

Multiprise

Le magazine des bénéficiaires de la C.A.S. de Lyon

NOVEMBRE / DÉCEMBRE 2023 - N°314

DOSSIER DU MOIS

VIOLENCES FAMILIALES

Où en est-on ?



Page
5

ZOOM C.A.S.
Multiprise, hier,
aujourd'hui... et demain ?



Page
15

VOYAGES
2024, réservez
vos dates !

MAAF À VOTRE SERVICE À LYON



VOS AVANTAGES :

Des tarifs préférentiels réservés
aux bénéficiaires de la C.A.S. de Lyon

- Pas de frais d'adhésion
- 10% de réduction sur la 1^{ère} année de cotisation
AUTO ou MOTO
- Offre de regroupement AUTO/HABITATION

MAAF disponible pour vous



en agence

**Agence MAAF
de Lyon Roosevelt**
54 Cours Franklin Roosevelt
5 place Kléber
69006 LYON

Nos horaires d'ouverture

Lundi : 15h - 18h
Mardi, mercredi, jeudi, vendredi :
9h15 - 12h30 et 14h - 18h
Samedi : 9h15 - 12h30



au téléphone
04 72 84 00 67



sur votre espace client
sur maaf.fr et l'appli mobile MAAF et Moi

ou par mail
cas.lyon@maaf.fr



MAAF Assurances SA - RCS NIORT 542 073 580 - 07/23



Electroménager Gros et Petit - TV

CENTRACOME

Centrale d'achat dédiée

Meubles cuisines



Conseils



Qualité



Economies

96 rue de la Part Dieu - 69003 LYON

Tél. : 04 78 60 46 77

centracomelyon@gmail.com



SOMMAIRE

04 **Zoom C.A.S.**

07 **Focus Partenaires**

08 **DOSSIER DU MOIS**

VIOLENCES CONJUGALES

Où en est-on ?

10 **La CAMIEG parle**
à ses assurés

11 **Action sanitaire et sociale**

12 **Multi-activités - Sports**

14 **Multi-activités - Culture**

15 **Multi-activités - Voyages**



**BIMESTRIEL DE LA CAISSE D'ACTIVITÉS
SOCIALES DES INDUSTRIES ÉLECTRIQUES
ET GAZIÈRES DE LYON**

LE PREMIUM

131 Boulevard de la bataille de Stalingrad
CS 40320

69623 VILLEURBANNE Cedex

E-mail : cas220.lyon@asmeg.org

Tél. : 04 81 09 69 00

Directeur de la publication :
Axel DEBUS

Président de la Commission Info-communication :
Nathalie ROBERT : 07 50 69 44 22

Rédaction / Publicité :
Valérie LAMOTTE

Ont collaboré à ce numéro :

Axel DEBUS, Nathalie ROBERT, Sylvain HARIGA, Céline
DUFFEZ, Janique BARBET, Jérémie DAYOT, Emmanuel
PALMIERI, Juan GARCIA, Eric MAGRY, Carime ABDOUL
ZABAR, Laetitia ANGERS BOIS, Michel GARON.

Dossier : Valérie LAMOTTE.

Impression : Rey Groupe

69330 MEYZIEU - Tél. : 04 37 44 30 00

Crédits photos : C.A.S., Freepik, Adobe Stock, Unsplash.

Parution : n° 314.

Ce numéro a été tiré à 5945 exemplaires.

ÉDITO.

AU MILIEU DU GUÉ !



2 ans déjà ! Eh oui, nous sommes au milieu de la mandature 2022-2025.

Et que d'actions réalisées depuis !

Je vous rappelle tout d'abord le transfert de la gestion du site de **Bonneterre** à la Mairie de Villeurbanne, suite au souhait des employeurs de revendre le terrain. Depuis, non seulement les bénéficiaires ont continué de pouvoir utiliser pleinement ces installations, mais la C.A.S. de Lyon a réalisé des économies de gestion.

Un évènement tout aussi marquant a été le déménagement de la C.A.S. dans de nouveaux locaux. Là aussi, cette situation est issue d'une volonté des employeurs de quitter les bâtiments de la rue **Bellecombe**. Désormais, nous vous accueillons au 131 boulevard de la bataille de Stalingrad à Villeurbanne, dans des conditions modernes et agréables, sentiment également partagé par l'équipe.

Les activités sur le site de **Cusset**, ainsi que celles des **Jardins**, ont été stabilisées grâce à la signature de conventions avec les propriétaires des terrains et des bâtiments.

Nous avons réorganisé l'équipe des **Correspondants de Proximité**, afin qu'ils puissent mieux répondre à vos interrogations et vous accompagner dans vos démarches. N'hésitez donc pas à les solliciter.

La « **Subvention pour tous** » qui vous aide financièrement pour la pratique de vos activités sportives et culturelles, **est désormais à 50 euros** par ouvrant et ayant droit, contre 30 seulement par le passé.

Nous avons créé une subvention aux spectacles « **Culture & moi** » qui participe au coût des billets de spectacles, pour toute votre famille.

Dans l'esprit de solidarité, nous proposons une **aide aux séjours scolaires, ainsi qu'un colis solidaire** aux bénéficiaires les plus modestes.

Nous avons accompagné diverses associations comme « **Courir pour Elles** », en communiquant largement autour de ses projets et avons soutenu le **Secours Populaire Français**, en abondant vos dons à l'Ukraine.

N'oublions pas nos **séniors**, pour qui les offres se sont élargies, avec plus d'activités ouvrant sur l'intergénérationnel, afin de toucher désormais le plus grand nombre.

Pour terminer, en complément des « **Forums de la C.A.S.** » qui nous permettent de venir physiquement à la rencontre des salariés directement dans les unités, et afin de moderniser le contact avec nos bénéficiaires, nous avons lancé des webinaires baptisés « **Les Rendez-vous de la C.A.S. de Lyon** » (que vous pouvez revoir en replay sur le site de la C.A.S. de Lyon), avec une première édition centrée sur les aides de la Commission Action Sanitaire et Sociale dédiées aux seniors, et conçue dans le cadre de l'information destinée aux futurs et nouveaux retraités.

Et tout ceci s'est réalisé malgré un cadre budgétaire de plus en plus contraint.

Courant 2024, la Commission Info-Com réalisera un remodelage de votre journal **Multiprise**, toujours disponible en version papier et numérique, ainsi qu'un relookage du **site Internet** de la C.A.S.

Enfin, afin de nous adapter au mieux à vos besoins, **les horaires de notre accueil physique et téléphonique** évolueront en début d'année.

Et puis, je ne vous révèle pas tout, il faut bien vous garder quelques surprises !

