



# L'INSTANT ACTU' D'AUBÉANE

Chers adhérents,

J'ai le plaisir de vous transmettre la 1ère lettre d'informations de la mutuelle AUBEANE. Nous souhaitons utiliser le meilleur de la modernité et du digital pour vous servir sans perdre le lien qui nous unit.

En 1ère information, vous trouverez ci-dessous la motion qui a été votée par nos délégués en Assemblée Générale, motion condamnant fermement les récentes mesures gouvernementales consistant à doubler le montant des franchises médicales et le montant des participations forfaitaires.

Par ailleurs, notre mission d'accompagner nos adhérents inclut, bien sûr, la prévention. À cet effet, vous découvrirez des recommandations d'experts en santé pour aborder l'automne dans les meilleures conditions, en adoptant de saines habitudes alimentaires et en reprenant des activités physiques.

Vous trouverez également des informations d'actualités sur la vie de la mutuelle et d'ores et déjà, pensez à noter dans votre agenda notre prochaine conférence sur les pesticides.

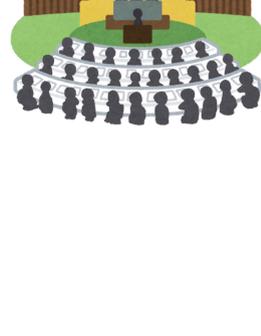
Nous vous souhaitons une bonne reprise de vos activités.  
Salutations mutualistes.

Fethi CHEIKH  
Président

Septembre 2024

## Les actualités

### Motion Adoptée en Assemblée Générale le 28 juin 2024



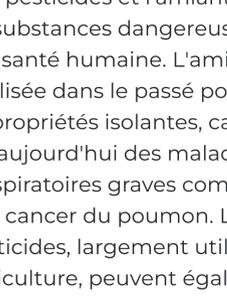
[LIRE LA SUITE](#)

### - Sujet du mois



#### Faites un cadeau précieux : Donnez votre sang

Découvrez l'actualité sur le don du sang : une démarche cruciale qui permet de sauver des vies à travers le monde. Tout au long de l'année, les réserves de sang peuvent diminuer, mettant en péril les soins médicaux d'urgence. Chaque don est indispensable pour répondre aux besoins des patients dans les hôpitaux. Prenez part à cet acte généreux en vous rendant dans un centre de collecte près de chez vous. Votre contribution peut faire toute la différence !



#### Colloque : Amiante et pesticides

Les pesticides et l'amiante sont des substances dangereuses pour la santé humaine. L'amiante, utilisée dans le passé pour ses propriétés isolantes, cause aujourd'hui des maladies respiratoires graves comme le cancer du poumon. Les pesticides, largement utilisés en agriculture, peuvent également entraîner des problèmes de santé, y compris des cancers et des troubles neurologiques. Des réglementations strictes sont essentielles pour limiter l'exposition à ces substances toxiques et protéger la santé publique.

### - Actualités & Préventions



#### Notez notre prochaine conférence dans votre agenda !

#### Au retour des vacances

Les vacances d'été sont bel et bien finies, et il est peut-être temps de reprendre son alimentation en main ! Voici quelques idées et rappels afin de reprendre le chemin d'une alimentation équilibrée sans pour autant prendre l'autoroute de la monotonie

#### Bouger pour rester en bonne santé :

#### l'importance de l'activité physique quotidienne

Découvrez comment une activité physique régulière peut améliorer votre santé et réduire les risques de maladies chroniques. Profitez de cette rentrée pour adopter des habitudes saines et durables !

#### La conservation des aliments : conseils pratiques pour éviter les contaminations et garantir la sécurité alimentaire

Apprenez à conserver vos aliments correctement pour éviter les risques sanitaires et préserver leur qualité.

## Éléments de compréhension

### -A quoi sert ma cotisation santé ?

Pour 100 € de cotisations hors taxes (2023) 113 € réglés par l'adhérent



### -Nos valeurs et atouts

#### LES ATOUTS DE LA MUTUELLE AUBÉANE



### -Vous êtes nos ambassadeurs, PARRAINEZ !

#### PARRAINAGE SOLIDAIRE lors d'une adhésion



#### VOTRE MUTUELLE CHEZ VOUS, 24H/24 ET 7 JOURS/7 DÉCOUVREZ NOTRE SITE INTERNET

[www.aubeane.fr](http://www.aubeane.fr)

Comment accéder à votre espace adhérent ?

- Sur l'appli mobile "AUBEANE"
- Google Play
- App Store
- Ou sur notre site internet [www.aubeane.fr](http://www.aubeane.fr)

Dans votre espace adhérent, vous pouvez :

- Consulter vos derniers remboursements,
- Consulter le détail des prestations auxquelles vous avez droit,
- Télécharger votre carte de tiers payant,
- Modifier votre situation (adresse postale, RIB...)
- Payer votre cotisation par carte bancaire en cliquant sur  [Paiement en ligne](#)

Nos agences :

Troyes  
Bar-sur-Aube  
Romilly-sur-Seine

Aubéane  
 [Aubeane.fr](http://Aubeane.fr)  
 03 25 79 10 43