

# MUTUELLE

JUILLET - AOÛT - SEPTEMBRE

N°7

infos

MUTUELLE  
GROUPE  
LA DÉPÊCHE

ÉDITO

## VIEILLIR ENSEMBLE

Le vieillissement crée un handicap, une dépendance, et génère un des problèmes majeurs auxquels nous sommes confrontés vers la fin de notre existence. Votre mutuelle a donc décidé d'aborder ce problème et d'étudier les modalités, afin de développer des services d'aide à la personne susceptibles de favoriser le maintien à domicile le plus longtemps possible. Plusieurs pistes sont explorées vers des dispositifs innovants d'aide en développant notamment des actions de prévention pour les seniors comme des ateliers de mémoire, nutrition, équilibre, audition ...

Afin d'apporter des réponses à cette dépendance dont le développement s'accroît exponentiellement, nous nous devons de travailler dès aujourd'hui à sa mise en place. Car, rester à domicile ou se diriger vers une maison spécialisée pose question. Trouver les personnes qualifiées aidantes ou un établissement adapté socialement, familialement, et médicalement demeure difficile. Ces problèmes nécessitent une approche, un accompagnement individuel mais aussi l'assurance de quelques principes universels humanistes. Une information claire et pratique est indispensable. La dépendance peut être maîtrisée si nous savons l'aborder, en parler simplement auprès de personnes qualifiées. Notre vie peut être compliquée mais chacun d'entre nous mérite de la terminer dans des conditions dignes.

Paul Dargein, Président

## DÉMARCHAGE TÉLÉPHONIQUE AU NOM DE LA MUTUALITÉ FRANÇAISE

Depuis plusieurs mois, des personnes nous ont apporté leur témoignage sur des actes de démarchage téléphonique effectués à leur domicile. Les démarcheurs prétendent intervenir au nom de la Mutualité française en questionnant de prospects sur leur couverture complémentaire santé, dans le dessein de leur en proposer de nouvelles. Dans certains cas, ces appels sont accompagnés d'injures, voire constituent du harcèlement téléphonique. Cette usurpation d'identité nuit gravement à la notoriété de la Fédération et à l'image du Mouvement dans son ensemble. La Fédération est fermement décidée à faire cesser ces pratiques et à engager sur la base du dossier qu'elle a constitué une instruction pénale.

Fédération Nationale de la Mutualité Française



## SOMMAIRE

Démarche Téléphonique.....	1	Résolutions Conseil Administration Réalisations Sociales.....	5
Résolutions Conseil Administration Complémentaire santé.....	2	Bilan locations vacances.....	5
Troubles du sommeil.....	3	Naissance / Décès.....	6
Site internet.....	3	Résidence Sarraut.....	7
Médicaments en libre service.....	4	Clovis, notre premier roi ?.....	8

# RÉSOLUTIONS DES CONSEILS D'ADMINISTRATION COMPLÉMENTAIRE SANTÉ

## LE CONSEIL D'ADMINISTRATION DU 3 JUIN :

- Prend connaissance des activités du mois de mai.
- Prend acte du rapport d'activités du mois de mai et s'accorde pour qu'une réflexion fasse l'objet d'une réunion du CA suite à l'Assemblée Générale du 17 juin
- Enregistre et accepte l'organisation de l'Assemblée générale du 17 juin et maintient le statu quo quant au décompte des voix sur les bulletins malgré le règlement du code électoral
- Prend acte du contenu du rapport de la Commission de Contrôle pour les comptes 2007
- Donne son accord à l'unanimité pour équiper les futurs locaux de la Mutuelle

## LE CONSEIL D'ADMINISTRATION DU 1<sup>ER</sup> JUILLET :

- Adopte à l'unanimité le PV du 3 juin 2008
- Approuve la régularisation de la composition de la liste des administrateurs
- Vote les membres du bureau renouvelables :  
**Vice-présidente:** Marie-José Théron  
**Trésorier général:** Jean Degoul - **Secrétaire général:** Michel Escard
- Prend acte du rappel de la réglementation relative aux réunions des bureaux etes CA
- Prend connaissance (jusqu'au 31.12.08) du calendrier des réunions de bureau et CA :  
**2 septembre - 7 octobre - 4 novembre - 9 décembre**
- Prend connaissance des activités du mois de juin
- **Note que le déménagement** dans les nouveaux locaux aura lieu le 3 juillet