Bonne fin d'année à toutes et à tous.

Axel DEBUS

Président de la C.A.S. de Lyon

FLASHEZ, COMMANDEZ ET... PROFITEZ DE VOS AVANTAGES !

QR APPLE



QR ANDROID



**L'APPLI C.A.S. de Lyon est là
pour vous informer et faciliter toutes vos démarches...**

■ IMPORTANT !

La nouvelle année approche...

Pensez à vos mises à jour !



Votre situation familiale a changé ? Vous avez reçu votre dernier avis d'imposition (2023, sur les revenus 2022) ?

Votre attestation Activ (valable du 1^{er} janvier au 31 décembre), doit suivre le mouvement si vous voulez avoir accès aux activités au juste prix (vacances, colos, les + à Lyon...). Cette mise à jour vous incombe, via **le site ccas.fr**. Si les modifications ne sont pas prises en compte, merci de nous adresser un mail sur cas220.lyon@asmeg.org

Démarrez ensuite l'année du bon pied en conservant votre attestation Activ', justificatif de votre appartenance aux industries électriques et gazières.

■ CADEAU

Le colis solidaire



Cette année, la commission Action sanitaire et sociale a décidé de faire bénéficier du

colis solidaire, les personnes ayant un coefficient inférieur ou égal à 10213€ (dans la limite des stocks disponibles).

Pour en faire la demande, il vous suffit de vous manifester, soit :

- En enregistrant votre demande directement sur votre Espace C.A.S. de Lyon
- En renvoyant le coupon ci-joint à la commission ASS : cas220.ass@asmeg.org
- Par courrier à la C.A.S. (LE PREMIUM, 131 bd de Stalingrad, 69100 VILLEURBANNE)
- Par téléphone : 04 81 09 69 00 (choix 2)

Réservation du colis possible jusqu'au 8 décembre. Vous pourrez venir le chercher entre le 18 décembre et le 15 janvier 2024.

■ INFOS PRATIQUES

SATEC et conseiller juridique

SATEC

Nouvelles permanences spéciales assurances (IDCP ; Dépendance ; Laurence DUCLOS vous recevra sur rendez-vous à la C.A.S. de Lyon, pour fin 2023 : **le 30 novembre et en 2024 : les 4 janvier, 22 février, 21 mars, 25 avril et 6 juin**. Contact : 04 81 09 69 00
Hors permanences : 0970 809 770 (du lundi au vendredi, de 9h à 17h).

CONSEILLER JURIDIQUE

cas220.ass@asmeg.org - Mettre en objet : Demande conseiller juridique
En inscrivant vos : NIA, nom, prénom, téléphone et mail (si vous souhaitez un retour sur une adresse différente), vous serez rappelé dans les plus brefs délais.

Permanences Camieg et contacts

- Prendre rendez-vous en ligne sur Camieg.fr pour rencontrer un conseiller :
- à la C.A.S. (LE PREMIUM, 131 bd de Stalingrad à Villeurbanne), **les lundis 6 novembre et 4 décembre**.
- au Velum (106, Bd Vivier Merle à Lyon), **les mardis 21 novembre et 12 décembre**
- Prendre rendez-vous en ligne sur Camieg.fr pour être rappelé le jour qui vous convient.
- Poser vos questions en ligne depuis votre **Compte Ameli** en passant par la rubrique « écrire un message ».
- Joindre notre plateforme téléphonique au **08 06 06 93 00** (service gratuit + prix d'un appel).

■ ENFANTS

Arbre de Noël 2023

Les inscriptions à MYSTERIUM, LE GRIMOIRE MAGIQUE, le 26 novembre prochain (10h45 ou 14h), battent leur plein !

Vous avez toujours la possibilité de vous inscrire, via votre Espace C.A.S. Choisissez votre séance, réglez et gardez bien votre reçu, il sera votre ticket d'entrée le jour J.

Nous vous attendons nombreux !

COUPON-REPONSE COLIS SOLIDAIRE

(A RETOURNER JUSQU'AU 8 DÉCEMBRE)

NOM - PRENOM :

NIA :

MAIL :

TÉL. :

Hier, aujourd'hui... et demain ?

Ce dernier numéro de l'année porte un message important, puisque votre magazine va s'absenter quelques mois, le temps pour lui de se refaire une beauté.

RÉTROSPECTIVE...

Dans les années 80, la CMCAS de Lyon (rebaptisée C.A.S. aujourd'hui) éditait un « quatre pages » appelé FEED BACK (journal de la commission culture), distribué par l'intermédiaire des SLV (vos lieux de proximité actuels). Uniquement culturel, il devient plus généraliste au fil du temps et reste disponible uniquement sur le lieu de travail.



1988

1988... MULTIPRISE prend le relais de FEED BACK et devient alors : « le » magazine d'information de toutes les activités de la CMCAS de Lyon, mais aussi de toute la famille puisqu'il est désormais adressé chez les bénéficiaires.



1995



1996

1996... Après 12 années de format A4, deux changements majeurs : un passage au format « tabloïd » (journal compact) et une évolution vers la bichromie, procédé de deux teintes utilisant souvent le noir associé à une autre couleur.



1998



1999

En septembre 1999... Multiprise passe en quadrichromie, technique d'imprimerie basée sur 4 couleurs primaires : cyan, magenta, jaune et noir, servant à reproduire un large spectre colorimétrique. Il reprend par la même occasion son format A4 initial et continue d'informer sur le cours des activités sociales.



2002

Avril 2002... Le magazine dévoile la naissance du nouveau logo de la CMCAS de Lyon et le fait connaître à ses bénéficiaires. En 2004, apparaissent les premiers clics sur le site internet de la CMCAS de Lyon, site complètement refondu en 2010 (www.cmcas-lyon.fr), sur lequel le magazine est archivé mensuellement.



2008

Fin 2008... La charte graphique est revue et l'édition revisitée aux nouvelles couleurs de la CMCAS. Ce sera le point de départ d'une identité visuelle qui durera jusqu'à fin 2014.



2015

2015... Remodelage de la Une et des pages intérieures, avec une police plus dynamique, un fond plus neutre pour plus de visibilité, pour un magazine plus moderne et aéré. Une version éphémère...



2016

Printemps 2016... Changement catégorique avec la version que vous connaissez actuelle-

ment. Nouvel imprimeur et nouvelle maquette avec une version plus « journalistique » et classique, avec des articles sur 3 colonnes.



2023

2024, PRÉPARONS LA SUITE...

Après 8 ans de bons et loyaux services sous cette forme, votre magazine prendra une nouvelle direction au cours de l'année 2024. Le fond, la forme et la périodicité vont évoluer, pour une meilleure adéquation avec la préservation de l'environnement, des besoins actuels de notre lectorat et de la maîtrise budgétaire.

