

# P RENDRE SA SANTÉ EN MAIN

Dentiste, oculiste, gynécologue, médecin généraliste... Des rendez-vous à prendre pour préserver son patrimoine santé.



## NATHALIE ET LUC CROQUENT LA VIE À PLEINES DENTS

Mais les dents exigent des soins

dès qu'une carie se fait jour. Il ne faut pas attendre. Et le dentiste coûte cher. Les soins sont remboursés à 100 % si effectivement vous avez une mutuelle.

**Mais les prothèses sont très partiellement remboursées.**

Des dents mal soignées deviennent des dents coûteuses pour le futur : appareils, prothèses, etc...

Bon à savoir : les jeunes (13 à 18 ans) peuvent bénéficier d'un bilan bucco-dentaire chaque année. Il comprend un examen de dépistage gratuit et les soins nécessaires pris en charge à 100 %.



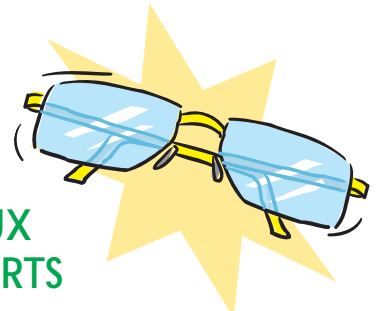
## ILS CONSTRUISSENT ENSEMBLE LEURS RELATIONS AMOUREUSES ET SEXUELLES

La sécurité dans l'amour passe par **des rapports protégés (préservatif) et un suivi médical.** Vivre des relations sexuelles exige un suivi gynécologique de la part de la jeune femme afin que les contraceptifs soient effectivement adaptés à son organisme. Les prises de sang, les échographies, sont des actes

médicaux qui sont **plus ou moins remboursés** par la

**8**  
Votre médecin est le seul conseil valable.

Sécurité sociale. Et les contraceptifs ne bénéficient pas tous d'une prise en charge.



## LES JEUNES REGARDENT LA VIE LES YEUX GRANDS OUVERTS

**Une bonne vue suppose parfois le port de lunettes ou de lentilles.**

Les lunettes doivent être esthétiques et les verres ou les lentilles sont parfois très coûteux.

La Sécurité sociale rembourse aujourd'hui très peu les produits d'optique.

Une vue médiocre exige des visites régulières chez l'ophtalmologiste, le renouvellement périodique des verres ou lentilles... donc une dépense conséquente dans le budget personnel.

### Conseils

- Demander des devis à plusieurs dentistes, à plusieurs opticiens et les comparer,
- Ne pas attendre pour faire les soins.
- Faire un bilan dentaire et oculaire régulièrement.

## LES JEUNES SE VEULENT EN PLEINE FORME

Mais le stress, l'anxiété, la fatigue chronique ont toujours une cause que seul un professionnel de la santé peut détecter et soigner.

Ruminer des idées noires, devenir morose sont autant d'indices qu'un mal être s'installe dans le corps et dans l'esprit. N'hésitez pas à aller chez **un médecin généraliste.**

### Conseils :

- ✓ Faire un bilan de santé gratuit tous les 5 ans.
- ✓ Avoir une alimentation saine et équilibrée
- ✓ Pratiquer une activité physique.



# La protection sociale est pour tous.

## Jeunes, vous bénéficiez de la Sécurité Sociale :

- ✓ Si vous êtes à la charge de vos parents : vous êtes couverts car ils cotisent pour vous.
- ✓ Si vous êtes salariés : vous êtes couverts car vous cotisez.
- ✓ Si vous avez le RMI (enfant à charge) ou si vous percevez moins de 562 euros : vous êtes allocataire de la couverture maladie universelle (CMU).
- ✓ Si vous êtes étudiants : vous payez une cotisation spécifique

## Conseils

- Prendre une mutuelle complémentaire.
- Choisir un médecin conventionné.
- Payer ses dépenses de santé au comptant et accepter les médicaments génériques.
- Présenter sa carte vitale pour être plus vite remboursé par la Sécurité Sociale.
- En pharmacie, ne payer que le ticket modérateur si vous n'avez pas de mutuelle.
- Éviter de prendre un crédit pour honorer vos dépenses médicales.

## A savoir

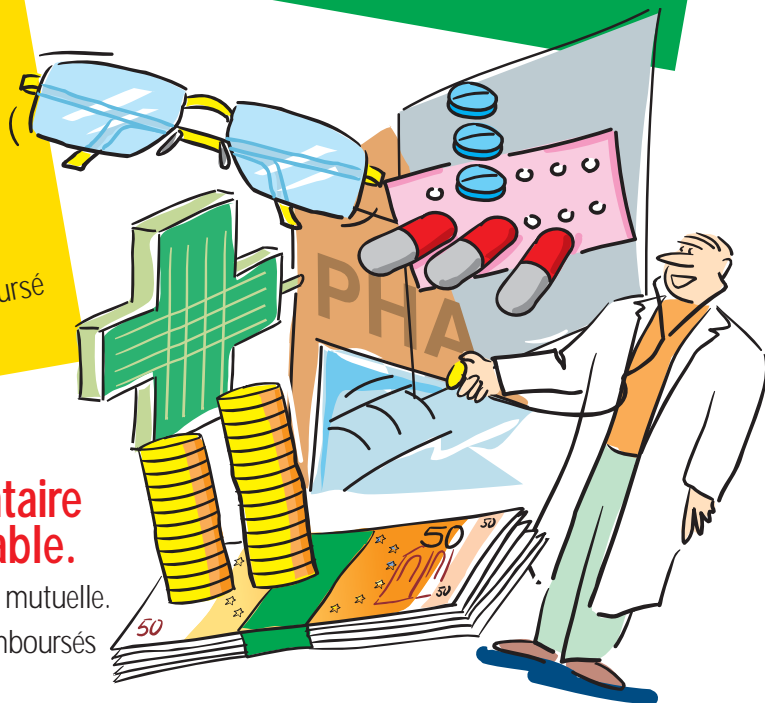
- La sécurité sociale rembourse 70 % de la visite chez un médecin conventionné. Elle rembourse les médicaments, les radios, les analyses des laboratoires entre 35 et 70 %.
- Les prothèses dentaires et les lunettes sont très peu remboursées.
- Le surcoût d'une visite à domicile n'est remboursé que s'il est justifié.

## Une mutuelle complémentaire maladie : c'est indispensable.

- ✓ Se soigner exige de choisir une bonne mutuelle. Vous payez une cotisation. Vous êtes remboursés du ticket modérateur.
- ✓ La visite d'un généraliste conventionné. Vous payez 20 euros. La Sécurité Sociale vous rembourse 14 euros. La mutuelle 6 euros (ticket modérateur).
- ✓ Si vous allez chez un généraliste qui prend 30 euros, vous ne serez remboursés que sur la base de 20 euros.

## A savoir

- Pour les médicaments non remboursés par la sécurité sociale, vous devez les payer au plein tarif et cela revient très cher.
- Toutes les mutuelles prévoient un forfait plus ou moins important pour la prise en charge des frais d'optique, les appareils et les prothèses dentaires. Ces forfaits s'ajoutent au remboursement de la sécurité sociale mais il reste souvent une partie de la dépense à votre charge.



## Avoir une mutuelle suppose de payer une cotisation

La mutuelle rembourse vos actes médicaux et pharmaceutiques au regard des

remboursements Sécurité Sociale.

Il est important de comparer les cotisations et les prestations entre plusieurs mutuelles.

Se soigner sans mutuelle complémentaire, c'est un risque qui peut coûter très cher.