

apemme

Plus

Gros plan sur :

**Les vaccins,
réalités et
idées reçues**



portraits

- > Club Handisport de Saint-Avold : Pietro Lambroni
- > Les Enfants du Charbon

votre quotidien

- > Gare aux tiques !
- > Des plantes toxiques dans nos jardins

Jeu Apemme

- > 12 entrées au spectacle des Enfants du Charbon à gagner



Le Mot du président

Chères adhérentes, chers adhérents,

De nombreuses polémiques surgissent depuis quelque temps autour de la question des effets secondaires des vaccins. Pour y voir plus clair, nous avons choisi de développer un article complet sur la vaccination dans la rubrique centrale de ce magazine. Toutes les sources d'informations qui y sont relayées ont été visées par une autorité médicale. Si vous souhaitez obtenir plus de renseignements, tournez-vous vers votre médecin traitant, il pourra vous apporter les conseils adaptés à votre cas et à votre état de santé.

Concernant l'actualité au sein de l'Apemme, je vous annonce que le regroupement des services Identités Mutuelle et Uniassur évoqué dans le précédent numéro Apemme Plus, est effectif depuis plusieurs semaines. Vous aurez constaté qu'aucun changement n'a été répercuté sur notre fonctionnement et vos interlocuteurs habituels restent à votre disposition dans les locaux d'Uniassur.

Nous avons le plaisir d'apprendre le retour du spectacle « les Enfants du Charbon ».
Les dates du spectacle sont programmées entre le 16 et le 24 août prochain.
Vous trouverez plus de détails en page 8 du magazine.

Pour saluer cet événement, nous avons décidé d'offrir 12 places gratuites que vous pouvez tenter de remporter en participant au jeu organisé dans ces pages. Soyez nombreux à jouer. Toutes les réponses aux questions du jeu se trouvent dans les articles qui suivent.

Notez également la prochaine Assemblée Générale de l'Apemme qui se tiendra dans la salle Vouters à Freyming-Merlebach le 20 septembre prochain à 17 heures. La convocation et l'ordre du jour figurent en page 11 du magazine.

Comme chaque année à cette occasion, deux participants seront tirés au sort et se verront offrir leur contrat santé pour une année.

Si l'été se profile à grands pas, il faut néanmoins préparer la prochaine rentrée scolaire et penser à la couverture santé des étudiants. Les contrats qui leur sont destinés ont été spécifiquement élaborés, à des prix très intéressants. **Parlez-en aux jeunes de votre entourage.**

Je vous remercie de votre confiance et vous souhaite à toutes et à tous un très bel été et vous adresse l'expression de mes sentiments les plus dévoués.

Votre Président,
Léon Valin



sommaire

Actualité Apemme P3

Focus P4

Dossier P5-7

- Les vaccins, réalités et idées reçues

Portraits P8

- Club Handisport de Saint-Avold : Pietro Lambroni
- Les Enfants du Charbon

Votre quotidien P9

- Gare aux tiques !
- Des plantes toxiques dans nos jardins

Courrier des lecteurs P10

Le saviez-vous ? P10

Le Jeu Apemme P10

Infos Apemme P11

Numéros utiles P11

UniAssur

13, rue Eugène Kloster
57800 Freyming-Merlebach
N° ORIAS 07 001 655



uniassurance

2, rue du Général de Gaulle
57500 Saint-Avold
N° ORIAS 12 068 786

actualité

actualité

La réunion publique du 14 mai



Le 14 mai dernier s'est tenue une réunion publique à Creutzwald, dans la salle socio-culturelle du Siège 1 La Houve.

162 personnes ont assisté à la réunion conduite par le président de l'Apemme, M. Léon Valin.

Ce rendez-vous a été l'occasion de faire le point sur l'organisation de l'Apemme ainsi que les contrats proposés.

L'assistance s'est montrée très intéressée par la présentation du fonctionnement de l'association, tant au niveau de la structure que de la gestion.

Un exposé complet a été présenté autour des prestations et garanties proposées par l'Apemme, ce qui a permis d'apporter un éclairage sur des couvertures parfois méconnues de nos adhérents.

Les nombreuses questions posées par l'assemblée présente ont permis d'animer la réunion et de provoquer des échanges constructifs ; de nombreux cas concrets liés à la prévoyance, la santé ou encore l'hospitalisation évoqués par certains adhérents ont permis d'illustrer la portée de nos contrats ainsi que les avantages en découlant.

L'après-midi s'est achevée sur une collation conviviale lors de laquelle des échanges plus personnels ont eu lieu entre les adhérents de l'Apemme, les équipes d'Uniassur et les administrateurs.



2 veuves bénéficient d'un contrat santé Apemme, gratuit pendant un an

En plus des deux contrats gratuits attribués par tirage au sort lors de l'Assemblée Générale, l'Apemme a octroyé deux contrats santé gratuits supplémentaires, par tirage au sort également, à partir d'un fichier restreint aux veuves.

Ce tirage au sort a désigné Mmes Claire K. et Christine S., nées respectivement en 1936 et 1960.