Nous pouvons déjà vous annoncer qu'il sera quadrimestriel : 3 numéros par an qui couvriront 4 mois et comporteront individuellement 8 pages.

En effet, l'intérêt croissant pour la newsletter hebdomadaire, permettant un rebond immédiat sur l'information ou l'événement, ainsi que celui du site internet sur lequel vous trouvez toutes vos informations et effectuez d'ores et déjà vos démarches, sont des points qui ont orientés nos choix. Nous sommes aussi conscients que le magazine, dans sa version papier, reste un vecteur de communication important de nos activités sociales. Il est aussi bien destiné aux salariés qu'à leurs familles. Il permet à ceux qui ne sont pas à l'aise avec le numérique ou qui n'ont pas d'accès internet, de pouvoir s'informer et garder le contact avec leur C.A.S, les activités et leurs collègues.

Retraités, vous conserverez la version papier du magazine (sauf avis contraire de votre part, précisé dans votre espace C.A.S.). Les actifs recevront la version numérique. Ils pourront aussi l'avoir en papier sur leur site de travail ou auprès de leur correspondant et sur demande, le recevoir à leur domicile.

Alors, devenez acteur de vos moyens de communication et gérez vos préférences sur l'envoi de votre magazine, à l'aide du nouveau questionnaire en place sur votre espace personnel : www.cas-lyon.fr/Modifier-monprofil/Mesinformationspersonnelles.

THANA ou la symphonie du nouveau monde

Le nouveau récit de Sylvain HARIGA, romancier lyonnais.



Une aventure introspective au crépuscule de la vie : hanté par ses démons passés, un vieil homme, aigri et malade, retrouve la joie de vivre mais également des valeurs fondamentales de l'existence avec l'aide de son médecin, une femme étrange et captivante.

Au fil des rencontres avec des inconnus, ce parcours le conduira à redécouvrir un bonheur simple et donnera un sens à sa vie passée.



Sylvain Hariga naît à Verdun en 1960. Après des études de biologie, il travaille dans un premier temps comme laborantin à l'Institut Pasteur de Lyon. Par la suite, il reprend des études de gestion et de communication et obtient un diplôme à l'Institut d'Administration des Entreprises d'Aix-en-Provence.

Après un passage au Centre spatial de Kourou et dans une agence de voyages, il intègre un groupe industriel dans le domaine de l'énergie où il effectue le reste de sa carrière. Passionné par les voyages, la plongée et la randonnée en haute montagne, il parcourt le monde et

publie plusieurs romans. Il signe aujourd'hui son dernier ouvrage.

EXTRAIT :

« C'est quoi le bonheur à ton avis ? Se lever tous les matins à la même heure, s'habiller, prendre un métro pour aller s'enfermer dans un bureau toute la journée ? Tout cela pour un salaire te permettant juste de vivre et d'avoir quelques rêves faciles à accomplir. Attendre chaque année quelques jours de vacances pour tenter d'oublier le reste et que la vie passe sans que tu t'en rendes compte ? C'est cela le bonheur ? J'ai choisi une autre voie. J'aurais pu aller travailler dans une usine, un bureau, une administration et attendre. Mais attendre quoi, à ton avis ? Alors je vais t'avouer quelque chose : oui, je suis heureux.

Je mène mon existence, qui n'est pas toujours facile c'est vrai, comme je l'entends. Et comprends-moi : regarde la mer, les vagues, essaye de bien sentir le sel sur ta peau, le vent sur ton visage et tu réaliseras que tu vis vraiment. Tu ne végètes pas, tu existes au contraire. Il y a des choses plus importantes que cela, à ton avis ? »

11€ (aux Éditions Baudelaire)

Retrouvez les chroniques de Sylvain sur :

<https://sylvainhariga.blogspot.com>

L'intégralité des droits d'auteur liés à la vente de ce roman sont versés à l'UNICEF

Votre site internet fait peau neuve !

Pour bien commencer l'année, le site internet de la C.A.S. de Lyon verra son ergonomie modifiée, pour une utilisation plus fluide et facile, afin de satisfaire le maximum d'entre vous... Vous pourrez retrouver toutes vos rubriques habituelles, regroupées par thèmes. Alors, tenez-vous prêt, surfez et donnez-nous votre avis.

Nouveau critère pour la subvention pour tous

Cette aide sera dorénavant exclusivement attribuée aux pratiquants d'une activité sportive ou culturelle.

Son montant reste inchangé : 50€ par membre de la famille (inscrit sur l'attestation Activ'), une fois dans l'année. Vous pourrez effectuer cette demande dès le mois de 1^{er} février, en joignant vos factures.

Culture & moi évolue



Cette subvention à la culture est sous forme de participation financière sur des billets de spectacles, expositions culturelles, opéras, concerts, festivals, théâtres, cirques, musées ou numéros de variété.

La participation, toujours de 15€ maximum par an et par personne sera, à partir de début janvier, répartie par tranche de 5€, afin d'encourager les bénéficiaires à profiter plus régulièrement de la vie culturelle.

Carte Cezam 2024

L'hiver approche et avec lui, la saison de glisse !



Votre carte Cezam vous propose un grand nombre de réductions chez de nombreux partenaires, de quoi faire du bien à vos budgets.

Préparez-vous à chausser vos matériels et commandez dès aujourd'hui votre nouvelle carte CEZAM et votre carte ski 2023/2024.

Les prix restent inchangés cette année :

- Carte CEZAM OD/AD : 9€ (au lieu de 11.50€),
- Carte SKI : 2.80€.

Rappel : les cartes sont nominatives, donc vous devez commander une carte de chaque par personne.

Pour plus de liberté, la carte Cezam évolue et sera désormais dématérialisée sur votre smartphone !

Alors plus que jamais, ayez le réflexe CEZAM !

* Vous possédez déjà un compte Cezam sur notre site Internet ? Utilisez les mêmes identifiants pour vous connecter à l'application.

■ ASCELLIANCE

Aidants, aidantes : faites-vous aider !

Vous avez un proche âgé ? Qu'il soit plus ou moins en perte d'autonomie, si vous intervenez régulièrement pour l'aider : courses, ménage, repas, compagnie..., vous êtes peut-être un(e) aidant(e) familial sans le savoir. 64 % des aidants n'ont pas conscience qu'ils le sont...



Un aidant familial est par définition une personne qui apporte une aide partielle ou totale, dans les actes de la vie quotidienne, de manière fréquente et régulière à une personne âgée et ce, à titre non professionnel.

