

Accord mutuel

LA REVUE DE LA MUTUELLE FAMILIALE DE NORMANDIE

N°1 / DÉCEMBRE 2024

FOCUS

Prévenir c'est déjà guérir !



mfn
Près de vous
et toujours
prêt pour vous

Prévention santé
Aider les aidants

Les actus de la MFN
Elles nous ont choisis !
L'attrait des mutuelles communales pour la MFN

NOTRE JEU CONCOURS
**GAGNEZ
LE PANIER
NORMAND*
DE LA MFN !**

l'Accord mutuel, au-delà du titre de notre magazine



Sandrine Laisney

Présidente de la Mutuelle
Familiale de Normandie

Chère adhérente, cher adhérent,

C'est avec une certaine fierté et un grand enthousiasme que les Administrateurs et la Directrice de la Mutuelle Familiale de Normandie vous présentent le 1^{er} numéro de notre magazine, **L'Accord Mutuel**, qui vous est entièrement dédié. Précédemment, nous communiquions auprès de vous par l'intermédiaire de Viva. Nous avons souhaité que le lien avec nos adhérents soit renforcé et personnalisé, toujours en adéquation avec notre devise « *Près de vous et toujours prêt pour vous* ». Dans un monde, où la santé est au cœur de toutes nos préoccupations, notre Mutuelle se positionne à vos côtés pour vous accompagner dans vos choix et vous offrir des solutions adaptées. Il nous semble tout aussi essentiel de créer un espace d'échange, d'information et de partage qui soit entièrement

consacré aux adhérents de la Mutuelle Familiale de Normandie, et de vous offrir des contenus utiles pour mieux vivre votre santé au quotidien.

Dans ce magazine semestriel 100 % Normand, vous trouverez des articles sur la vie de la mutuelle, son fonctionnement; des informations pour décrypter l'actualité santé. Il mettra également à l'honneur des initiatives locales, des événements près de chez vous, qui favorisent la santé et le bien être dans nos territoires et notre belle région.

Notre mutuelle, implantée sur le territoire normand depuis plus de 50 ans, a été fondée sur des valeurs de solidarité, de proximité, de partage, de confiance, d'entraide. **Elle est bien plus qu'un simple organisme de couverture santé, elle est le reflet de l'engagement d'hommes et de femmes.**

Nouvelle présidente (depuis janvier 2024), succédant à Jean-Pierre Mottin (lui-même président pendant 12 ans), psychologue dans l'Éducation Nationale depuis 26 ans, j'ai accepté cette responsabilité car, comme les administrateurs (adhérents élus), j'ai un attachement à la Mutuelle Familiale de Normandie et je me retrouve dans les valeurs de ce collectif intergénérationnel, qui œuvre pour une gestion saine et démocratique, tout en défendant les intérêts des adhérents.

Dans ce numéro, vous découvrirez des articles enrichissants qui abordent des thématiques variées : présentation des élus de la Mutuelle; un focus sur les mutuelles communales; le portrait d'une de nos conseillères mutualistes pour optimiser votre protection, ainsi que des informations sur les dernières évolutions de nos offres IARD et prévoyance; des conseils pratiques pour une meilleure prévention santé; une interview de notre partenaire en communication et adhérent HEULA; nos actions au cours de l'année avec des associations normandes...

N'hésitez pas à nous faire part de vos retours : ce magazine est le vôtre !

N'oubliez pas de participer à notre jeu concours pour gagner un panier garni avec des spécialités Normandes. Nous vous remercions de votre confiance et vous souhaitons une année 2025 pleine de santé, de joie et de moments précieux partagés avec vos proches. Bonne lecture!

DANS CE NUMÉRO

PAGES 3 & 4

Les actus de la mutuelle

PAGES 6 à 7

Le cœur de femme
Prévenir, c'est déjà guérir
Qui aide les aidants ?

