

2024

NOS SERVICES EN LIGNE

MON ESPACE SANTÉ

Tout le monde

■ Un espace numérique pour vos données de santé.

■ Documents de santé, dossiers médicaux, messagerie sécurisée avec les professionnels de santé...

MON COMPTE AMELI

Tout le monde

■ Un espace personnel sécurisé pour accéder à tous les services de l'Assurance Maladie depuis un ordinateur ou un smartphone.

■ Consultation des remboursements, téléchargement des attestations, commande d'une carte Vitale ou carte européenne et prise de rendez-vous.

POUR EN SAVOIR +
ameli.fr

RENONCEMENT AUX SOINS

Tout le monde

■ Bilan, orientation dans le parcours de soins et possibilité d'un accompagnement d'ordre financier pour diminuer le montant des restes à charge.

■ Soins concernés : dentaire, ophtalmologie, opticien, kinésithérapie, analyse médicale, acte chirurgical, consultation gynécologique, dermatologie, médicament, appareil auditif...

COMPLÉMENTAIRE SANTÉ SOLIDAIRE

Les personnes aux revenus modestes

■ Une aide pour faciliter la gestion de votre budget et plus besoin d'avancer les dépenses de vos frais de santé.

■ Demande en ligne via le compte ameli.



EXAMEN DE PRÉVENTION EN SANTÉ

Les personnes en situation de fragilité sociale et également tout assuré social et sa famille, dès 16 ans

■ Un examen de prévention en santé adapté à la situation de chaque assuré et pris en charge à 100 %.

■ Permet de faire le point sur sa santé : tabac, addictions, alimentation, surpoids, éducation thérapeutique...

■ 2 centres dans le Val-d'Oise :
- Centre IPC Argenteuil ;
- Centre IPC Cergy-St-Christophe.



INSUFFISANCE CARDIAQUE

En particulier les personnes de plus de 60 ans

■ Les symptômes évocateurs :

- essoufflement ;
 - œdèmes (pieds et chevilles gonflés) ;
 - prise de poids ;
 - fatigue excessive
- doivent conduire à réaliser un bilan médical pour une prise en charge adaptée.

■ **Un traitement médicamenteux, l'adoption de nouvelles habitudes alimentaires et la pratique d'une activité physique** permettent de ralentir l'évolution de la maladie et de continuer à accomplir les activités du quotidien.

DRY JANUARY

■ Un défi où il ne faut pas boire d'alcool à partir du 1^{er} janvier jusqu'à la fin du mois.



MATERNITÉ

Tout le monde

■ **L'entretien prénatal précoce** est un rendez-vous, individuel ou en couple, avec une sage-femme ou un médecin, remboursé à 100 % à partir du 4^e mois de grossesse. Cet accompagnement est un temps d'écoute, d'échange et d'information autour de la grossesse et du projet de naissance.

■ **Les femmes peuvent aussi bénéficier d'un entretien postnatal précoce** réalisé par une sage-femme ou un médecin entre les 4^e et 8^e semaines qui suivent l'accouchement. Il permet d'évaluer les besoins de la femme ou du conjoint en termes d'accompagnement et de détecter les 1^{ers} signes de la dépression.

■ **Le site internet et l'application « 1 000 premiers jours »** accompagnent les parents et futurs parents, de la grossesse aux 2 ans de l'enfant.



DÉPISTAGE DU CANCER COLORECTAL

Les hommes et femmes de 50 à 74 ans

■ **Un test simple et rapide à faire chez soi, tous les 2 ans.**

■ Dépisté à temps, ce cancer se guérit dans **9 cas sur 10**.

■ Pour les personnes éligibles ayant reçu une invitation le retrait du test est possible chez un pharmacien formé ou par commande en ligne sur le site : <https://monkit.depistage-colorectal.fr>



NUTRITION : SOPHIA + OBÉSITÉ MRTC*

Les personnes diabétiques Enfants de 3 à 12 ans en surpoids ou obèses

■ Avec le service d'accompagnement sophia, les diabétiques bénéficient gratuitement de conseils sur l'alimentation afin d'améliorer leur qualité de vie et de réduire les complications. Des livrets repères nutrition et des fiches recettes sont ainsi mis à disposition des adhérents du programme.