Vous êtes aidant et salarié ? Sachez qu'il existe un congé de proche aidant pour permettre au salarié de s'occuper de son proche dépendant. Ce congé est accessible sous certaines conditions et limité dans le temps.

L'aidant a besoin de repos et de répit. La loi du 28 décembre 2015 relative à l'adaptation de la société au vieillissement instaure un nouveau droit : le droit au répit pour les proches aidants.

Sans ce répit, l'aidant s'épuise, il peut alors s'installer une fatigue chronique, des maux de

tête, une prise ou perte de poids, des troubles digestifs, des douleurs physiques (cervicales, dos, épaules...), voire un burn-out.

Des solutions existent pour maintenir son proche âgé le plus longtemps à domicile... Cela nécessite d'organiser du répit à l'aidant. Pour se faire aider, l'aidant peut mettre en place des aides telles que des gardes à domicile, des repas livrés, un aménagement du domicile... en demandant une aide à la dépendance APA par exemple.

Prendre du répit : oui, c'est possible, avec la mise en place d'un accueil de jour, d'accueils temporaires....

Chaque situation est unique et doit être étudiée au cas par cas.

Conseillère en gérontologie depuis plus de 30 ans, notre partenaire ASCELLIANCE Retraite est là pour vous accompagner et trouver ensemble les solutions à domicile, de répit, d'accueils temporaires ou non en résidence pour seniors autonomes ou en EHPAD.

CONTACT : Janique BARBET : 04 72 69 89 09

■ GARDE D'ENFANT

Chez Kinougarde, la sécurité, le bien-être et l'éveil de votre enfant sont notre priorité



97% des familles sont satisfaites de Kinougarde ! (Enquête IFOP 2023). Des solutions de garde à la carte...

SORTIE D'ÉCOLE | SORTIE DE CRÈCHE | MERCREDI, SAMEDI, VACANCES...

Soigneusement sélectionnées et pleines d'imagination, nos nounous stimulent les enfants avec des activités adaptées à chaque âge. Le rythme de chacun est respecté pour une fin de journée idéale.

Grâce à notre partenariat avec la C.A.S. DE LYON, bénéficiez de nombreux avantages :

- Cotisation OFFERTE au lieu de 96€
- Votre nounou est recrutée et suivie par des pros
- Rencontrez votre nounou avant de dire oui

• Kinougarde est l'employeur qui s'occupe de tout

Une garde d'enfants accessible à tous !

• CESU préfinancé accepté
• Aides CAF/MSA et 50% de crédit d'impôt
Votre dernier enfant a plus de 6 ans ? Bonne nouvelle, votre crédit d'impôt de 50 % est déduit en temps réel, lors du paiement de votre facture à Kinougarde.

Votre C.A.S. s'engage auprès de vos enfants en participant au financement de la garde d'enfants, pensez à vous renseigner !

Contactez votre conseiller partenariat :

Tél. : 04 72 84 62 63

Obtenez un devis personnalisé en quelques clics : kinougarde.com/caslyon

■ SOUTIEN SCOLAIRE

Et si c'était le moment de faire le point sur les besoins de votre enfant ?



Avec nos conseillers, vous allez tout de suite y voir plus clair. Ils posent les bonnes questions et connaissent parfaitement les enjeux de chaque cycle scolaire.



À leurs côtés, vous êtes certain de mettre en place la solution efficace pour faire progresser votre enfant tout au long de l'année !

Grâce à notre partenariat avec la CAS DE LYON, vous bénéficiez de nombreux avantages :

COURS PARTICULIERS du primaire au supérieur (cesu préfinancé accepté)

Des cours particuliers accessibles grâce au crédit d'impôt immédiat de 50% !

- Frais d'inscription OFFERTS (au lieu de 80€)
- 1er COURS « SATISFAIT » OU « REMBOURSÉ »
- 2€ de réduction par heure de cours réalisée

STAGES EN PETITS GROUPES en présentiel ou visio pendant les vacances scolaires

Stages intensifs | Anglais - Espagnol oral | Journées prépa-examens | Méthodologie

- 10% à 20% de réduction sur les tarifs
- Code ONLCE2701 (réservation en ligne)

Contactez votre conseiller partenariat : Tél. : 04 72 84 62 62. Obtenez un devis personnalisé en quelques clics : completude.com/caslyon

Financement par la CCAS avec votre C.A.S. jusqu'à 3 000 € par année scolaire (dépenses limitées à 1 000 € pour les cours individuels et 2 000 € pour les autres dispositifs) : informations sur <https://nosoffres.ccas.fr/soutien-scolaire/>



VIOLENCES FAMILIALES

Où en est-on ?

Qu'elles soient verbales, psychologiques, physiques ou sexuelles, les violences familiales et conjugales sont l'un des fléaux de notre société. Elles touchent tous les âges, tous les milieux et niveaux d'études, et toutes les catégories sociales. Complexe, ce combat en est d'autant plus long et difficile.

L'ensemble de ces violences désignent des comportements manipulateurs ou agressifs, envers une personne au sein du couple ou la famille, elles touchent principalement les femmes et les enfants, mais peuvent aussi concerner les hommes.

Ces situations sont souvent aggravées lorsqu'apparaissent en plus, l'alcool ou la drogue, qui agissent comme des désinhibiteurs.



Mais qu'on ne s'y trompe pas, les femmes restent les principales victimes de cette brutalité. Les chiffres qui relatent le nombre de femmes tuées par leur conjoint ou leur ex-conjoint sur ces 5 dernières années, pour la France uniquement, sont accablants !

2019	2020	2021	2022	2023
157	105	122	118	97*

*Au 1^{er} octobre.

Ce phénomène social massif a été quantifié officiellement en 2020, avec une enquête à laquelle 7000 femmes de 20 à 59 ans ont répondu. Son objectif était de mesurer les divers types de violences qu'elles avaient vécues.

Les résultats ont montré que 10% d'entre elles étaient passées par des violences conjugales au cours des douze derniers mois et que 2.7% avaient subi des agressions physiques et sexuelles en plus des autres...

Aujourd'hui, une femme meurt toutes les 72h sous les coups de son conjoint.

CÔTÉ MASCULIN

La violence faite aux hommes est quant à elle plus tabou, car ces derniers se heurtent

rapidement à l'incrédulité et aux moqueries de leur entourage. Elle peut être considérée comme impensable car ce rapport de force inversé surprend.

On retrouve pourtant les mêmes alertes : dénigrement, isolement, culpabilisation qui finalement, provoqueront une perte de confiance et une pseudo-léthargie. Ainsi la souffrance s'installe en attendant un éventuel déclic ou une situation qui empire....

