



santé
famille
retraite
services

L'essentiel & plus encore

actu

MSA

Toute l'actualité de la
MSA d'Armorique

N°4 - Juin 2018

AGENDA

La MSA sur les salons

Comme tous les ans, retrouvez les stands de votre MSA lors des fêtes agricoles

► Terre Attitude

- 25 et 26 août
Plumaudan

► Agrifête*

- 25 et 26 août
Ploudalmézeau

► Terres de Jim

- 7, 8 et 9 septembre
Javené (Ille-et-Vilaine)

► SPACE

- du 11 au 14 septembre
Parc des Expositions
Rennes (Ille-et-Vilaine)

* La MSA sera présente uniquement le dimanche 26 août.



Santé

Déclarer son médecin traitant : le bon réflexe pour être bien remboursé

Dès l'âge de 16 ans, choisir et déclarer son médecin traitant à la MSA est une démarche simple qui permet de rentrer dans le parcours de soins coordonnés et conditionne le niveau de remboursement des consultations.

Pourquoi est-ce important ?

En étant dans le parcours de soins, la MSA vous rembourse 70% du tarif de base moins 1€ au titre de la participation forfaitaire (le reste peut être pris en charge par votre complémentaire santé). Si vous êtes hors du parcours de soins, ce taux passe à 30% du tarif de base, vous êtes donc moins bien remboursé. De plus, votre médecin traitant est votre médecin de référence, celui qui vous suit régulièrement. Il est donc le plus à même de vous orienter vers des médecins spécialistes en cas de besoin.

Comment faire votre déclaration ?

Pour télécharger et imprimer le formulaire "déclaration de choix du médecin traitant", rendez-vous sur www.msa-armorique.fr rubrique *Particulier/Santé/Etre bien remboursé*. Remplissez ce formulaire avec le médecin que vous avez choisi puis transmettez-le à votre MSA.

Comment faire pour changer de médecin traitant ?

Il est possible de changer de médecin traitant à tout moment. Pour cela, il vous suffit de renvoyer une nouvelle déclaration remplie et signée conjointement avec le nouveau médecin de votre choix.

INFO

Que vous habitiez dans les Côtes d'Armor ou le Finistère, pour l'envoi de vos courriers à la MSA, voici la bonne adresse :

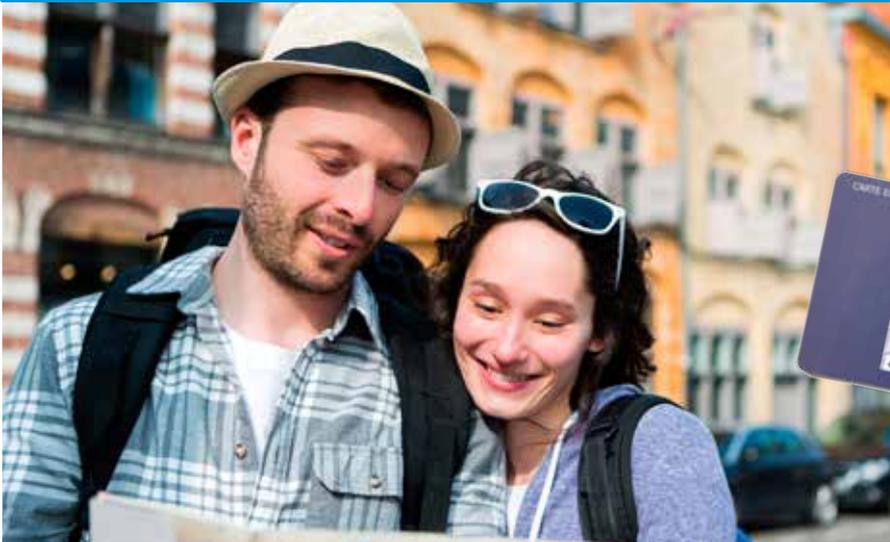
MSA d'Armorique
12, rue de Paimpont
22025 St-Brieuc cedex1



Pensez-y !