### Les Français sont en surpoids

Deux tiers des hommes et la moitié des femmes de 35 à 74 ans présentent une surcharge pondérale, selon l'enquête Mona Lisa menée par l'Institut Pasteur. Cette étude a été réalisée entre 2005 et 2007 sur 4 800 personnes dans le Bas-Rhin, la Haute-Garonne et dans la région de Lille. Elle montre aussi que près de 21% des hommes et des femmes de cette tranche d'âge souffrent d'obésité.

## HSBC au cœur de votre ville et partout dans le monde

Avec HSBC, vous choisissez la puissance d'un des plus importants groupes de services bancaires et financiers au monde.

Quels que soient vos projets et votre situation patrimoniale, HSBC vous accompagne et vous apporte des solutions sur mesure.

Pour en savoir plus :

► **HSBC Toulouse**  
 64, rue de Metz  
 Marie-Hélène ALMAYRAC  
 Tél. : 05 62 26 97 92  
 suc-toulouse@hsbc.fr

www.hsbc.fr



Votre banque, partout dans le monde



# TROUBLES DU SOMMEIL

**Insomnies, fatigue, apnée, somnambulisme :** les troubles du sommeil ont tous d'importantes répercussions sur la santé et la qualité de vie. Leurs origines sont très variées. Pour bien les appréhender, un avis adapté et des examens approfondis peuvent être nécessaires. La complexité des troubles du sommeil sont souvent difficiles à diagnostiquer. Tous les troubles du sommeil ne nécessitent cependant pas un examen approfondi. En matière d'insomnie en particulier, il faut faire la part des choses entre troubles transitoires, souvent liés à un événement de la vie, et les insomnies plus sévères, qui durent plusieurs mois, voire plusieurs années. Seules ces dernières feront l'objet d'examens complémentaires. Pour les autres un traitement associant le plus souvent somnifères et techniques cognitives et comportementales, comme la sophrologie, seront proposées. Pour faciliter le suivi des troubles, mais aussi pour garantir un remboursement optimal des examens, mieux vaut s'adresser à un centre du sommeil par le biais de son médecin traitant.

## BIEN CONNAITRE LE SOMMEIL

### ● A quoi ressemble une nuit de sommeil ?

Une nuit se compose de plusieurs cycles de 1 heure 30 à 2 heures chacun, entrecoupés de très courts réveils. Au cours d'un cycle, deux types de sommeil se succèdent. Le sommeil lent (léger, puis profond) se caractérise par un ralentissement progressif de l'activité cérébrale et une diminution du tonus musculaire. Suit une phase de sommeil paradoxal (celui des rêves) d'environ 10 à 15 minutes, au cours de laquelle l'activité cérébrale est proche de l'éveil et les muscles complètement relâchés. Au bout de trois à cinq cycles, si la récupération est suffisante, c'est l'éveil.

### ● A quoi sert le sommeil ?

Si nous passons en moyenne un tiers de notre vie à dormir, cela n'est pas du temps perdu ! Le sommeil fait en effet partie des fonctions vitales de l'organisme, au même titre que la digestion ou la respiration. Il est indispensable à la restauration des forces physiques et psychologique, au maintien de la santé, à la régulation émotionnelle. Il participe également à l'apprentissage et à la mémorisation, ainsi qu'à la croissance de l'enfant. Pour bien vivre, il est donc important d'accorder au sommeil toute la place qu'il mérite.

### ● Quelle est bonne durée d'une nuit de sommeil ?

Il n'y a pas de norme en la matière. Si la durée moyenne chez l'adulte est de 7 à 8 heures, certains petits dormeurs se contentent de 6 heures, contre 9 pour d'autres. A chacun d'évaluer ses propres besoins, en gardant à l'esprit qu'avoir suffisamment dormi, c'est d'abord être en bonne forme dans la journée.