ET LES ENFANTS DANS TOUT ÇA ?

Ces derniers, quand ils ne sont pas touchés directement, sont de fait fortement impactés par l'exposition à cette violence entre parents. Les cauchemars, la culpabilité et de nombreux autres symptômes peuvent se développer, ce sont autant de freins à l'échange, qui ne facilitent pas la communication.

Plus grands, outre le fait d'être tentés de reproduire un modèle auquel ils ont assisté, ils peuvent présenter des troubles de l'adaptation ou de la concentration, des phobies scolaires, des angoisses de séparation ou de l'hyperactivité, et d'autres troubles divers à ne pas prendre à la légère.

QU'EST CE QUI A ÉVOLUÉ ?

Suite à l'Etude nationale sur les morts violentes au sein du couple de 2022, différentes mesures ont été mises en place, comme un :

- Meilleur accueil dans les postes de police ou de gendarmerie,
- Renforcement de l'expertise des policiers et gendarmes,
- Travail d'évaluation des dangers encourus par la victime,
- Développement des partenariats avec le milieu hospitalier,
- Meilleur accompagnement des victimes.

OÙ EN EST-ON EN 2023 ?

Les lois sur l'égalité entre les hommes et les femmes dans la société (et dans la famille), sont récentes et les vieux schémas de vie ont encore de beaux jours devant eux.

La communication reste le mot d'ordre.

Des contacts (téléphoniques et numériques) à destination de chaque membre de la famille existent, l'important est de ne pas rester seul et d'oser en parler.



- **Homme ou femme, si vous êtes dans une situation de violences familiales**, le numéro d'urgence à appeler est le 17 (Police secours) ou le 112 (numéro européen).
- **Vous ne pouvez pas parler ?** Le numéro 114, normalement réservé aux personnes sourdes et malentendantes, peut vous aider dans certains cas.
- **Une plateforme téléphonique d'écoute, d'information et d'orientation des victimes** de violences sexistes et sexuelles (hommes et femmes), est désormais ac-

L'avancée obtenue aujourd'hui est remarquable mais fragile. Quand on voit le temps qu'il a fallu pour l'obtenir, on est en droit de se poser la question : combien de temps va-t-il encore falloir pour une égalité significative et est-ce encore possible ? Un débat qui mérite d'être élargi ...

Même si les communications et les lois sont là pour éveiller la conscience générale, l'éducation familiale et scolaire sont aujourd'hui contraintes d'avancer ensemble.

Apprendre aux jeunes et aux ados ce qu'est la valeur d'une vie, comment la préserver, afin de mettre ces futurs adultes dans les starting blocks d'une même course, avec des bases solides et de mêmes chances de réussite.

Une éducation antisexiste avec une même affirmation de soi et un esprit d'indépendance pour filles et garçons, aurait de bonnes chances d'aider l'un et l'autre à trouver son équilibre, sans rapport de force.

cessible 24h/24, 7j/7, vous pouvez les joindre au 3919. Il est important de privilégier la prévention, d'échanger avant que les coups ne pleuvent.

- **Les enfants victimes de violences**, peuvent appeler le 119 (Service national d'accueil téléphonique de l'enfance en danger) ou se rendre sur <https://www.allo119.gouv.fr/>, une mine d'information ouverte aux parents et enfants en difficulté. Un chat est aussi ouvert aux moins de 21 ans, qui peut être fort utile pour aider les enfants à faire un premier pas.

■ CÔTÉ ACTIVITÉS SOCIALES

Pour soutenir les bénéficiaires (ouvrants droit) victimes de violences familiales, une aide a été créée et intégrée au budget du FASS.



Comme le stipule le dossier, les raisons qui engendrent ce type de violences peuvent être diverses et variées.

Le fonds « VIOLENCES FAMILIALES » dédié pourra être sollicité **par chaque CMCAS**, sur 3 grands axes d'aides à apporter aux bénéficiaires :

- Juridique
- Sur un hébergement d'urgence
- Pour un soutien psychologique

BÉNÉFICIAIRES DE CES PRESTATIONS ET FONCTIONNEMENT

Concernant l'aide juridique, sont concernés : les ouvrants droit actifs ou inactifs, et les ayants droit enfants mineurs ou majeurs. Elle se traduit par le versement d'un montant limité à **un plafond annuel (1500€)** dans le cadre d'une action en justice, en lien avec les violences.

Le versement peut concerner une provision (acompte) ou une facture définitive, **et doit intervenir rapidement, de façon à ne pas conduire la victime à renoncer à sa plainte.**

Au préalable, la CMCAS aura orienté la victime vers un conseil juridique (certaines CMCAS ont déjà des conventions de ce type), une assistante sociale ou une association afin de déterminer la stratégie la plus pertinente.

La C.A.S instruit le dossier, en s'assurant que la demande est en lien avec une action en justice engagée pour des violences familiales et en déterminant le montant accordé (plafond moins aides extérieures).

Les deux autres volets (aide d'hébergement d'urgence et aide psychologique) font actuellement l'objet d'échanges au sein d'un groupe de travail.

N.B. : Toutes ces aides sont accordées par années civiles.

Sources : <https://www.lepoint.fr/> ; <https://www.marianne.net/societe/vous-avez-pas-de-couilles-les-hommes-battus-dossier-tabou-des-violences-conjugales> ; <https://arretonslesviolences.gouv.fr/>

Le baromètre santé et prévention 2022 est en ligne !



Le baromètre santé et prévention, initié en 2020 et diffusé chaque année jusqu'en 2026, est l'occasion de mieux vous connaître pour mieux répondre à vos besoins.

Conçu sous la forme d'une enquête en ligne anonyme, elle est proposée à tous les bénéficiaires qui ont donné leur accord pour que la Camieg les contacte par courriel. En 2022, vous étiez près de 20 000 à y avoir participé !

Découvrez les résultats du baromètre santé et prévention 2022 sur le site [camieg.fr](https://www.camieg.fr).

Du nouveau à la Camieg

Prendre rendez-vous avec un conseiller en visioconférence



Depuis le 11 avril 2023, il est désormais possible de rencontrer un conseiller Camieg sans se déplacer, en visioconférence. Ce nouveau service, accessible sur rendez-vous, permet de faciliter vos démarches et de s'adapter à vos besoins.

Vous souhaitez essayer la visioconférence ?
C'est très simple, depuis le site [camieg.fr](https://www.camieg.fr), cliquez sur « prendre un rendez-vous », puis choisissez « rendez-vous en visioconférence », ainsi que le créneau horaire qui vous convient.

Une fois le rendez-vous confirmé, vous recevez un courrier électronique contenant toutes les informations nécessaires pour vous connecter.