PRÉLÈVEMENT À LA SOURCE DE L'IMPÔT SUR LE REVENU

Mis en place en janvier 2019, le prélèvement à la source permet de supprimer le décalage d'un an entre la perception du revenu et le paiement de l'impôt sur le revenu.

Salariés, retraités, au chômage, en invalidité... tous les revenus sont concernés. Les entreprises, les caisses de retraite, les employeurs publics et administrations deviennent collecteurs.

Le montant de l'impôt sur le revenu est déduit chaque mois en fonction du taux d'imposition communiqué par l'administration fiscale aux différents organismes de paiement (les collecteurs). Les personnes non imposables ne voient passer aucun prélèvement.

4 taux d'imposition sont considérés :

- Le taux personnalisé du foyer

Il s'agit du taux de droit commun applicable au foyer fiscal, basé sur la dernière déclaration des revenus (celle de 2017 ou à défaut celle de 2016).

- Le taux personnalisé individualisé

Calculé par l'administration fiscale en fonction des revenus de chaque personne du couple, ce taux peut être intéressant en cas de disparité de revenus dans le couple (mariage ou PACS). La somme des prélèvements est équivalente au montant qui aurait été appliqué sur la base du taux du foyer fiscal.

- Le taux non personnalisé ou taux neutre

Ce taux est fixé par l'administration fiscale selon un barème défini. Il concerne : les personnes non reconnues par l'administration fiscale, les primo-déclarants, les contrats de travail courts, le début de contrat de travail, lors de difficultés de reconnaissance de l'administration fiscale. Il peut être appliqué également à la demande du contribuable qui ne souhaite pas communiquer son taux personnalisé.

- Le taux nul

Le taux nul concerne les contribuables dont l'impôt sur le revenu mis en recouvrement est nul durant les 2 années précédentes et dont le revenu fiscal de référence de l'année précédente n'excède pas 25 000 € par part de quotient familial.

La déclaration de revenus est-elle toujours d'actualité ?

La déclaration de revenus sera facultative en 2020 pour les contribuables dont les revenus ne changent pas d'une année sur l'autre. La déclaration de revenus déposée en 2019 permet de déterminer le taux applicable à compter de septembre de la même année et jusqu'en août de l'année suivante. Cette opération déterminera également le montant définitif de votre impôt sur le revenu de l'année précédente.

À partir de 2020, cette déclaration mentionnera vos revenus mais aussi le prélèvement à la source qui a été effectué l'année précédente. Si vos prélèvements ont été supérieurs à votre impôt, vous serez remboursé par virement à l'été. Dans le cas contraire, vous verserez votre solde, étalé sur les quatre derniers mois de l'année s'il est supérieur à 300 €. Ce solde sera prélevé sur le compte bancaire mentionné dans votre déclaration de revenus.

Consultez votre espace personnel sur www.impot.gouv.fr pour suivre l'ensemble des informations vous concernant : l'historique des prélèvements, le taux appliqué, les coordonnées du collecteur, l'évolution des réglementations.

Les contribuables qui ne savent pas utiliser Internet peuvent aussi continuer d'utiliser les formulaires au format papier. Cette tolérance vise en particulier les personnes âgées, invalides, handicapées ou dépendantes. Il faut alors préciser dans votre déclaration papier ne pas être en mesure de procéder à vos déclarations en ligne. Rapprochez-vous de votre centre des finances publiques pour plus d'informations.

Changement de situation

En cas de changement de situation personnelle, il convient de faire une déclaration auprès de l'administration fiscale, par le biais du site www.impots.gouv.fr pour que votre nouvelle situation soit prise en compte sans attendre le dépôt de votre déclaration de revenus.

Retrouvez toutes les coordonnées des centres d'impôts en Moselle sur ce site : <https://www.calcul-impots.com/centres/moselle,d57.html>

gros plan sur...

gros plan sur...



Les vaccins, réalités et idées reçues

Dangerosité, effets indésirables, présence d'aluminium... les vaccins font l'objet d'idées reçues qui alimentent les rumeurs et suspicions. De plus, la nouvelle législation sur les obligations vaccinales entrée en vigueur le 1^{er} janvier 2018 a ravivé de nombreux débats entre pro et anti-vaccins.

Face à ce véritable fait de société, l'Apemme s'est penchée sur le sujet pour vous présenter un point global, en toute objectivité, sur les enjeux de la vaccination.

Qu'est-ce qu'un vaccin ?

“ Le vaccin contient une substance d'origine microbienne (microbes vivants atténués ou tués, substances solubles) qui, administrée à un individu ou à un animal, lui confère l'immunité à l'égard de l'infection déterminée par les microbes mêmes dont elle provient et parfois à l'égard d'autres infections.