■ **Le dispositif « Mission retrouve ton cap »**, pris en charge à 100 %, prévient le surpoids et l'obésité infantile. Un accompagnement nutritionnel (diététique et activité physique) et psychologique peut être prescrit aux enfants de 3 à 12 ans en surpoids, en risque d'obésité ou obèses.

* MRTC : Mission retrouve ton cap



VACCINATION GÉNÉRALE

Tout le monde

■ Lorsque l'on se fait vacciner contre une maladie infectieuse, on évite de développer cette maladie. **On se protège soi-même mais aussi les autres.**

■ La vaccination ne concerne pas que les enfants et **la mise à jour de ses rappels à l'âge adulte est importante.**

■ Retrouvez le calendrier des vaccinations sur vaccination-info-service.fr.



DÉPISTAGE DU CANCER DU COL DE L'UTÉRUS

Les femmes de 25 à 65 ans y compris vaccinées ou ménopausées

■ Le frottis de dépistage est, avec la vaccination contre le papillomavirus, **le meilleur moyen de lutter contre le cancer du col de l'utérus.**

■ Le test de dépistage est pris en charge à 100 % et doit être réalisé :
• tous les **3 ans entre 25 et 29 ans** ;
• puis tous les **5 ans entre 30 et 65 ans** si le dernier examen était normal.



SANTÉ MENTALE ET SEXUELLE

Tout le monde

■ **Santé mentale**
• **Mon soutien psy**, dispositif d'accompagnement psychologique en cas de **troubles légers à modérés dès 3 ans** ;
• **1 à 8 séances par an** chez un psychologue partenaire (liste disponible sur monsoutienpsy.sante.gouv.fr) ;
• **sur orientation d'un médecin**, remboursé par l'Assurance Maladie à hauteur de 60 % ;
• dispense de l'avance des frais pour les bénéficiaires de la complémentaire santé solidaire, de l'aide médicale de l'Etat, en cas de soins en lien avec une affection de longue durée, une maladie professionnelle, un accident du travail, une maternité ;
• **numéro dédié** en cas de pensées suicidaires ou d'urgence : **3114**

■ **Santé sexuelle**
• **parcours d'accès gratuit à la contraception** pour les mineures et les jeunes femmes de moins de 26 ans ;
• **pilule du lendemain** ou contraception d'urgence : disponible en pharmacie, sans prescription médicale et sans avance des frais pour toutes les femmes ;
• **1^{re} consultation gratuite** de santé sexuelle des jeunes hommes de moins de 26 ans dont la prévention des infections sexuellement transmissibles (IST) ;
• **préservatifs** Eden et Sortez Couverts **délivrés gratuitement** en pharmacie sans ordonnance sur présentation d'une carte Vitale ou d'une attestation de droit ;
• **prévention du VIH**, de l'hépatite B et C grâce au dépistage par un test rapide d'orientation diagnostique complémentaire au dispositif biologique classique permettant d'avoir un résultat en 30 minutes.



M^T DENTS

Les enfants et adolescents de 3 à 24 ans et les femmes enceintes

■ **Un rendez-vous de prévention dentaire pris en charge à 100 % et sans avance de frais, tous les 3 ans.**

■ Envoi d'une invitation avec un bon de prise en charge **1 mois avant la date anniversaire.**

■ **Rendez-vous à prendre dans les 6 mois** chez le dentiste de votre choix.



DÉPISTAGE DU CANCER DU SEIN

Les femmes de 50 à 74 ans

■ **Un examen tous les 2 ans** avec le radiologue de votre choix.

■ **Un dépistage simple et gratuit** sur présentation du courrier d'invitation et de la carte Vitale.

■ Le cancer du sein est le **1^{er} cancer féminin.**

■ **Détectés tôt les cancers du sein** ont de meilleures chances de guérison.