Bien-sûr, vous avez toujours la possibilité de prendre un rendez-vous pour rencontrer un conseiller sur site ou par téléphone.



www.camieg.fr

Par tél. : 08 06 06 93 00

(Appel non surtaxé)

Camieg - 92011 NANTERRE Cedex

■ AIDES NATIONALES

Préserver une vie sociale équilibrée même en situation de handicap !

Parce que le handicap peut toucher tout le monde, des aides sont à votre disposition pour vous permettre de vous déplacer en toute autonomie et accéder aux mêmes activités que les personnes valides.

N.B. : Toutes ces aides sont soumises à l'éligibilité de la prestation de compensation du handicap (PCH).



AMÉNAGEMENT DU VÉHICULE ET SURCÔÛTS LIÉS AU TRANSPORT

Elles concernent la participation aux dépenses d'aménagement du véhicule habituellement utilisé par la personne handicapée.

Le montant par véhicule est de 5000€ sur une période de 10 ans ou surcoût lié au transport (supérieur à 50 km aller/retour) : 12 000€ sur 10 ans), ce dernier est soumis à l'éligibilité de la prestation de compensation du handicap (PCH).

AMÉNAGEMENT DU LOGEMENT

Vous souhaitez disposer de votre propre logement et vous sentir bien chez vous ? Une participation financière aux frais d'aménagement est attribuée, elle permet le maintien ou l'amélioration de la sécurité, et de l'autonomie du bénéficiaire en situation de handicap.

Le montant est de 5000€ sur 10 ans et est soumis à l'éligibilité de la prestation de compensation du handicap (PCH).

AIDE TECHNIQUE

Elle permet de vous équiper de systèmes techniques adaptés à vos besoins, pour vous rendre la vie plus agréable et gagner en autonomie.

La participation financière est versée à l'acquisition ou lors de la location d'équipements, ou encore de la mise en place des systèmes techniques adaptés (exemples : aides optiques, fauteuil roulant ...). Le montant est de 5000€ sur 10 ans, et est soumis à l'éligibilité de la prestation de compensation du handicap (PCH).

ASSISTANCE ANIMALIÈRE

Vous possédez déjà un chien guide d'aveugle ou d'un chien d'assistance éduqué par une structure labellisée, ou encore, souhaiteriez en acquérir un mais les frais d'entretien et de vétérinaire sont onéreux. Sachez qu'une participation financière peut vous être octroyée.

Le montant est de 3000€ / sur 10 ans et est soumis à l'éligibilité de la prestation de compensation du handicap (PCH).

CHARGES EXCEPTIONNELLES

Votre situation requiert des besoins ponctuels et exceptionnels qui engendrent des frais dispendieux ? Une participation financière peut vous être allouée, afin d'en réduire les coûts.

Ex. : Langue des signes française, réparation ou installation d'aides techniques, séances psychomotricité et ergothérapie...

Le montant est soumis à réglementation, à l'éligibilité de la prestation de compensation du handicap, ou à coefficient social (selon si volet 1 ou 2).

AIDE A LA VIE DOMESTIQUE

L'AVD est une participation financière permettant le maintien de la résidence principale en bon état d'agrément, de propreté, de confort, d'hygiène et de sécurité. L'aide est de 15H/mois (plafonnée 4644€ / an) pour les actifs et de 23H/mois (plafonnée à 7121€ / an) pour les pensionnés.

La reconnaissance MDPH +50%, un certificat médical précisant nbre d'heures, avis imposition). La participation est de 10 à 90%, selon le coefficient social.

■ AMBASSADEURS D'AMITIÉ

Le réseau solidaire a besoin de vous...

Nous accordons une importance toute particulière aux personnes en proie à la solitude et à l'isolement. Les ambassadeurs d'amitiés sont un rouage essentiel pour le maintien d'un lien social et affectif pour certains bénéficiaires de ce dispositif.

Vous avez du temps et souhaitez vous investir dans cette démarche, faites-vous connaître auprès du service de l'action sanitaire et sociale de votre C.A.S. : cas220-ass@asmeg.org

Nous vous recontacterons très rapidement.

■ PLONGÉE

Une reprise dans la continuité...

Après un séjour plongée familial et convivial à St Raphaël, certains plongeurs ont pu valider ou confirmer la formation acquise durant la saison (bravo aux nouveaux diplômés !). Nous voilà tous repartis, direction la piscine de Vaise, pour une nouvelle saison d'entraînements.

Quelle satisfaction de tous se retrouver, anciens et nouveaux adhérents, motivés pour découvrir la plongée sous-marine ou simplement acquérir une meilleure aisance sous l'eau.



Lors des entraînements, une simple initiation aux connaissances élémentaires de la pratique pour certains, pendant que d'autres préparent leurs passages en niveau supérieur. Ces cours de préparation bénéficient d'un encadrement structuré assuré par nos collègues bénévoles, eux même formés au club (ils ont toutes les compétences et qualifications requises).



Notre club met à disposition le matériel nécessaire à la pratique de la plongée et dispose d'un bateau semi rigide. Il nous permet lors des séjours mer de mettre en application en milieu naturel, les compétences acquises en piscine.

L'association est divisée en plusieurs équipes, en charge : de la maintenance du matériel, de l'organisation des séances de plongée d'hiver à la piscine de Meyzieu (cette dernière disposant d'une fosse de 20m) et des plongées estivales en carrière à Chamagnieu, ou aux lacs du Burgé et d'Annecy.

Forts de notre expérience depuis de nombreuses années, nous avons la satisfaction d'avoir formés beaucoup de nos adhérents jeunes ou moins jeunes, avec une belle mixité. Ils ont ainsi pu découvrir de merveilleux fond et ont pu être sensibilisé sur la nécessaire préservation de la faune et flore sous-marine.

Outre la pratique de la plongée toujours conviviale, nous organisons régulièrement des événements festifs et familiaux, dont l'un nous tient à cœur : **l'anniversaire des 50 ans de notre club**. A la hauteur de cet événement nous prévoyons d'aller tester nos acquis (c'est tout l'intérêt de notre préparation en piscine), dans des eaux lointaines (et chaudes de préférence). Ces voyages seront autant de belles et magiques rencontres sous l'eau, encore de bons moments de partage.

Alors, si vous aussi vous êtes tenté, venez nous rejoindre... Cette activité est accessible à toutes et à tous (pas nécessaire d'être un excellent nageur), vous êtes les bienvenus !