PAGE 8

Aider les aidants
Jeu concours



1, avenue du 6 juin
14100 Lisieux
Tél. : 02 31 62 08 28

www.mutuellefamilialedenormandie.com



L'Accord Mutuel est la revue de la mutuelle de la MFN
Semestriel - Décembre 2024 - n°1 / Numéro ISSN : en cours
Directrice de la publication : Sandrine Laisney
Rédaction, conception et réalisation : Critères Éditions ©
Photographies : Adobe Stock et Critères Éditions
Imprimé en France par BL-Toul sur papier recyclé.





À Lisieux, on marche pour les Blouses roses!



La Mutuelle Familiale de Normandie a organisé une randonnée destinée à soutenir les projets de l'association Les Blouses Roses, qui intervient à l'hôpital de Lisieux pour améliorer la prise en charge des enfants et des jeunes. Samedi 19 octobre, avec une météo pourtant peu clémente, la trentaine de courageux a parcouru 10 km dans Lisieux. Leur participation a permis de récolter 190 euros remis à l'association à l'issue de la marche, et qui l'aideront à financer l'intervention chaque mois de musiciens dans les services de néonatalité, des urgences et auprès des ados hospitalisés. Marcheurs et blouses roses ont pu échanger autour d'un pot en fin de journée. Bravo à tous pour leur mobilisation ! La Mutuelle Familiale de Normandie renouvellera cette première initiative l'année prochaine au bénéfice d'une autre association locale !

Heula, des Normands qui parlent aux Normands

Créée en 2006 par trois amis qui voulaient mettre en valeur les produits locaux avec humour, Heula est devenue en 20 ans la marque de référence pour les Normands. Elle prête son coup de crayon bien reconnaissable à la MFN dont elle a créé le logo, la charte graphique, le calendrier...

« La MFN est l'acteur majeur local dans ce domaine et lorsque nous avons commencé à travailler ensemble, nous avons basculé nos dix salariés sur la mutuelle. Cela faisait sens : on défend le local – qui fait souvent mieux que les majors nationaux – et un état d'esprit que nous partageons avec la mutuelle » explique Yann Troprès. « On choisit un peu avec qui on travaille mais le dénominateur commun, c'est l'humour, la bienveillance



et l'appartenance à la Normandie »

Très identifié régionalement, avec un fort capital sympathie, Heula a accepté de mêler son image à la MFN. Et vice-versa. Un partenariat 100 % normand dont la mutuelle est fière !

Parcours du cœur sous les couleurs de notre mutuelle

Pour la deuxième année consécutive, la MFN participait aux Parcours du cœur organisés à Gonneville-sur-Honfleur sous l'égide de la Fédération française de cardiologie. Le 1^{er} juin dernier, deux randonnées de 5 km le matin et 12 l'après-midi ont rassemblé 200 marcheurs, tous équipés de tee shirts aux couleurs de la Mutuelle, avec un dessin de Heula créé pour l'occasion.

Les participants ont pu assister à une conférence avec des cardiologues et prendre des informations auprès des associations. La MFN tenait également un stand. Le midi, un déjeuner, composé par une diététicienne, a aussi été l'occasion d'évoquer le rôle de l'alimentation dans la prévention des maladies cardiovasculaires. Pas de frites donc : des légumes !



Le nouveau bureau

C'est un bureau renouvelé, plus paritaire et avec des membres issus de milieux socio-professionnels divers, qui se réunit désormais en Conseil d'Administration pour gérer la vie de la Mutuelle Familiale de Normandie. La présidence revient à Sandrine Laisney, ce dont se réjouit Jean-Pierre Mottin, qui fut président de la mutuelle plusieurs années durant, car avec la directrice, Stéphanie Liné, c'est donc un duo féminin qui pilote la Mutuelle Familiale de Normandie !

En partant de la gauche : M. Blanchetiere Marcel, secrétaire, M. Cocinelli Ludovic, trésorier, M. Mottin Jean-Pierre, vice président, M^{me} Arroyo Annie, vice trésorière, M^{me} Laisney Sandrine, présidente, M. Uroy Thierry, M^{me} Line Stéphanie, directrice générale, M. Levasseur Guy et M^{me} Caumont Laurence.