### ● Le sommeil évolue-t-il avec l'âge ?

En vieillissant, la durée du sommeil diminue. Un nouveau née dort 15 heures par jour en moyenne, contre 9 à 10 heures pour un adolescent. Chez les personnes âgées, le sommeil se fait plus léger et plus fragmenté, et les éveils nocturnes sont plus fréquents.

## EXCES DE SOMMEIL

Le besoin excessif de sommeil ou hypersomnie est un vrai handicap, qui peut avoir de graves répercussions sur la vie privée et professionnelle (accident, perte d'emploi, difficulté relationnelle...) Ces troubles sont caractérisés par un allongement du sommeil de nuit, avec des difficultés à émerger le matin, ou par une somnolence excessive pendant la journée. Il faut distinguer les hypersomnies secondaires, qui peuvent être la conséquence d'une privation de sommeil ou d'une prise de médicaments, des hypersomnies pathologiques, dues à des maladies neurologiques notamment. Il convient de ne pas prendre ces symptômes à la légère.

## BIEN DORMIR SANS MÉDICAMENTS, C'EST POSSIBLE !

Les somnifères ne sont pas une fatalité. On peut retrouver un bon sommeil sans traitement.

### ● Les moyens d'y arriver ?

Une bonne connaissance de ses besoins, de nouvelles habitudes de vie et la pratique d'une méthode de relaxation.

Sources : Institut national du sommeil et de la vigilance

## RAPPORT COTISATIONS/PRESTATIONS

		Cotisations		Prestations		Marge brute	Contribution CMU	Organisation ORGANIC	Frais de gestion	Marge nette	Rapport P/C
		Montant	%	Montant	%						
Actifs	Salarial	528 066,49	39,73 %	463 768,16	44,01%	230 581,86	17 358,75	1 110,96	14 646,10	197 466,05	0,67
	Cotisation patronale		39,73 %								
Retraités		166 853,42	47,54%	586 282,96	55,63%	45 570,46	15 796,34	1 010,97	18 515,20	10 247,96	0,93
Pré-retraités		209,20	0,02%	218,60	0,2%	-9,40	5,23	0,33	6,90	-21,87	1,04
Longue maladie invalidité		2 623,03	0,20%	3 540,07	0,34%	-917,04	65,58	4,20	111,80	-1098,61	1,35
		1 329 035,67	100,00%	1 053 809,79	100,00%	33 225,88	33 225,89	2 126,46	33 280,00	206 593,53	0,79

## SITE INTERNET

Le site internet de vos mutuelles vous intéresse, et nous vous remercions de l'intérêt que vous lui portez.

	Visiteurs différents	Visites	Pages luxes
Juin	53	92	2616
Juillet	65	109	3574
Août	38	70	1718

Contactez-vous sur [mutuelle-depeche.fr](http://mutuelle-depeche.fr) et n'hésitez pas à faire part de vos remarques et suggestions en écrivant à :  
 Les mutuelles / Contacts / Ecrire aux mutuelles



# MÉDICAMENTS LIBRE SERVICE

## ● Près de 250 médicaments en libre service dans les pharmacies

Patchs à la nicotine, antidouleurs, médicaments contre les maux de gorge, les brûlures d'estomac ou la diarrhée : depuis le 1er juillet, 248 médicaments peuvent être proposés en libre service dans les pharmacies. Tous ces produits sont accessibles sans ordonnance et ne sont pas remboursés par la Sécurité sociale. Il s'agit de médicaments utilisés en automédication, pour soigner des symptômes bénins. Cette mesure doit permettre aux patients « d'obtenir le meilleur traitement au meilleur prix », selon les vœux de la ministre de la Santé, Roselyne Bachelot.

Pour autant, les patients ne trouveront pas forcément tous ces produits dans leur pharmacie habituelle. En effet, cette mesure est facultative et sa mise en œuvre dépend de la bonne volonté des pharmaciens. La vente en libre service s'accompagne de certaines obligations. Les présentoirs doivent être bien séparés des autres articles et placés à proximité du comptoir, afin de faciliter les échanges avec le pharmacien. Les opérations de promotion de type « trois boîtes pour le prix d'une » sont interdites. Ces produits doivent être accompagnés de fiches explicatives et de dépliants d'information sur les règles de bon usage de l'automédication. Enfin, leur prix doit être clairement affiché sur des étiquettes bien visibles. Il devient donc possible de comparer des médicaments similaires et d'opter pour le moins cher ! D'autant plus que le prix des médicaments en libre service n'est pas encadré et peut varier d'une officine à l'autre.



