Jean Jaurès
13130 TRETZ
Tél : 04.42.64.25.97

TOUS LES CENTRES SONT OUVERTS DU LUNDI AU VENDREDI DE 9H30 À 12H30 ET DE 14H00 À 18H00



REGIE MUNICIPALE DES POMPES FUNEBRES DE LA VILLE DE MARSEILLE

380 rue Saint- Pierre 13005 Marseille - Ouvert 24h/24 - 7jours/7

Régie Municipale des Pompes Funèbres

Téléphone : 04 91 14 67 02
Téléphone : 04 91 55 35 35
Télécopie : 04 91 14 67 06

Funérarium municipal

Téléphone : 04 91 14 67 01
Télécopie : 04 91 14 67 68

Contrats Obsèques

Téléphone : 04 91 14 67 64
Portable : 06 16 53 09 84

Le funérarium municipal, un espace de 1532 m²

- Un espace post-mortem
- Des salons funéraires
- Une salle de cérémonie multi-cultes qui permet d'organiser sur place des cérémonies religieuses et civiles, et de tenir des veillées funèbres traditionnelles.

Un lieu de recueillement où les familles peuvent rendre dignement hommage aux défunts, tout en créant les conditions d'intimité d'un domicile privé.

Les contrats obsèques

Prévoir ses funérailles, c'est aujourd'hui possible en constituant un capital qui peut être échelonné sur 5 années.
Possibilité de paiement mensualisé – Devis sur simple demande.

Alors n'ayez plus d'appréhension, faites la démarche.



Le Centre de Santé des Municipaux

«en tramway»



CENTRE DE SANTÉ

La santé
au centre

CENTRE DE SANTÉ

- Cardiologie
- Chirurgie vasculaire
- Dermatologie
- Endocrinologie
- Gynécologie-obstétrique
- Gynécologie
- Otorhinolaryngologie
- Pédiatrie
- Pneumologie
- Radiologie
- Neurologie
- Ophtalmologie
- Pathologie
- Pharmacie
- Rhumatologie
- Urgences

OUVERT À TOUS
LES ASSURÉS SOCIAUX

DE 8H À 19H
DU LUNDI AU VENDREDI
SUR RENDEZ-VOUS

SPECIALISTES
Tél. 04 91 13 98 89

GÉNÉRALISTES
Tél. 04 91 13 98 88

Ligne 3, arrêt Rome-Davso

51, Rue de Rome
13001 Marseille

Du lundi au vendredi
de 8h00 à 19h00