INCENDIE, ACCIDENTS ET RISQUES DIVERS : VOTRE MUTUELLE ASSURE AUSSI CES RISQUES

Acronyme de "Incendies, accidents et risques divers", l'IARD est essentiellement porté par le secteur assurantiel. Afin de proposer une offre mutualiste, c'est-à-dire ne rétribuant pas d'actionnaires, mais entièrement dédiée à la couverture de ces risques, la MAS - Mutuelle d'Assurance Solidaire - a été créée par quelques mutuelles désireuses d'offrir à leurs adhérents une alternative éthique et... solidaire. Des garanties que la MFN diffuse, mais pas seulement. En effet la MFN est impliquée dans la gestion de cette structure depuis 3 ans. « La Mutuelle Familiale de Normandie diffusait beaucoup et c'est ainsi que la MAS s'est tournée vers nous pour prendre la présidence » explique Stéphanie Liné qui a donc les deux casquettes : directrice de la MFN et présidente de la MAS. « Il y a des interactions. C'est un engagement mutuel. » Ainsi les adhérents de la MFN bénéficient de tarifs privilégiés et de conseils avisés puisque la MFN connaît très bien les garanties de la MAS (lire notre entretien avec Sabrina, notre spécialiste !). « Chaque conseiller est en mesure d'établir un devis. La MFN s'occupe de la souscription et garantit la même réactivité que pour la santé sur l'habitation, la voiture, la responsabilité civile ou l'assurance scolaire. »

Alors, n'hésitez pas à faire faire un devis. Du 1^{er} octobre au 15 décembre 2024, une promotion permet jusqu'à un an de cotisation offert !

SABRINA CANIVET

« ON CONNAÎT TRÈS BIEN NOS ADHÉRENTS, C'EST PLUS FACILE DE LES CONSEILLER »



« Je suis salariée de la mutuelle depuis 19 ans. Si je ne connaissais pas le mutualisme quand j'ai commencé, j'en suis devenue partie prenante : comme la MFN a taille humaine, il faut être polyvalent. J'ai même fait le site internet au début. C'est comme

cela que je me suis intéressée aux assurances. J'ai été formée à Annecy et aujourd'hui j'apporte mon expérience à mes collègues. L'objectif est d'équiper au mieux nos adhérents : nous ne sommes pas là pour les assurer coûte que coûte. Les chiffres ne passent pas avant l'adhérent. Ce n'est pas l'état d'esprit de la mutuelle. En revanche, comme on a à la fois une bonne connaissance de nos adhérents et des couvertures possibles, on est bien placé pour trouver la solution adaptée à leurs réels besoins. J'ai par exemple des adhérents qui perdent la moitié de leur revenu dès le premier jour d'arrêt de travail : j'ai un devoir de conseil. Nous avons la réputation d'être à l'écoute, rapides, efficaces parce que nous avons à cœur d'offrir un vrai service. Celui que l'on aimerait pour nous-mêmes. C'est aussi la raison pour laquelle, nous restons pour l'IARD l'interlocuteur de nos adhérents. »

Les communes normandes choisissent la MFN !

La Mutuelle Familiale de Normandie offre ses services mutualistes à une vingtaine de communes. D'autres sont en passe de proposer également notre mutuelle à leurs administrés. Un engouement qui ne se dément pas !



Stéphanie Liné, Directrice de la MFN, et Marc Lecerf, maire de Fleury-sur-Orne, lors de la signature de la convention "Mutuelle communale", début juillet 2024.

Pour les communes, proposer une "mutuelle communale" est un moyen de favoriser l'accès aux soins de leurs administrés, qui n'ont pas ou plus de mutuelle professionnelle, notamment les indépendants, les jeunes, les personnes au chômage ou encore les retraités. C'est le bouche à oreille qui conduit les communes jusqu'à la MFN : proximité, remboursements rapides (au jour J à réception du document), tarifs attractifs font la différence. La MFN répond ainsi à un véritable besoin de la population et participe au maintien de celle-ci dans la région et à l'accueil des nouveaux arrivants. Avec, dix-neuf communes ayant signé une convention à ce jour, les adhérents couverts dans ce cadre représente désormais 12% du portefeuille de la MFN.

