

PRÉVENTION

PROTÉGEZ VOS YEUX DU SOLEIL

LES LUNETTES DE SOLEIL SONT INDISPENSABLES POUR PROTÉGER SES YEUX

En cas d'exposition prolongée non protégée, les ultraviolets (UV) peuvent endommager tous les tissus de l'œil : cornée, cristallin et rétine. Les UV sont en partie responsables de la cataracte et accélèrent le vieillissement cellulaire de la rétine. Même par temps couvert, l'été, ne négligez pas les lunettes : les rayons UV traversent facilement les nuages, surtout entre 12 h et 14 h.

NE CHOISISSEZ PAS VOS LUNETTES AU HASARD

- Elles doivent comporter la norme CE.
- Les verres solaires doivent comporter une mention 100% UV (UV400 et E-SPF50 filtrent davantage encore).
- La catégorie de protection de 0 à 4 doit être indiquée

LES INDICES DE PROTECTION

Les professionnels recommandent :

- un indice de protection 2 ou 3 pour la ville
- un indice de protection 3 pour la plage
- un indice 4 pour la montagne. Attention, on ne doit pas les utiliser pour conduire.

LA TEINTE DES VERRES

Elle est une histoire de gout. Les myopes se sentent mieux soulagés par les teintes brunes alors que les hypermétropes préféreront le vert ou le gris.

Les lunettes de soleil peuvent être adaptées à votre vue. Vous êtes porteur de lunettes correctrices, demander conseil à votre opticien. (N'hésitez pas à vous rendre dans l'un de nos 3 centres mutualistes d'optique).

ACHETER SES LUNETTES DE SOLEIL EN TOUTE QUIÉTUDE

L'Association nationale pour l'amélioration de la vue (ASNAV) conseille de s'adresser à son opticien pour s'assurer que les lunettes choisies soient parfaitement protectrices.



VOUS DEVEZ ÊTRE PARTICULIÈREMENT VIGILANTS POUR LES YEUX DE VOTRE ENFANT

Plus les enfants sont jeunes, plus les rayons ultraviolets sont nocifs pour leurs yeux. Le cristallin du tout-petit, jusqu'à l'âge de 6 ou 8 ans, est très transparent. Il laisse passer jusqu'à 100% des rayons UV. **Ce n'est qu'à partir de 12 ans que l'enfant bénéficie d'une protection naturelle.** Le cristallin de l'adulte filtre les UV parce qu'il devient moins clair avec l'âge.

Il est important d'habituer très tôt votre enfant à porter ses lunettes de soleil. Il faut des verres qui filtrent les rayons les plus nocifs. De nombreux modèles adaptés aux yeux et à la morphologie des enfants sont proposés à des prix tout à fait abordables.

NOUS RENCONTRER ET NOUS JOINDRE



LIEU DE TRAVAIL

VENEZ NOUS RENCONTRER SUR VOTRE LIEU MÊME DE TRAVAIL
Rendez-vous chez votre correspondant !



ACCUEIL

UN ACCUEIL PERSONNALISÉ
52 rue de Sévigné Paris 3^e
De 8h45 à 16h30
Métro : Saint-Paul ou Chemin Vert



TELEPHONE

01 42 76 12 48
Touche 3 «adhésions»
de 8h30 à 16h30



WEB

CONNECTEZ-NOUS SUR NOTRE SITE

mc602.com



COURRIER

MUTUELLE COMPLÉMENTAIRE DE LA VILLE DE PARIS
ET DE L'ASSISTANCE PUBLIQUE
Service Développement 93545 Bagnolet Cedex

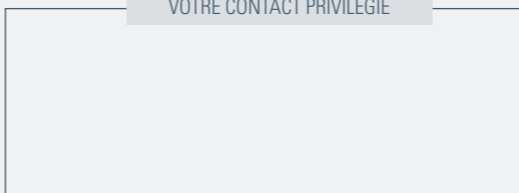


MCAS

LA MUTUELLE COMPLÉMENTAIRE DES ACTIVITÉS SOCIALES (MCAS)

52 rue de Sévigné Paris 3^e - au 4^e étage
De 9h00 à 12h00 et de 14h00 à 17h00
Tél. : 01 42 76 12 59 / e-mail : mcas@mc602.com / Site web : mcas-social.com

VOTRE CONTACT PRIVILÉGIÉ



Union Nationale
DES MUTUELLES
DE LA SANTÉ



DÉCOUVREZ VITE NOS OFFRES

POUR FÊTER LE PRINTEMPS NOUS VOUS RÉSERVONS UN FLORILÈGE D'AVANTAGES DU 18/04/2016 AU 30/06/2016

Jour après jour nous construisons la SOLIDARITÉ



POUR CHAQUE ADHÉSION À LA MC UNE PAIRE DE LUNETTES DE SOLEIL DE MARQUE RIPCURL VOUS SERA OFFERTE ¹⁾

Du 18 AVRIL 2016 AU 30 JUIN 2016



Soucieuse du bien-être de ses adhérents, la Mutuelle Complémentaire offre à chaque nouveau souscripteur, **une paire de lunettes de soleil tendance, de marque RIPCURL ¹⁾**. Munie de verres polarisés, elle assure une protection efficace contre les UV et contre l'éblouissement.