Maryse

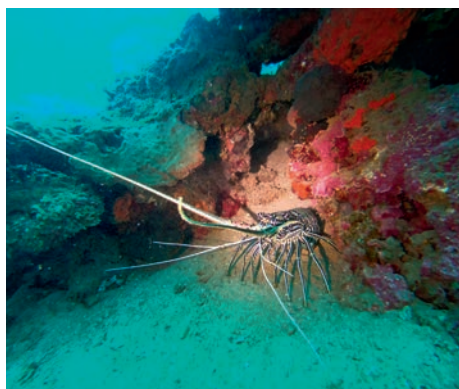
Fidèle adhérente depuis plus de 30 ans

ENTRAÎNEMENT

- **Piscine de Vaise**
Tous les lundis, de 20h à 22h

CONTACTS

- **Denis CARRION** (Président du club)
- **Tél.** : 06 73 69 27 96
- **E-mail** : d.carrion957@gmail.com
- **https://gslieg.vpdive.com**



■ BILLARD CARAMBOLE

Le Poolshot est arrivé au GSL Billard !

Le **GSL Billard** vous accueille depuis quelques années déjà, pour une pratique du billard carambole détendue, conviviale et néanmoins sérieuse.



Doté d'une table sans poche avec trois billes, ce type de billard consiste pour chacun des deux joueurs en lice de choquer (caramboler) avec sa propre bille, les deux autres, afin de réaliser des points.

Pour plus de technicité, le GSL Billard a le plaisir de vous informer de l'installation du système Poolshot au sein de son académie.

Il s'agit d'un programme numérique de formation projeté à l'aide d'une tablette et d'un vidéoprojecteur, sur la table de billard.

L'entraînement ludique et constructif du Poolshot est à la portée de tous, que vous soyez débutant ou perfectionné. Il vous permettra d'approfondir les bases fondamentales et d'améliorer votre jeu, tout en vous amenant vers un niveau supérieur.

Venez nombreux découvrir ce système révolutionnaire du billard dans une ambiance sympathique, conviviale et sportive !

LIEU

- 110 rue du 4 août 1789 à Villeurbanne

HORAIRES

- Du lundi au vendredi, de 8h à 22h
- Week-end, de 9h à 17h

CONTACT

- **Carime** : 06 72 70 39 36
- **E-mail** : gslbillard@gmail.com

■ SQUASH

Le tester c'est l'adopter !

C'est un sport physique complet, qui combine : endurance, résistance, souplesse et agilité. C'est un sport tactique et très souvent, elle prime sur la puissance. C'est un sport ludique, dont l'apprentissage rapide permet de jouer avec plaisir en quelques mois. La concentration nécessaire à chaque échange, l'enchaînement des déplacements, la précision des coups et la gestion de l'effort, sont autant de remèdes à la mauvaise fatigue. Antistress, il éloigne éloignent efficacement les tracas du quotidien.

Donc place au bien-être physique et psychique avec le squash.

Vous pouvez commencer à tout âge, quels que soit votre volonté et vos capacités. Nous vous accueillerons avec très grand plaisir.



LE GSL SQUASH VOUS PROPOSE :

Des rencontres amicales

Nous organisons des rencontres entre adhérents et sympathisants, 4 à 5 fois dans l'année, en soirée, en « privatisant » les 3 terrains du club. Cela permet de jouer entre nous, en plus grands nombre et de rencontrer plusieurs adversaires.

Pour garder la convivialité de ces tournois, nous en profitons pour partager un dîner ensemble (pizzas...).

Des entraînements de squash

Les entraînements sont menés par un entraîneur diplômé et ont lieu en moyenne au rythme d'une séance par mois (hors vacances d'été), alternativement le midi et le soir. Ces séances sont ouvertes à tous les adhérents, quel que soit le niveau. C'est l'occasion d'apprendre ou de perfectionner ses gestes.

Rencontrer de nouveaux partenaires

Tous les niveaux sont représentés parmi nos adhérents. Notre section permet donc de rencontrer de nouveaux partenaires adaptés aux

contraintes et niveaux de chacun, et de varier les plaisirs.

COTISATIONS

- Adultes OD/AD cadre 110€
- Adultes OD/AD non-cadre 100€
- Moins de 18 ans Gratuit
- Adhésion au GSL en sus 10€

CONTACTS

Eric MAGRY :

- Tél. : 06 84 37 34 29
- E-mail : eric.magry@edf.fr

Yves GACOGNE :

- Tél. : 06 15 99 70 54
- E-mail : yves.gacogne@edf.fr

Didier BOURGEOUX :

- Tél. : 06 09 09 67 95
- E-mail : didier.bourdeaux@rte-france.com

LIEUX

Différentes possibilités en fonction des adhérents (Lyon Part-Dieu, Lyon Jean Macé, Villeurbanne, Bron).

A très bientôt sur les courts !

■ DANSE

Eh bien, dansez maintenant...



Vous avez une passion commune ou souhaitez pratiquer une danse plutôt sympa ? C'est le moment de vous intéresser aux nouveautés de la saison Energym Danse 2023/2024.



SALSA PORTORICAINE ET CUBAINE

Incorporées dans les cours danses de salon du mardi, de 18h à 19h et de 19h à 20h.

ROCK N'ROLL

6 temps musicaux, piétinés simplifiés, pour une meilleure progression

ZUMBA

Nouveau cours avec DOILYS, le jeudi de 16h30 à 17h30

BACHATA

- Débutants : le jeudi de 19h à 20h
- Confirmés : le mardi de 20h15 à 21h15

Retrouvez tous les tarifs sur votre site C.A.S. de Lyon/Vos activités/Associations sportives & culturelles.

CONTACT

- Tél. : 06 45 63 85 70
- E-mail : energymdanse69@gmail.com

■ GOLF



Amateur de greens, le rendez-vous à ne pas manquer !

Le GSL Golf vous convie à sa réunion annuelle d'information, qui aura lieu au gymnase du collège Saint Louis (rue du pensionnat à Dagneux), le samedi 9 décembre à 9h.

Nous vous attendons nombreux pour faire connaissance avec nos activités et découvrir le programme de notre prochaine saison.

INFOS

Patrick PERESSON

- Tél. : 06 60 17 00 92

■ **CINÉMA**

Et si on se faisait une toile ?

Les tickets papier sont à récupérer :

- soit auprès de votre correspondant
- soit à la C.A.S. de Lyon (131 bd de la bataille de Stalingrad à Villeurbanne)



Retrouvez toute votre billetterie habituelle sur votre Espace C.A.S. de Lyon.



8.90 €



4.40 €



5 €

(Valable uniquement à l'Institut LUMIERE - Lyon 8)



6.30 €



2 €

(Rechargement sur le site UGC, de places à 5.95€)

Vous avez aussi la possibilité de commander vos places sur les **OFFRES EXTERNES**, ou encore sur ccas.fr. (en E. Billets pour la plupart).