Des permanences et de la proximité

Le dispositif de la MFN est bien rodé, avec la mise en place de permanences au sein des mairies, dans des locaux mis à disposition gracieusement. "Un calendrier est défini avec le CCAS"

explique Stéphanie Liné, Directrice de la MFN. « Ces permanences permettent à nos chargés de clientèle itinérants de rencontrer les administrés, d'écouter leur besoin et leur proposer la solution la plus adaptée à leur situation parmi nos quatre niveaux de garanties. » La MFN a la réputation d'être dynamique, proche de ses adhérents, avec la volonté d'offrir le meilleur service, et la possibilité d'intervenir – quand la commune en est d'accord, à la fois pour la santé, la prévoyance et l'IARD. « Le chargé de clientèle prend en charge la résiliation de l'ancien organisme et les coûts des frais de résiliation. » Il s'agit d'offrir un véritable accompagnement, en présentiel, mais aussi grâce aux outils digitaux, également très appréciés. La mutuelle sait s'adapter !

La MFN dans votre commune

Depuis 2019, la mutuelle est bien implantée : Blainville-sur-Orne, Houlgate, Merville-Franceville, Trouville, Cabourg, Villers-sur-Mer, Saint-Germain-la-Blanche-Herbe, Coquainvilliers, Lantheuil, Ponts-sur-Seulles, Iffs, Fermanville, Gonnevilliers-en-Auge, Carpiquet, Fleury-sur-Orne, Ommoy, Saint-Gatien-des-Bois, Montivilliers, Verson. Ces communes ont choisi la MFN comme mutuelle communale. D'autres sont en cours de discussion comme Gonfreville-l'Orchet, Bricquebec-en-Cotentin ou encore Fécamp !

N'hésitez pas à contacter nos chargés de clientèle itinérants :

- Sonia Cousin, pour les départements 14, 27 et 76 : 07 50 75 47 92
- Christophe Cura pour les départements 14 et 50 : 07 50 75 10 85

Le cross des conquérants

Le 15 septembre a eu lieu la 10^e édition du Cross des Conquérants organisé avec l'Association des conquérants, un collectif de soignants du CHU de Caen qui travaillent avec les prématurés et grands prématurés. Le cross réunit parents, enfants et les médecins et infirmiers qui les ont suivis parfois plusieurs mois durant. Tout le monde court. Tous les enfants remportent une médaille. « Il y a beaucoup d'émotion pour les soignants qui revoient ces enfants devenus grands et forts » explique Laurence Caumont. « Ce rendez-vous convivial permet de maintenir le lien avec ceux qui ont sauvé la vie de nos enfants, de revoir d'autres familles côtoyées à l'hôpital, de partager nos expériences, de rassurer les jeunes parents. » Un beau moment de communion auquel s'est associée cette année la Mutuelle Familiale de Normandie.

Le cœur de femme

Les maladies cardiovasculaires, première cause de décès chez les femmes, tuent six fois plus que le cancer du sein en France. 56 % des 140 000 décès dus à une maladie cardio-vasculaire touchent les femmes.

Comment prendre conscience de ce danger et agir ?



Ce fléau ne se limite pas à nos aînées: 11 % des femmes victimes d'un infarctus ont moins de 50 ans! Il faut donc être vigilant aux symptômes. Tabac, alcool, sédentarité... Depuis plusieurs décennies, les femmes et les hommes adoptent le même rythme de vie. Mais leurs artères, plus fines et plus fragiles, combinées aux hormones les rendent plus sensibles aux facteurs de risques cardiovasculaires.

Une "maladie d'homme"...

Contrairement aux idées reçues, les maladies cardiovasculaires ne touchent pas que les hommes stressés par le travail, sexagénaire, en surpoids. Les femmes ne sont pas épargnées et sont même plus vulnérables à ces maladies: 56 % des femmes en meurent, contre 46 % des hommes.