Pour un bon remboursement de vos dépenses de santé, il est primordial de mettre régulièrement votre carte Vitale à jour, au moins une fois par an et à chaque changement dans votre situation familiale ou professionnelle.

Votre couverture santé à l'étranger : partez serein !



Toute ma MSA en ligne



Quelques clics suffisent pour obtenir rapidement votre carte européenne d'assurance maladie.

Retrouvez le service en ligne dans "Mon espace privé" sur www.msa-armorique.fr

Les congés d'été approchent et ce sera bientôt l'heure de boucler les valises pour ceux qui partent en vacances. Si vous prévoyez de quitter la France, voici quelques informations pratiques sur la prise en charge des soins médicaux à l'étranger.

Vous partez dans un pays membre de l'Union Européenne ou de l'Espace Économique Européen*

Dans ce cas, il est vivement conseillé de faire une demande de carte européenne d'assurance maladie (CEAM) au moins trois semaines avant votre départ. Gratuite et valable deux ans, elle est individuelle et nominative, ce qui signifie que vous devez en faire la demande pour chacun des membres de votre famille, même pour les enfants âgés de moins de 16 ans.

En cas de soucis de santé lors de votre séjour, elle vous permet d'attester de vos droits maladie et de bénéficier, sur place, d'une prise en charge d'éventuels soins médicaux (dans les hôpitaux publics essentiellement). Une fois que vous avez présenté votre carte européenne d'assurance maladie, selon la législation en vigueur dans le pays où vous séjournez, vous devrez faire ou non, l'avance des frais médicaux.

Dernière minute

Vous êtes sur le départ et vous avez oublié de demander votre carte ? Pas de panique, connectez-vous à "Mon espace privé" rubrique "demander ma carte européenne d'assurance maladie" sur le site msa-armorique.fr. La MSA vous délivrera un certificat de remplacement valable trois mois que vous imprimez directement depuis votre domicile.

Vous partez en-dehors de l'Union Européenne

La MSA pourra éventuellement prendre en charge les

soins médicaux urgents et non programmés sur présentation de justificatifs uniquement.

Un remboursement sur accord

Union Européenne ou non, quelle que soit votre destination, n'oubliez pas de conserver tous les justificatifs (factures, feuilles de soins...) qui vous serviront à prétendre à un éventuel remboursement par la MSA.

À votre retour, transmettez-les à votre MSA en y joignant le formulaire "soins reçus à l'étranger" que vous trouverez sur le site msa-armorique.fr rubrique *Particulier/Santé/Etre bien remboursé*.

Le médecin conseil de la MSA étudiera ensuite votre demande de prise en charge et pourra vous accorder un remboursement dans la limite des tarifs forfaitaires français en vigueur.

Un dernier conseil avant le départ

Dans certains pays, les frais médicaux coûtent très cher, il est donc recommandé de souscrire un contrat d'assistance ou d'assurance garantissant le remboursement des frais médicaux engagés et le rapatriement sanitaire. N'hésitez pas à vous renseigner sur l'état sanitaire du pays dans lequel vous voyagerez.

Vous trouverez toutes les informations utiles sur la législation et les formalités en vigueur dans votre pays de destination sur le site du CLEISS (centre des liaisons européennes et internationales de sécurité sociale) www.cleiss.fr.

*Allemagne, Autriche, Belgique, Bulgarie, Chypre, Croatie, Danemark, Espagne, Estonie, Finlande, Grèce, Hongrie, Irlande, Islande, Italie, Lettonie, Liechtenstein, Lituanie, Luxembourg, Malte, Norvège, Pays-Bas, Pologne, Portugal, République Tchèque, Roumanie, Royaume-Uni, Slovaquie, Slovénie, Suède. La carte européenne d'assurance maladie est également valable en Suisse.



En famille ou en colo, partir en vacances est un moment privilégié pour les enfants qui décrochent de leur quotidien et découvrent de nouvelles choses. Pour permettre aux familles de financer les frais d'hébergement de leurs enfants au cours des vacances ou lors de séjours scolaires, la MSA d'Armorique leur attribue, **sous conditions de ressources**, des bons vacances.