## ● Demandez le moins cher à votre pharmacien

Certains médicaments en libre service ont un équivalent remboursé par la Sécurité sociale. Généralement, ces médicaments sont également accessibles sans ordonnance. Contrairement aux médicaments en libre accès, leur prix est fixé par les pouvoirs publics. Ces produits, qui sont obligatoirement délivrés par le pharmacien, sont souvent moins chers que leurs équivalents en libre service. Ils bénéficient notamment d'une TVA plus avantageuse (2,1% pour les produits remboursés, contre 5,5% pour les non remboursables). Ainsi, le même médicament peut être commercialisé à différents prix, moyennant un changement de nom et d'emballage. C'est par exemple le cas du Gavisconell®, médicament antiacidité utilisé contre les reflux gastro-œsophagiens, vendu en libre service au prix de 4,16 euros la boîte de 16 comprimés (source : IMS Health, prix public TTC en avril 2008). Son frère jumeau, le Gaviscon®, est remboursé par la Sécurité sociale mais peut aussi être délivré sans ordonnance. Son prix est de 2,26 euros la boîte de 20 comprimés, soit une différence de 130% lorsqu'on ramène le prix à l'unité. Autre illustration : l'ibuprofène, produit bien connu contre la douleur. Sous le nom de marque Advil®, médicament remboursé mais aussi accessible sans ordonnance, l'ibuprofène est 57% moins cher que la boîte de Nurofen® disponible en libre service. Dans le cas de l'anti diarrhéique loperamide, une boîte d'Immodium Lingual® est trois fois plus chère que son équivalent Loperamide Lyoc® (5,77 euros contre 1,82 euro).

Attention toutefois : ces tarifs reflètent les prix moyens observés dans les pharmacies avant la mise en place de la mesure. Ils risquent donc de changer dans les mois qui viennent.

Philippe Rémond

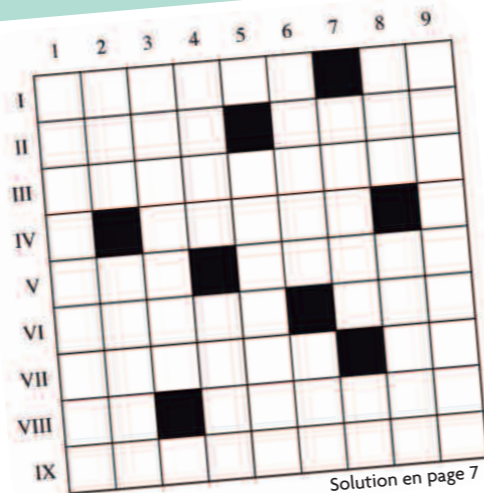
Pour en savoir plus, retrouvez la liste des médicaments en libre service sur le site de la Mutualité française [www.mutualite.fr](http://www.mutualite.fr)

## ● Horizontalement

I - Vue de l'esprit. Certainement à Moscou. II - Premier mot. Il est cultivé, mais reste muré. III - Agrume hybride. IV - Y aller est dangereux. V - En friche. Tapent des pieds. VI - Supposé. Petit singe. VII - Terminal. Sa Sainteté. VIII - Connu bien qu'on n'en ait pas entendu parler. Réussite spectaculaire. IX - Panier à salade.

## ● Verticalement

1 - Ca barde toujours pour lui. 2 - Elle a fait la bombe outre-Manche. Poilus dans le civil. 3 - Retourne la pareille. 4 - Avec elle. Bois rouge, tre. 5 - Faire maigre. 6 - Il serre la vis. C'est déjà la deuxième division quand elle est primaire. 7 - Pièces italiennes. Cuivre. 8 - Cadeau féerique. En mauvais état. 9 - Prémunie contre des influences délétères.