Paradoxalement, les femmes sont naturellement plus protégées que les hommes face au risque cardiovasculaire, grâce aux œstrogènes. Mais la vie des femmes est ponctuée de fluctuations hormonales, qui constituent autant de périodes où le risque d'évènements cardiovasculaires augmente: la prise d'une contraception à base d'œstrogènes, la grossesse avec hypertension, diabète ou prééclampsie, la ménopause, où les hormones féminines chutent drastiquement.

... ou un manque de considération des femmes ?

Malgré une diminution de 80 % de la mortalité due aux infarctus du myocarde au cours des trente dernières années, les femmes n'ont pas bénéficié de cette avancée. Des études montrent qu'elles sont souvent prises en charge 15 à 30 minutes plus tard que les hommes et reçoivent une attention médicale moins adéquate. De plus, elles ont tendance à négliger leur propre santé, se préoccupant davantage de celle de leurs proches. Dans plus de 40 % des cas d'infarctus chez les femmes, pas de douleurs irradiant la poitrine, le bras gauche et la mâchoire, symptômes bien

connus chez les hommes. Les symptômes d'un infarctus chez les femmes sont souvent différents et atypiques. Pour près de la moitié des femmes, les signaux avant-coureurs sont plus difficiles à interpréter: palpitations, sueurs froides, nausées, fatigue excessive, douleurs dans le haut du dos ou dans le cou, et même une sensation d'angoisse. Ces signes méritent une attention particulière.

Agir pour sauver une vie

Lorsqu'un arrêt cardiaque survient hors de l'hôpital, les femmes ont un risque de décès deux fois plus élevé que les hommes. Pour augmenter les chances de survie de la victime, un simple passant peut agir, en suivant les "5 maillons de survie": reconnaître l'arrêt cardiaque, alerter les secours en expliquant la situation et en communiquant le lieu, appliquer le massage efficacement (certains passants sont embarrassés de toucher la poitrine d'une femme, d'autres pensent – à tort – que les seins entravent le massage), utiliser un défibrillateur externe, puis passer le relais aux équipes de secours.

5 maillons de survie

- 1 l'alerte des services d'urgence**: sécurisez le site, alertez (composez le 144) et demandez à quelqu'un de ramener le défibrillateur le plus proche.
- 2 les compressions thoraciques (RCP)** et, si vous êtes formé aux premiers secours, la ventilation.
- 3 la défibrillation**: s'il y a un défibrillateur, utilisez-le immédiatement en fixant électrodes et en suivant les instructions de l'appareil.
- 4 les services d'urgence**, qui prennent en charge la réanimation professionnelle.
- 5 l'hôpital**, pour recevoir des soins professionnels.

Un bus pour le cœur des femmes

Afin de prévenir des maladies cardiovasculaires et de lutter contre la difficulté d'accès à des professionnels spécifiques (gynécologues, cardiologues), le fonds de dotation Agir pour le cœur des femmes a lancé en 2021 le Bus du cœur des femmes. Son objectif est de parcourir la France pour proposer des bilans cardio-vasculaires gratuits pour les femmes. A l'issue des examens, si besoin, un parcours de soins est proposé avec une lettre au médecin traitant, des prises de rendez-vous... Cela facilite l'accès aux cardiologues, car en moyenne, il faut attendre 2 mois et 2 semaines pour avoir rendez-vous: il y a 1 cardiologue pour 10 000 habitants en France.

Prévenir, c'est déjà guérir



Souvent perçues comme de simples garanties contre le reste à charge, les mutuelles occupent pourtant un rôle plus qu'actif dans le domaine de la prévention. Une culture bien ancrée qui s'inscrit dans la continuité de leur raison d'être historique : favoriser l'accès de tous à la santé. Et si le premier soin, c'était prévenir ?

Avec un système de protection sociale qui s'est centré sur une approche de plus en plus curative de la maladie, et en raison du désengagement de la Sécurité sociale qui s'accompagne de déremboursements, la part des dépenses de santé couverte par les complémentaires santé ne cesse d'augmenter.