MOIS SANS TABAC

Les fumeurs

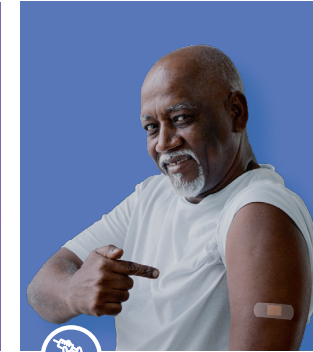
■ Un **kit d'arrêt** à télécharger ou à commander gratuitement et une **application d'e-coaching**.

■ **Prise en charge** des substituts nicotiques par l'Assurance Maladie sur prescription médicale.

■ **Suivi gratuit** avec un tabacologue en appelant le **3989**.

■ **Un arrêt de 30 jours multiplie par 5 les chances d'arrêter de fumer.**

■ Rendez-vous sur TabacInfoService.fr.



VACCINATION ANTIGRIPPALE

Les personnes à risque et de 65 ans et plus

■ **La grippe est très contagieuse**, en se vaccinant on se protège et on protège ses proches.

■ **Il n'y a aucun risque de transmission de la grippe par le vaccin.**

■ Le vaccin est pris en charge à 100 % pour les personnes à risque.

■ Parlez-en à votre médecin.

JANVIER	
L 01	JOUR DE L'AN
M 02	
M 03	01
J 04	JOURNÉE MONDIALE DU BRAILLE
V 05	
S 06	
D 07	
L 08	
M 09	02
M 10	
L 11	
V 12	
S 13	03
D 14	
L 15	
M 16	
M 17	04
J 18	
V 19	
S 20	
D 21	
L 22	
M 23	05
M 24	
J 25	
V 26	
S 27	
D 28	
L 29	JOURNÉE MONDIALE DES LÉPREUX
M 30	
M 31	

FÉVRIER	
J 01	
V 02	
S 03	
D 04	JOURNÉE MONDIALE CONTRE LE CANCER
L 05	
M 06	06
M 07	
V 08	
S 09	JOURNÉE MONDIALE DU REIN
D 10	
L 11	JOURNÉE MONDIALE DES MALADÉS
M 12	
M 13	JOURNÉE INTERNATIONALE DE L'ÉPILEPSIE
M 14	
J 15	JOURNÉE INTERNATIONALE DU CANCER DE L'ENFANT
V 16	
S 17	
D 18	
L 19	
M 20	08
M 21	
J 22	
V 23	
S 24	
D 25	
L 26	
M 27	
M 28	JOURNÉE MONDIALE DES MALADIES RARES
J 29	

MARS	
V 01	
S 02	
D 03	
L 04	JOURNÉE MONDIALE CONTRE L'OBÉSITÉ
M 05	10
M 06	
J 07	JOURNÉE MONDIALE CONTRE L'ENDOMÉTRIOSE
V 08	
S 09	JOURNÉE MONDIALE DU REIN
D 10	
L 11	JOURNÉE MONDIALE DE LA MALADIE DE PARKINSON
M 12	11
M 13	
J 14	
V 15	
S 16	
D 17	JOURNÉE NATIONALE DU SOMMEIL
L 18	
M 19	12
M 20	JOURNÉE MONDIALE DE LA SANTÉ BUCCO-DENTAIRE
J 21	
V 22	
S 23	
D 24	JOURNÉE EUROPÉENNE DE LA LUTTE CONTRE LES MENINGITES
L 25	JOURNÉE EUROPÉENNE DE L'ENFANT À NAITRE
M 26	
M 27	
J 28	13
V 29	
S 30	
D 31	PÂQUES

AVRIL	
L 01	L. DE PÂQUES
M 02	JOURNÉE MONDIALE DE SENSIBILISATION À L'AUTISME
M 03	
J 04	14
V 05	
S 06	
D 07	JOURNÉE MONDIALE DE LA SANTÉ
L 08	
M 09	15
M 10	JOURNÉE MONDIALE DE LA MALADIE DE PARKINSON
J 11	
V 12	
S 13	
D 14	
L 15	16
M 16	
M 17	JOURNÉE MONDIALE DE L'HÉMOPHILIE
J 18	
V 19	
S 20	
D 21	
L 22	17
M 23	
M 24	JOURNÉE MONDIALE DE LA LUTTE CONTRE LES MENINGITES
J 25	
V 26	
S 27	
D 28	JOURNÉE MONDIALE SUR LA SÉCURITÉ ET LA SANTÉ AU TRAVAIL
L 29	
M 30	