Si vous êtes concerné, n'oubliez pas que pour être bien remboursé, vous devez transmettre certaines pièces à votre MSA dans un délai maximum d'un mois après le séjour.

Séjours collectifs :

- l'attestation "séjours en collectivités" complétée et portant le cachet de la structure,
- la facture acquittée avec le nom et prénom des enfants.

Vacances familiales :

- l'attestation "vacances familiales" complétée,
- la facture acquittée de votre location mentionnant la présence et les prénoms des enfants.

Dans le cadre des vacances familiales, les enfants doivent être obligatoirement accompagnés d'un adulte membre de la famille (parents, grands-parents, tantes, oncles...).

La MSA envoie directement les bons vacances aux familles concernées, il n'y a pas besoin d'en faire la demande.

Prévention santé

Soleil : profiter des beaux jours en toute sécurité

Se protéger du soleil

Après les longs mois d'hiver, le retour du soleil est souvent très apprécié. Bon pour le moral et l'organisme, il faut toutefois éviter d'en abuser.

Que vous exerciez une activité au grand air ou que vous en profitiez pendant vos loisirs, ces quelques gestes vous aideront à vous protéger :

- appliquer une protection solaire d'un indice suffisant toutes les deux heures,
- ne pas travailler torse nu mais avec un t-shirt (en coton et de couleur claire),
- porter des lunettes de soleil,
- couvrir votre tête avec une casquette ou une saharienne (qui protège en plus la nuque).

Ces précautions s'appliquent même si le ciel paraît couvert, les nuages laissant passer jusqu'à 80% des UV. Le vent peut être trompeur car, en atténuant la sensation de chaleur, il laisse penser qu'une protection est superflue, or, il n'empêche pas le soleil de brûler la peau.

Faire face à la chaleur

En cas de fortes chaleurs, l'hydratation est votre meilleure alliée. Boire de l'eau de façon régulière, sans attendre d'avoir soif et augmenter les quantités si vous devez faire une activité physique alors que le thermomètre s'emballe.

Si vous travaillez en extérieur ou en milieu clos comme les serres, essayez dans la mesure du possible de :

- commencer le travail plus tôt,
- porter des vêtements de couleur claire,
- prendre vos pauses à l'ombre,
- décaler les travaux les plus physiques aux heures les plus fraîches de la journée.

Les personnes plus fragiles, comme les personnes âgées et les enfants, doivent faire l'objet d'une attention particulière.



Retrouvez tous les bons réflexes à adopter sur le site msa-armorique.fr rubrique *Particulier/Santé/Prendre soin de sa santé*.

Santé

Arrêt de travail et sorties : des obligations à respecter

Pendant un arrêt de travail, votre présence à votre domicile est obligatoire, sauf si votre médecin vous autorise à vous absenter.

Vous devez toutefois être présent à votre domicile de **9h à 11h et de 14h à 16h, y compris les samedis, dimanches et jours fériés** (sauf en cas de soins ou d'exams médicaux).

Dans certains cas et si votre état de santé le justifie, votre médecin peut vous autoriser à sortir sans restriction d'horaires en mentionnant la justification médicale.

Lorsque vous êtes en arrêt de travail, vous pouvez être contrôlé par la MSA. En cas d'abus, les sanctions vont de la suppression des indemnités journalières aux amendes pénales.

Attention

Si vous êtes en arrêt de travail et que vous devez séjourner en-dehors du département, vous devez demander au préalable l'accord de votre MSA.



Temps partiel thérapeutique : un pas en avant pour les exploitants agricoles

Depuis le 1^{er} janvier 2018, sur prescription du médecin traitant et avec accord du médecin conseil de la MSA, les exploitants agricoles peuvent bénéficier d'une reprise progressive de leur activité professionnelle, au même titre que les assurés salariés. Selon la nature de leur arrêt de travail, ils disposent du versement d'indemnités journalières permettant une reprise de travail à temps partiel thérapeutique ou une reprise de travail léger.