Les maladies chroniques, dont l'incidence augmente avec les facteurs comportementaux que sont l'alimentation, le tabac, l'alcool et le manque d'exercice physique, pèsent lourdement sur la balance. Aussi les mutuelles misent sur la prévention.

Permettre à chacun de se soigner

Les mutuelles gèrent plus de 2900 services de soins et d'accompagnement, des centres optiques, centres dentaires, établissements pour les personnes âgées, centres d'audioprothèse... Faciliter l'accès aux consultations est déjà en soi un acte de prévention car le renoncement aux soins et les diagnostics tardifs sont un facteur d'aggravation de l'état de santé.

La politique de remboursement des mutuelles vise ce même objectif : elles ont très tôt innové dans la prise en charge des médecines douces ou naturelles (ostéopathie, microkinésithérapie, naturopathie...). Parallèlement, elles ont développé une conception de la prévention au sens large qui intègre,

comme la définition de la santé de l'OMS, le bien-être physique, psychologique, social, environnemental... Ceci passe notamment par la promotion d'une bonne hygiène de vie et de la pratique sportive.

Un patient informé a de meilleures chances

Plus d'un Français sur trois s'estime mal informé concernant les maladies auxquelles il est potentiellement exposé. Or il existe de nombreuses études démontrant le rôle de l'information des patients sur l'efficacité des soins.

Une étude portant sur les malades souffrant de maladies chroniques aux États-Unis a montré chez les patients bien informés une réduction de moitié des réadmissions à l'hôpital. On sait aussi que la connaissance des risques pour la santé invite à adopter les bonnes pratiques.

La Mutuelle Familiale de Normandie se fait donc le relais des campagnes nationales, des journées de dépistage, des actions des associations locales. La mutuelle soutient des initiatives de prévention. Elle en organise aussi. Et c'est aussi la vocation du nouveau magazine de la mutuelle : mieux vous informer des actions de la mutuelle près de chez vous et vous proposer des articles de fond pour conserver votre capital santé!

Une étude portant sur les malades souffrant de maladies chroniques aux États-Unis a montré chez les patients bien informés une réduction de moitié des réadmissions à l'hôpital.

Qui aide les aidants ?

Face au vieillissement de la population française et à la multiplication des maladies chroniques, 8 à 11 millions de personnes s'occupent d'un parent ou d'un proche malade en perte d'autonomie. Le développement de la médecine ambulatoire, en reportant sur les aidants le suivi, a encore accentué le phénomène. Alors, qui aide les aidants ?

Une étude de décembre 2019 du Haut Conseil de la santé publique montre que les risques auxquels sont confrontés les aidants ne sont pas négligeables : 60 % sont exposés à un risque de surmortalité dans les trois ans qui suivent le début de la maladie de leur proche, et un tiers des aidants meurent avant leurs aidés !

Une véritable question de santé publique

48 % des aidants déclarent avoir une maladie chronique. Et c'est sans compter la fatigue, le stress, les troubles du sommeil, les douleurs physiques, la dépression. Or le nombre d'aidants ne fera qu'augmenter dans les années à venir.

On estime en effet qu'en 2060 plus d'un tiers de la population aura plus de 60 ans, soit plus de 23 millions de personnes. La prévalence des affections de longue durée (ALD) prises en charge par la Sécurité sociale est, elle aussi, en très nette augmentation.

Des infirmiers et aides-soignants pour le quotidien

Clé de voûte de l'accompagnement et de la continuité des soins pour les personnes souhaitant poursuivre leur vie chez eux, les proches-aidants

reçoivent peu de soutien. Des SSIAD (Services de soins infirmiers à domicile), équipes pluridisciplinaires composées d'infirmiers, d'aides-soignants et d'aides médico-psychologiques (AMP), apportent néanmoins une aide précieuse en intervenant chez les personnes sur prescription médicale, comme le recommande l'HAS (Haute Autorité de Santé), qui promeut notamment le droit au répit.

Le répit, un besoin vital

En 2015, la loi "Adaptation de la société au vieillissement" a instauré un droit au répit pour les aidants de personnes en situation de dépendance, avec près de 78 millions d'euros alloués à cette cause. Mais il est difficile pour les accompagnants de faire une pause sans culpabilité, sans savoir qui prendra le relais auprès de leur aidé.