MAI	
M 01	FÊTE DU TRAVAIL
V 02	JOURNÉE MONDIALE DE L'ASTHME
J 03	18
S 04	
D 05	JOURNÉE MONDIALE DE L'HYGIÈNE DES MAINS
L 06	
M 07	19
M 08	VICTOIRE 1945
J 09	ASCENSION
V 10	
S 11	
D 12	20
L 13	
M 14	
M 15	
J 16	JOURNÉE MONDIALE DE LA MALADIE COLIQUAQUE
V 17	JOURNÉE MONDIALE CONTRE L'HYPERTENSION
S 18	
D 19	PENTECÔTE
L 20	PENTECÔTE
M 21	
M 22	21
J 23	
V 24	
S 25	JOURNÉE MONDIALE DE LA THYROÏDE
D 26	Fête des Mères
L 27	
M 28	JOURNÉE INTERNATIONALE DE L'HYGIÈNE MENTRUELLE
M 29	
J 30	22
V 31	JOURNÉE MONDIALE SANS TABAC

JUIN	
S 01	
D 02	
L 03	
M 04	23
V 05	
J 06	
V 07	
S 08	
D 09	
L 10	
M 11	SEMAINE NATIONALE DE DÉPISTAGE DU CANCER DE LA PEAU
M 12	
J 13	
V 14	
S 15	
D 16	Fête des Pères
L 17	
M 18	25
M 19	
J 20	ÉTÉ
V 21	
S 22	JOURNÉE INTERNATIONALE SUR LE DON D'ORGANES ET LA GREFFE
D 23	
L 24	
M 25	26
V 26	JOURNÉE MONDIALE DU DÉPISTAGE DE LA SCLÉROSE
S 27	
D 28	
L 29	
M 30	
M 31	

JUILLET	
L 01	
M 02	
M 03	27
J 04	
V 05	
S 06	
D 07	
L 08	
M 09	28
M 10	
J 11	
V 12	
S 13	
D 14	FÊTE NATIONALE
L 15	
M 16	29
M 17	
J 18	
V 19	
S 20	
D 21	
L 22	
M 23	30
M 24	
J 25	JOURNÉE MONDIALE DE PRÉVENTION DE LA NOYADE
V 26	
S 27	
D 28	JOURNÉE MONDIALE DE L'HÉPATITE
L 29	
M 30	
M 31	31

AOÛT	
J 01	JOURNÉE MONDIALE DE L'ALLAITEMENT MATEL
V 02	
S 03	
D 04	
L 05	
M 06	32
M 07	
J 08	
V 09	
S 10	
D 11	
L 12	
M 13	33
M 14	
J 15	ASSOMPTION
V 16	
S 17	
D 18	
L 19	
M 20	34
M 21	
J 22	
V 23	
S 24	
D 25	
L 26	
M 27	
M 28	
J 29	
V 30	
S 31	JOURNÉE INTERNATIONALE DE PRÉVENTION DES OVERDOSES

SEPTEMBRE	
D 01	
L 02	
M 03	36
M 04	JOURNÉE MONDIALE DE LA SANTÉ SEXUELLE
J 05	
V 06	
S 07	
D 08	
L 09	JOURNÉE MONDIALE DES PREMIERS SECOURS
M 10	
M 11	37
J 12	
V 13	JOURNÉE MONDIALE CONTRE LA SEPTICÉMIE
S 14	
D 15	
L 16	
M 17	JOURNÉE MONDIALE DE L'ARTHROSE
M 18	
J 19	38
V 20	
S 21	JOURNÉE MONDIALE DE LA MALADIE D'ALZHEIMER
D 22	AUTOMNE
L 23	
M 24	39
M 25	
J 26	JOURNÉE MONDIALE DE LA CONTRACEPTION
V 27	
S 28	JOURNÉE MONDIALE DU DROIT À L'AVORTEMENT
D 29	
L 30	

OCTOBRE	
M 01	
M 02	40
J 03	
V 04	
S 05	