MESSAGES DE PRÉVENTION

SE PROTÉGER DU SOLEIL C'EST PROTÉGER SA SANTÉ !

Les beaux jours arrivent, l'envie de vous exposer au soleil va se ressentir. La Mutuelle vous met en garde contre les méfaits des ultraviolets et vous prodigue quelques conseils :

- Pour limiter les risques, évitez de vous exposer entre 12h et 16h.
- Se couvrir est le meilleur moyen de limiter les risques liés au soleil (T-shirt, chapeau et lunettes de soleil).
- Vu leur vulnérabilité, les enfants et les adolescents doivent être particulièrement protégés.
- Attention, la crème ne permet pas de s'exposer plus longtemps (une application toutes les 2 heures est préconisée).
- N'oubliez pas de vous hydrater régulièrement.



1) MODALITÉS Recevez une paire de lunettes de soleil *

Pendant la période promotionnelle, une paire de lunettes* de soleil sera offerte à chaque nouvel adhérent, sauf ascendants, parrainés du privé et retraités. L'adhésion devra être reçue entre le 18 avril et le 30 juin 2016 et validée par nos services. Dès votre adhésion effective, votre Correspondant ou votre conseiller mutualiste se fera un plaisir de vous remettre votre cadeau.

* Lunettes solaires RIPCURL avec verres polarisés, d'une valeur commerciale de 110 € Dans la limite des stocks disponibles.

UN FLORILÈGE D'AVANTAGES QUI VOUS SONT RÉSERVÉS DU 18/04/2016 AU 30/06/2016



UNE PAIRE DE LUNETTES DE SOLEIL RIPCURL
OFFERTE À CHAQUE ADHÉSION ¹⁾



**200 € EN BONS D'ACHAT MULTI-ENSEIGNES POUR
LE PARRAINAGE DE 10 COLLÈGUES DE TRAVAIL ²⁾**
JOUR APRÈS JOUR NOUS CONSTRUISONS LA SOLIDARITÉ



UNE TABLETTE TACTILE ARCHOS 7"
À GAGNER À CHAQUE TIRAGE AU SORT LORS D'INITIATIVES "PORTES OUVERTES"
SUR VOS ÉTABLISSEMENTS ³⁾

ENCORE PLUS GAGNANT AVEC LES NOUVELLES MODALITÉS DU PARRAINAGE



2) MODALITÉS Recevez des chèques cadeaux pour chaque nouvelle adhésion en bons d'achat multi-enseignes

Offre de parrainage valable pour l'adhésion de membres participants reçue de date à date sur une période de 12 mois, sans limitation, du nombre de parrainage. Le chèque cadeau multi-enseignes de 10 € sera envoyé au parrain dès la validation de l'adhésion du filleul. Au 5^e parrainage le parrain reçoit 50 € et **200 € au total en bons d'achat pour le parrainage de 10 collègues.**
Plus vous participez activement au succès de votre Mutuelle plus vous gagnerez !

BULLETIN DE PARTICIPATION À LA TOMBOLA DU 18/04/2016 AU 30/06/2016

A chaque tirage au sort, un gagnant !

A l'occasion d'une initiative porte ouverte sur votre établissement, une tombola est organisée. L'heureux gagnant recevra une tablette tactile ARCHOS 7".

Pour participer c'est simple : Remplissez le bulletin de participation, déposez le dans l'urne mise à votre disposition ou remettez le à votre Correspondant.



JE PARTICIPE AU TIRAGE AU SORT À LA TOMBOLA

NOM - PRÉNOM

ADRESSE

CODE POSTAL VILLE

TÉL PORTABLE/DOMICILE

ADRESSE MAIL

ÊTES-VOUS ADHÉRENT À UNE MUTUELLE ? NON OUI (SI OUI LAQUELLE)

Conformément à la loi informatique et libertés du 06/01/1978 modifiée, vous disposez d'un droit d'accès et de rectification pour toute information personnelle vous concernant sur notre fichier, en vous adressant à Mutuelle Complémentaire : 52, rue de Sévigné 75003 Paris.

Document non contractuel
Dév-mb 14/04/2016 Réf A104 0416



3) MODALITÉS Recevez une tablette tactile 7"

Si votre nom est tiré au sort lors de la tombola organisée sur votre établissement, la tablette sera immédiatement remise.

Spécificités : Tablette Archos 70 Platinum Android 5.0 (Lollipop) - 16 Go - 7" IPS (1024 x 600) - Appareil-photo arrière + appareil-photo avant - Hôte USB - Logement microSD - Bluetooth, Wi-Fi - Port micro SD qui permet d'insérer une carte micro SD jusqu'à 64 GO - Capacité importante en stockage - possibilité d'usages multiples : des centaines de photos/films/vidéos/applications La mémoire interne est de 16GO - Valeur commerciale 70 €. Dans la limite des stocks disponibles.