■ **ORDI, TABLETTE... ON VOUS DIT TOUT !**

Club Informatique de la C.A.S. Lyon

Le Club Informatique de votre C.A.S., c'est quoi ?



- **Une activité ouverte à tous**, avec pour objectifs : Dépanner, Accompagner, Perfectionner...
- **Des stages de découverte, d'apprentissage ou de perfectionnement** proposés tout au long de l'année : Bureautique ; Téléphonie (Android) ; Technique (réseau domestique, logiciels libres, sécurité, téléchargement...)
- **Une rencontre** (journée libre) tous les 15 jours (le mardi) à Bonneterre ou Sainte Croix pour échanger, partager et résoudre ses problèmes, approfondir avec des interlocuteurs "avertis" et passionnés.
- **Une ambiance de convivialité** pour démystifier le monde du numérique, le maîtriser et en tirer profit.... et satisfaction !
- **Davantage d'informations sur notre portail:** <http://blog.informatique.dsmynas.org>

La cotisation annuelle (à venir courant novembre sur votre site C.A.S.) au Club Informatique donne accès à toutes les activités, sur les 2 sites (Bonneterre et Sainte Croix), les repas (facultatifs) restent à la charge des participants.

Pour vous inscrire, il vous suffit de remplir le

formulaire adéquat téléchargeable sur le site C.A.S. et de le transmettre au Club Informatique ou à la C.A.S. de Lyon directement.



Convaincu ? Pas encore.... Alors venez nous rencontrer sans engagement et découvrir notre fonctionnement dès cette rentrée ou au cours de la saison.

Débutant ou confirmé, vous êtes les bienvenus !

CONTACT

Michel GARON (Président)

Tél. : 06 84 53 30 68

E-mail : informatique.caslyon@gmail.com

■ VOYAGES 2024

Réservez vos dates !

Et commencez à rêver !

EGYPTE

DU 6 AU 20 MARS OU DU 13 AU 27 MARS
(15 JOURS / 13 NUITS)

Au pays des pharaons

Il reste encore quelques places pour ces 2 départs sur l'Égypte, n'hésitez pas à vous inscrire pour ce voyage où se mêlent l'histoire d'hier et d'aujourd'hui, au travers de ses balades et croisière.

CALVI

DU 20 AU 27 AVRIL (7 JOURS)

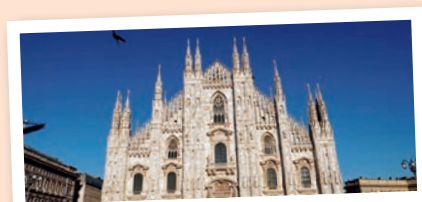


Un séjour en famille à ne pas manquer !

C'est à l'entrée de Calvi, dans une pinède, que votre Village vacances est implanté. Percez les secrets de l'île de Beauté, découvrez de nombreuses activités de mer et de montagne. Vous pourrez profiter des baignades grâce à un accès direct à la plage. Une semaine all inclusive (hors excursions, activités extérieures et dépenses personnelles).

MILAN

DU 27 AU 30 SEPTEMBRE (4 JOURS)



La Dolce Vita pour 4 jours !

Partez à la découverte de cette ville aussi riche que magnifique, tant par son histoire que par son évolution dans le monde actuel.

Capitale de la Lombardie et de la mode, Milan est l'une des villes italiennes et européennes à ne pas manquer !

RETROUVEZ LES DETAILS DE TOUS CES VOYAGES SUR VOTRE ESPACE C.A.S. DE LYON ET INSCRIVEZ-VOUS SANS ATTENDRE !

EXCLUSIVITÉ
C.A.S. DE LYON
ABONNEMENT /
13 MOIS !
STOCK LIMITÉ !

Wellness

S P O R T C L U B

ici. pas ailleurs.

ABONNEMENT MULTI-CLUBS

LYON CONFLUENCE / VENDÔME / GAMBETTA
TASSIN / VILLEURBANNE

Réservation en ligne,
sur votre Espace C.A.S. de Lyon !

WELLNESS LIBERTÉ

Accès au club de l'ouverture à la fermeture

529€/an au lieu de 854€

WELLNESS EXPRESS

Accès de 9h à 17h du lundi au vendredi
et sans restriction le week-end

449€/an au lieu de 784€

PROFITEZ-VITE DE CETTE OFFRE EXCEPTIONNELLE !
(Offre limitée)

Possibilités de règlement :

- > en 1 X en ligne sur votre Espace C.A.S. de Lyon
- > en 3 ou 5 X par chèque à la C.A.S. ou auprès de votre correspondant



**OFFRE SPÉCIALE
C.A.S. de Lyon**

**Mesures de faisabilité offertes
Avantages tarifaires
Plus d'infos sur le site
CAS-LYON.FR**

Vision Future

Avec plus de 15 ans d'expérience, 8 salles d'intervention, plus de 60 ophtalmologistes partenaires de renommée internationale, plus de 10 000 interventions chaque année (dont plus de 5000 à Lyon), et ses lasers de dernière génération, Vision Future est le **N°1 français de la correction de la vision par laser.**

Nos centres mettent tout en œuvre pour vous garantir le meilleur résultat visuel dans des conditions exceptionnelles de confort, de technologie et d'asepsie.



Après avoir porté des lunettes, puis des lentilles, Caroline décide de prendre contact avec Vision Future. « J'ai eu la secrétaire au téléphone qui m'a très bien accueillie. Elle m'a vraiment donné envie de venir. Du coup, j'ai pris rendez-vous le 27 août et 15 jours plus tard je ne portais plus de lentilles, cela a été très rapide. Le jour J, les infirmières ont été proches de moi, elles m'ont

accompagnée tout le long de l'opération qui a duré moins de 3 minutes sur chaque oeil. C'était assez impressionnant. Mais ensuite, j'avais 15/10e à chaque oeil. Incroyable : je voyais tous les détails ! »
L'opération a donné envie à son oncle et à des amis. Il leur faudra juste, à eux comme à d'autres, un coup de fil.

Beaucoup d'autres témoignages sur Facebook

*Lecteur Multiprise,
entre vous et vos lunettes,
il y a de l'électricité dans l'air ?
Tenez-vous au courant...*

**Myope
Presbyte
Astigmat
Hypermétrope**

VIVRE SANS LUNETTE, C'EST POSSIBLE !

Correction de la vision par laser

Vision Future - 20 rue de la Villette - 69003 LYON - Tél : +33 (0)4 72 344 344 - www.visionfuturelyon.fr