Solution en page 7

# RÉSOLUTIONS DES CONSEILS D'ADMINISTRATION RÉALISATIONS SOCIALES

## LE CONSEIL D'ADMINISTRATION DU 3 JUIN :

- Prend connaissance des activités du mois de mai.
- Organise l'AG du 17 juin, chaque membre ayant un rôle bien défini.
- Prend connaissance de l'état des finances
- Prend connaissance du rapport de la Commission de contrôle et s'engage à étudier à la fin de la saison l'exploitation déficitaire des sites vacances
- La Commission Seniors doit étudier le contenu de la Convention de partenariat proposée en prenant conseil auprès d'un juriste. Un questionnaire amendé par le Comité de pilotage, sera proposé en AG et diffusé ensuite dans Mut Infos d'octobre.
- Est informé que l'ouverture des enveloppes concernant les travaux de la crèche se fera le lundi 9 juin à 11h au cabinet Schwab Ingenierie.
- Sites vacances : prend connaissance du résultat des visites à Barcarès et Biscarrosse (ainsi que l'AG de ce site), de la recherche d'un appartement à Luchon, et de la situation locative de tous les sites vacances
- Apprend que le site internet va être doté d'un «compteur»
- Prend connaissance que le responsable des services de l'urbanisme de la ville de Toulouse reçoit Mas Promotion et son architecte le 19 juin concernant le permis de construire du Grand Selve
- Est informé d'une prochaine entrevue avec un commercial des Senioriales

## LE CONSEIL D'ADMINISTRATION DU 1<sup>ER</sup> JUILLET :

- Vote la tenue d'un débat avant l'examen de l'ordre du jour.
  - Adopte, après modifications citées au procès verbal de ce jour, le procès verbal du 3 juin 2008.
  - Enregistre l'élection de Paul Dargein au poste de président et d'Anne Déro au poste de secrétaire.
  - Prend acte du rapport d'activité du mois de juin présenté par le président.
  - Enregistre le calendrier des réunions du bureau et du CA proposé et accepté par les administrateurs par le président.
  - Prend acte du déménagement du service de la mutuelle dans ses nouveaux locaux.
- Projet adopté : 5 voix POUR / 4 voix CONTRE / 1 ABSTENTION

# BILAN LOCATIONS VACANCES

La saison 2008 a connu une forte fréquentation de nos sites vacances, grâce à une meilleure communication, à la diffusion de la plaquette location-vacances à chaque adhérent, et au site internet : [www.mutuelle-depeche.fr](http://www.mutuelle-depeche.fr). Nous avons fait également un effort sur les prix des séjours, que ce soit en «basse saison» et en «haute saison».

J'en profite pour vous informer que nos sites vacances propres à la mutuelle Réalisations Sociales (Luchon, Barcarès et Biscarrosse) sont disponibles toute l'année. Alors, n'hésitez pas à les louer en dehors des périodes estivales : les prix n'en sont que plus qu'attractifs !

**Taux de remplissage des locations vacances du 1er avril au 30 septembre 2008 :**  
 Bagnères de Luchon : 87,71% - Le Barcarès : 83,22% - Nevez : 81,23% - Biscarrosse : 81,04%  
 - Bidart : 82,91% - Bonifacio : 80,92% - Blanes : 84,71% - Santa Susanna : 91,18% - **Le taux moyen sur cette période est de : 83,81%**

Pour tout renseignement, Michelle est à votre disposition au 05 62 11 35 77.

Alain Mallet - Responsable de la Commission Vacances



# NAISSANCES/DÉCÈS

« Ils sont arrivés »  
 Ilana VOUSSOU le 16 juin  
 Olivier MONS le 25 mai  
 Chloé DENOÛ le 6 août  
 Naïs VIVIER le 12 août

« Ils nous ont quittés »  
 Etienne BRUNET le 8 mars  
 Marie-Thérèse RAYNAL le 26 mai  
 Victorine RACACHE le 26 juillet  
 Georgette ROQUES en août

## 36 46 : un numéro unique pour joindre la Sécu

Les assurés sociaux peuvent désormais joindre leur caisse primaire d'assurance maladie en composant le 36 46 (0,028 euro/minute). Ce numéro, uniquement disponible en métropole, permet de connaître ses derniers remboursements ou de joindre un conseiller. Il est également possible de consulter ces informations sur le site de l'assurance maladie [www.ameli.fr](http://www.ameli.fr), dans l'espace « Assurés ».