La reprise de travail à temps partiel thérapeutique (AMEXA)

Elle doit intervenir immédiatement après un arrêt total de travail indemnisé. Pour l'ouverture de son droit, un exploitant doit justifier d'une affiliation en AMEXA d'une durée de 12 mois et être à jour du paiement de la cotisation AMEXA. La durée de l'indemnisation varie en fonction de la nature de l'affection.

La reprise de travail léger (ATEXA)

Ce dispositif est accessible aux personnes en arrêt suite à un accident du travail, de trajet ou à une maladie professionnelle. Il est ouvert aux assurés ayant fait l'objet, au préalable, d'un arrêt de travail à temps complet indemnisé, consécutif à l'accident de travail ou à la maladie professionnelle (sans délai de carence).

Famille

La situation scolaire ou professionnelle de votre enfant peut impacter vos droits

Votre enfant devient étudiant

S'il effectue une demande d'aide au logement auprès de la CAF, votre enfant ne peut plus être considéré à votre charge au regard des prestations familiales de la MSA, même s'il est étudiant et que vous subvenez encore à ses besoins. Pensez donc à prévenir rapidement la MSA de ce changement car, dans le cas contraire, vous devrez rembourser des sommes indûment versées.

Votre enfant se lance dans la vie professionnelle

Au regard des prestations familiales, votre enfant âgé de 16 à 21 ans est considéré à votre charge dès lors que sa rémunération mensuelle nette perçue est inférieure ou égale à un plafond de rémunération (919,12 €* au 1^{er} janvier 2018). Ce plafond s'applique quelle que soit sa situation : en apprentissage, en contrat de professionnalisation...

Votre enfant est étudiant et travaille pendant ses vacances

Dans ce cas, sa rémunération s'appréciera semestriellement (du 1^{er} avril au 30 septembre et du 1^{er} octobre au 31 mars). Si par exemple il exerce une activité en juillet et en août avant de reprendre ses études à la rentrée, il vous faudra diviser par 6 le montant total des rémunérations perçues pour ses mois d'activité. Si le montant que vous obtenez est inférieur ou égal au plafond de rémunération indiqué plus haut, les prestations familiales sont maintenues.



Pensez-y !

Pour éviter d'avoir à rembourser d'importantes sommes indues, signalez chaque changement dans votre situation familiale et professionnelle à votre MSA. Rendez-vous sur msa-armorique.fr, le service en ligne "déclarer un changement de situation" vous permet de réaliser facilement cette démarche à tout moment.

*Soit 55% du SMIC horaire brut x 169 heures si la durée légale de travail est de 39 heures hebdomadaires, ou 61,3% du SMIC horaire brut x 151,67 si la durée légale de travail est de 35 heures hebdomadaires.

MSAP : nouveau partenariat

Vous avez besoin d'utiliser du matériel informatique (scanner, imprimante, ordinateur...) ou bien d'être accompagné dans vos démarches en ligne sur le site de la MSA ? Votre MSA est à présent partenaire de la Maison de services au public (MSAP) du Haut Pays Bigouden. Située au 2 A, rue de la mer à Pouldreuzic, vous pouvez vous y rendre du lundi au jeudi, de 9h à 12h et de 13h30 à 17h.

Retrouvez les MSAP partenaires de votre MSA sur le site msa-armorique.fr rubrique *Votre MSA/Nous contacter*.

Bien vous identifier, c'est pour votre sécurité !

Pour des raisons de confidentialité et de sécurité, lors de vos déplacements dans les agences de la MSA, vous devez vous munir de votre carte Vitale et d'une pièce d'identité. Une procuration est également nécessaire si vous venez pour le compte d'une autre personne, y compris pour un membre de votre famille. Téléchargez ce document sur le site msa-armorique.fr rubrique *Votre MSA/Mon espace privé/Formulaire à télécharger*.

INFO

Lors de vos échanges avec votre MSA (contacts par emails, envoi de documents...), pensez à bien indiquer systématiquement et sur tous les documents :

- Votre nom et prénom,
- Votre numéro de sécurité sociale.