Les maisons de répit sont une solution intéressante pour se reposer, car elles ne séparent pas les familles. Aller en maison de répit permet de sortir d'un quotidien éprouvant pour les aidants, tout en étant sûr que le patient est pris en charge par une équipe spécialisée. De plus, le congé "proche aidant" est indemnisé depuis 2023, et ce congé de 3 mois renouvelables ne peut être ni reporté, ni refusé par l'employeur.

En Normandie, un maillage à renforcer

En Normandie, on compte 23 structures de répit pour les personnes âgées et cinq de répit Handicap, qui couvrent pour l'heure le territoire de manière hétérogène. L'Agence Régionale de Santé souhaite renforcer le maillage ainsi que l'offre de vacances.

L'Association Française des Aidants organise en région des ateliers gratuits "Aidants, votre santé parlons-en". L'un s'est déroulé le 11 octobre à Bernay. D'autres sont prévus les 8 et 24 novembre ainsi que 6 décembre. Objectif : permettre aux aidants d'échanger avec des professionnels de l'accompagnement.

Chiffres à l'appui

- 63 % des aidants ignorent qu'ils le sont.
- 47 % des aidants ont une activité professionnelle.
- 82 % des aidants déplorent le manque de reconnaissance sociale.
- 80 % des aidants ont moins de 65 ans.

En Normandie

- 73 % des aidants sont âgés de 75 ans et plus.
- 62 % des aidants sont des femmes.



Gagnez un panier Normand avec les bons produits de notre région !

Un panier garni, c'est un lot qui a du sens pour la MFN : à la fois pour mettre en avant notre terroir, mais aussi pour offrir, à l'heure où la vie est chère pour de plus en plus de Français, de quoi déguster bon et sain. Panier garni d'une valeur de 150 euros.



Connaissez-vous bien la Normandie ?

Quelle est la hauteur du Mont Saint-Michel, statue comprise ?

- 189 m
- 212 m
- 157 m
- 108 m

Par qui a été inauguré le pont de Tancarville ?

- Charles de Gaulle
- Georges Pompidou
- René Coty
- Valéry Giscard D'Estaing

Le camembert aurait été inventé par ...

- Charles Martel
- Jean Larem
- Marie Harel
- Émilienne Barel

Quel peintre impressionniste célèbre est originaire de Normandie ?

- Edgar Degas
- Claude Monet
- Auguste Renoir
- Paul Cézanne

Où a été tissée la tapisserie de Bayeux ?

- En Angleterre
- En Écosse
- Au Pays de Galles
- En Irlande

Qui a chanté Made in Normandie ?

- France Gall et Michel Berger
- Stone et Charden
- Les Rita Mitsouko
- Annie Cordy

Qui dérape en Ford Mustang sur la plage de Deauville ?

- Jean-Paul Belmondo
- Alain Delon
- Jean-Louis Trintignant
- Louis de Funès

LA QUESTION GOURMANDE

Quelle confrérie de cette spécialité de la gastronomie normande siège à Dozulé, dans le Calvados depuis 1978 ?

- Confrérie de la Tricandille
- Confrérie des Chevaliers du Camembert
- Confrérie de la Teurgoule

Envoyez vos réponses à : MFN Jeu concours L'Accord mutuel, 1 avenue du 6 juin, 14100 Lisieux, ou déposez-les à votre agence. Le gagnant sera tiré au sort parmi les bonnes réponses. Règlement du concours disponible chez huissier.

Une
Protection
globale
avec la

mfn

Protégez
ce(ux) que vous aimez
avec nos garanties

Prévoyance

Se protéger face aux
risques lourds à des prix légers

**ACCIDENT
HOSPITALISATION
DÉCÈS | OBSÈQUES**

& Assurance

Des garanties solides
une assistance fiable

**HABITATION | SCOLAIRE
AUTO | ROUTE TRANQUILLE
PROTECTION JURIDIQUE**