## Pas plus de 2% de « faux chômeurs »

La grande majorité des chômeurs veulent retrouver un emploi. Les « faux chômeurs » – ceux qui s'inscrivent à l'ANPE sans vouloir rechercher du travail – ne représentent que 2% des demandeurs d'emploi, selon une étude du ministère du Travail. Loin des idées reçues, cette enquête montre que les chômeurs sont prêts à faire des concessions importantes : les trois quarts sont disposés à accepter un emploi d'un niveau inférieur à leur qualification et près de la moitié accepteraient de déménager.

## Autonomie : plus d'un million de bénéficiaires de l'Apa

Au 30 juin 2007, 1 048 000 personnes bénéficiaient de l'allocation personnalisée d'autonomie (Apa), soit une augmentation de 6,8% sur un an, selon une étude du ministère de la Santé. Elle indique également que 60% de ces bénéficiaires vivaient à domicile et 40% dans des établissements d'hébergement pour personnes âgées. L'Apa est destinée aux personnes de plus de 60 ans en situation de perte d'autonomie et nécessitant une aide pour les actes essentiels de la vie.

N°8

## La rubrique Santé de la Société de Phytothérapie et Nutrition Des plantes pour lutter contre les Cystites

### Canneberge et infection urinaire

Les baies de canneberge font l'objet d'attention depuis de nombreuses années pour leur effet préventif sur les infections urinaires.

Les extraits de Canneberge inhibent la formation de biofilm formés de bactéries pathogènes. C'est une bonne thérapeutique préventive des infections par colibacilles (E.coli) d'autant plus efficace qu'elle ne pose pas le risque d'interactions médicamenteuses.(4). Toutes les études vont dans le sens de l'intérêt de la canneberge en prévention de l'infection urinaire féminine.

Ce sont les fractions anthocyanines et proanthocyanidines qui exerceraient l'effet sur les germes. Pour être efficace il faut par contre au moins **35 mg/Jour de PACS**.

### Action de l'hibiscus

(karkadé) L'extrait concentré d'hibiscus contient également des anthocyanidines notamment l'hibiscine. Il agit par une action bactériostatique avérée en culture de germes. Cet usage traditionnel du karkadé est donc aujourd'hui confirmé.

**Oemine URI**  
 = 35 mg PACS-A/jour  
**canneberge et hibiscus**  
 Lors des crises  
**4 gélules 3 fois/j : 10 jours**  
 En entretien  
**3 gélules le matin 20 j/mois**

Ce complément alimentaire est compatible avec tous les soins habituels des cystites



Aux adhérents de la mutuelle Dépléto  
**- 30 %**  
 sur toute la Gamme  
**Oemine**

NOM:.....  
 Prénom:.....  
 Adresse:.....  
 Code postal:.....  
 VILLE:.....  
 Email:.....  
 À adresser à: PHYTOBIOLAB:  
 ZA la ménude 1 rue Ampère  
 31830 Plaisance du Touch  
 05 62 18 05 86 - [www.oemine.com](http://www.oemine.com)



# RÉSIDENCE SARRAUT

## RESIDENCE SARRAUT : C'est la fête !

Le samedi 13 septembre une «soirée paella» s'est déroulée à la résidence et a réuni une soixantaine de personnes. Le temps très maussade dans la journée pouvait laisser craindre le report, voire l'annulation de cette manifestation, mais grâce à la détermination d'Alain Chapot (le concierge) et des résidents qui par leurs débrouillardises ont monté des bâches pour se prémunir de la pluie, cette soirée a pu se maintenir. Ce fut une soirée très conviviale avec un mélange de jeunes et de moins jeunes réunis autour d'une délicieuse paella très bien préparée par des résidents. Nous leur adressons d'ailleurs toutes nos félicitations ! Les boissons, le fromage, ainsi que les tartes ont été également appréciés par tous.



Nous ne pouvons citer tous les noms des organisateurs de cette soirée particulièrement réussie de crainte d'en oublier mais nous les remercions chaleureusement. Malgré la fraîcheur du temps, l'ambiance était au beau fixe et la bonne humeur a régné tout au long de la soirée qui s'est terminée tard avec la promesse de se retrouver au même endroit pour le «beujolais-châtaigne» au mois de novembre.



## Poème Lucile – 12 ans

Les vacances extraordinaires,  
 Nous y pensons souvent,  
 S'asseoir en y réfléchissant,  
 Regarder le sol vert  
 Au soleil, s'endormir  
 Ou, suivant nos envies, lire.  
 Avoir les jambes qui brûlent,  
 La musique dans les oreilles ...  
 Le plaisir de voir le crépuscule,  
 Découvrir les abeilles ...  
 S'épanouir devant le bonheur  
 Sans s'occuper de l'heure.



## Cancer : l'Inca répond à vos questions sur Internet

Les traitements hormonaux sont-ils cancérigènes ? Quels sont les signes qui doivent m'alerter ? Y a-t-il des risques à faire souvent des mammographies ? L'Institut national du cancer (Inca) ouvre une nouvelle zone sur son site Internet pour répondre aux questions du grand public. Cet espace, baptisé «Cancer, il y a des moyens pour agir», se décline en quatre chapitres : prévenir, détecter tôt, soigner et chercher. Retrouvez-le sur le site de l'Inca [www.e-cancer.fr](http://www.e-cancer.fr).

## Un label qualité pour www.mutualite.fr

Le site Internet de la Mutualité française [www.mutualite.fr](http://www.mutualite.fr) a reçu le label Health On the Net (HON). La fondation HON, basée en Suisse, a été chargée par la Haute Autorité de santé (HAS) de la certification des sites français proposant des informations médicales. Son label, bien identifiable par son logo, atteste le respect de huit critères précis de qualité : qualification des rédacteurs, justification des sources d'information, honnêteté de la politique éditoriale, etc. Cette certification est valable un an, délai à l'issue duquel le site sera à nouveau évalué.

## Les fumeurs satisfaits de l'interdiction de fumer

Même les fumeurs sont conquis par la loi antitabac : 83% d'entre eux sont favorables à l'interdiction de fumer dans les restaurants et 61% dans les bars, selon une enquête de l'Institut national de prévention et d'éducation pour la santé (Inpes). La grande majorité des accros à la nicotine (97%) disent respecter l'interdiction. Depuis le 1er janvier 2008, l'interdiction totale de fumer concerne tous les lieux publics, bars, restaurants et discothèques inclus.

## Médicaments : Cyclamed sera supprimé fin 2008

Cyclamed ne redistribuera plus de médicaments aux pays en développement. Ce système de récupération des produits non utilisés à des fins humanitaires sera supprimé à compter du 31 décembre 2008. Raisons invoquées : trop peu de médicaments sont redistribués (5,7%), ils ne correspondent pas aux besoins des pays concernés et leur qualité est difficilement contrôlable. Les patients peuvent continuer à rendre leurs médicaments inutilisés et leurs emballages à leur pharmacien, afin qu'ils soient détruits.

# CLOVIS, NOTRE PREMIER ROI ?

## ● «Laisse tomber tes colliers, Louis !»

La ville de Rome a été fondée par Romulus, on a appris ça en sixième. Mais il se trouve qu'il y a un obscur roi d'une non moins obscure peuplade germanique qui, un jour de 476, écrase les troupes d'Oreste et dépose l'empereur enfant Romulus Augustinus dans un couvent. C'est donc aussi un Romulus qui clôt l'histoire de l'empire romain d'occident.

Mais revenons quelques années auparavant. Le généralissime Aetius, qui avait naguère été otage des Huns, avec l'aide de Theodoric et de ses Wisigoths, avec aussi des Alains, des Burgondes, des Francs, se lance à la poursuite d'Attila, le fléau de Dieu, et le rejoint au Campus Mauriacus, fallacieusement dénommé Champs Catalauniques, en 451. La bataille fut gigantesque, tous les belligérants moururent ou presque : Theodoric est resté au tapis, Attila est en fuite, il mourra à quelque temps de là, d'un saignement de nez, le soir de ses noces ; Aetius sera assassiné en 454. A cette bataille mémorable se distingue aussi un Franc : Childéric, qui doit

d'ailleurs s'exiler en Germanie, presque sitôt couronné roi des Francs. Et devinez donc qui est le fils de Childéric ? C'est Clovis ! Qui devient roi à quinze ans. Et c'est son épouse, Clotilde, qui a eu une jeunesse des plus mouvementées, qui le poussera à la conversion, au baptême. Comment la pauvre Clotilde a-t-elle pu arriver entière et en bonne santé dans la royale couche en 493 ?

La reine était princesse, fille du roi burgonde Chilpéric. Son ton-ton, pris d'une folie meurtrière

que ne renierait pas un serial killer du second millénaire, tue ses propres frères et sa belle sœur la reine, ainsi que les deux frères de Clotilde. Par quel miracle a-t-elle pu échapper à cette tuerie ? En tous cas, la voilà nanti d'une foi solide comme un roc et d'un zèle à toute épreuve et Clovis obtempère à ses injonctions. Le jour

du baptême, en grand tralala. (Plus de trois mille guerriers seront aussi baptisés à cette occasion) l'évêque Rémi apostrophe l'illustre roi et plus pour longtemps païen « Depona colla, Sicamber ! » Traduction dans nos manuels scolaires « Courbe la tête, fier Sicambre ! » Traduction au plus près : « Dépose tes colliers, Sicambre ! » (Maintenant, adore le bon Dieu, et rien que Lui !) Après quoi Rémi a enfoncé le clou : « Adore ce que tu as brûlé et brûle ce que tu as adoré. »

Le baptême de Clovis marque le début du lien entre le clergé et la monarchie franque puis française, lien qui va durer jusqu'au début du XIXe siècle. Dorénavant, le souverain doit régner au nom de Dieu. Ce baptême permet également à Clovis d'asseoir durablement son autorité sur les populations, essentiellement gallo-romaines et chrétiennes, qu'il domine : avec ce baptême, il pouvait compter sur l'appui du clergé, et vice-versa. « Clovis » correspond à la francisation tardive de « Clodweg », venant probablement d'une déformation germanique du « Claudius » romain. L'appellation « Clovis », postérieure au roi franc, dérive successivement vers « Hlodovic », puis « Clodovic », et « Clouis », dont est né le prénom « Louis » porté par dix-huit rois de France. Le « Claudius » romain conduit aussi bien au « Louis » français qu'au « Ludwig » germanique (Clodweg, Cludwig).

Clovis est un des personnages les mieux connus : Dès l'école primaire les enfants entendent parler du vase de Soissons. Très tôt les légendes se sont emparées de lui : chacun selon son idéologie a parlé du roi franc. Son nom est utilisé par les monarques contre les Anglais ou pour régler de problèmes de succession, par les églises en quête de fondateur idéal. Son mythe a atteint sa plus grande puissance au XVème siècle. Il demeure encore dans l'esprit des Français comme le premier roi.

Michel ESCARD



La statue funéraire de Clovis.



Le baptême de Clovis.

### MUTUELLE INFOS

N° de publication : ISSN 1952 997 X  
Tirée à 2000 exemplaires  
est une publication éditée par les mutuelles du groupe la Dépêche du Midi  
Avenue Jean Baylet - 31095 Toulouse cedex 9  
Directeur de publication : Paul DARGEIN  
Rédaction : Marie-José THÉRON, Michel ESCARD, Claude SAINT-ESPES  
Maquette et impression : Techni Print Imprimerie

### HORAIRES D'OUVERTURE ET COORDONNÉES DE LA PERMANENCE

Av. Jean Baylet (Toulouse)  
Ouverture :  
du LUNDI au VENDREDI  
de 9h00 à 12h00 et de 13h30 à 17h00  
Tél. : 05 62 11 35 77  
Tél. : 05 62 11 95 81  
Fax : 05 62 11 36 40  
courriel : mutuelle@ladepeche.fr  
Prise en compte réelle des communications téléphoniques :  
de 11h00 à 12h30 et de 13h15 à 17h00