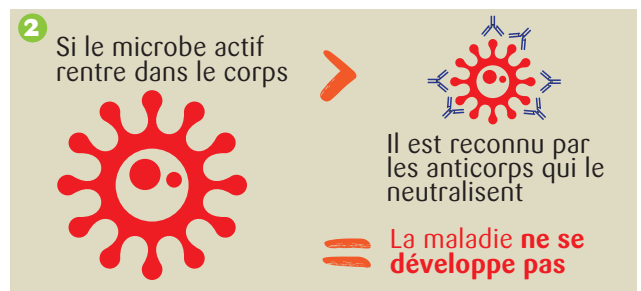
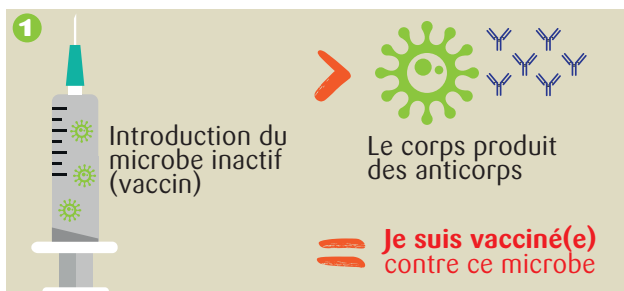
Cf. dictionnaire Larousse.

”

En d'autres termes, la vaccination ou l'immunisation protège contre la maladie en introduisant dans l'organisme une substance qui contient les mêmes antigènes* que ceux qui causent la maladie. L'organisme réagit alors comme s'il avait été attaqué par la maladie et déclenche la production d'anticorps.

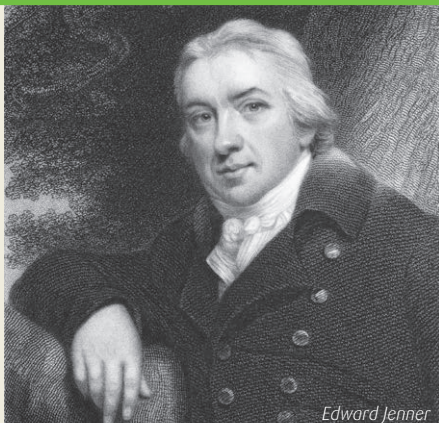
Des cellules à mémoire empêchent la réinfection lorsqu'elles rencontrent la maladie une nouvelle fois. Cependant, il faut noter que tous les vaccins n'immunisent pas toute la vie, certains nécessitent des rappels.

*Les antigènes contenus dans les vaccins sont tués ou très affaiblis.



gros plan sur...

gros plan sur...



Edward Jenner



Louis Pasteur

L'histoire de la vaccination

Au XVIII^e siècle, un médecin de campagne anglais, **Edward Jenner** (1749-1823) constate que les fermières, en contact régulier avec le virus de la variole bovine appelé **la vaccine**, (du latin « vacca », vache), ne contractent jamais la variole.

En 1796, il est le premier à expérimenter scientifiquement le processus d'immunisation en inoculant chez un enfant du pus prélevé sur une fermière infectée par la vaccine. L'enfant résiste à la variole. **Les prémices de la vaccination étaient nées.**

En 1879, le scientifique français **Louis Pasteur** (1822-1895) constate qu'en inoculant à des poules de vieilles cultures de la bactérie du choléra des poules, les volailles tombent malades mais ne meurent pas.

Pasteur vient de créer un **vaccin atténué « artificiel »**, qu'il nomme ainsi en l'honneur de Jenner et de ses recherches sur la « vaccine ».

En 1881, il débute ses recherches sur la vaccination humaine. **En 1885, il découvre le vaccin contre la rage.**

Au XX^e siècle, de nouveaux vaccins voient le jour, **le vaccin BCG contre la tuberculose** en 1921, **le vaccin contre la diphtérie et le tétanos** en 1923-1924, **un vaccin contre la fièvre jaune** en 1927, **un vaccin contre la poliomyélite** en 1954.

En 1958, l'Organisation Mondiale de la Santé (OMS) décide d'un large programme de vaccination contre la variole. **L'éradication de la variole est annoncée par l'OMS en 1980.**

LES BÉNÉFICES DE LA VACCINATION

Pour tous les vaccins destinés aux nourrissons, l'efficacité est d'au moins 95% (à l'exception du vaccin contre la coqueluche dont l'efficacité se situe autour de 90%). Les durées de protection sont différentes selon les vaccins : elles varient de seulement quelques années pour la coqueluche, à plusieurs décennies, voire à vie, pour la rougeole, la rubéole ou l'infection par le virus de l'hépatite B.

La personne vaccinée contribue à protéger d'autres personnes. Non seulement la vaccination évite le développement de la maladie mais elle prévient aussi la multiplication de l'agent pathogène chez la personne vaccinée. Plus la population est vaccinée, plus on réduit la circulation de la bactérie ou du virus concerné.

LES EFFETS SECONDAIRES

Les vaccins peuvent causer une réaction locale au niveau de l'injection, comme une douleur, une rougeur ou un gonflement, dans moins de dix cas sur 100. Une fièvre et des douleurs articulaires et musculaires concernent un à dix cas sur 100, selon l'Inserm (Institut National de la Santé et de la Recherche Médicale).

LES MALADIES MAÎTRISÉES GRÂCE À LA VACCINATION

Jusqu'à ce jour, seule la variole a été éradiquée par les vaccins.

La poliomyélite pourrait elle aussi disparaître un jour ; plus de 80% des enfants du monde sont vaccinés contre le poliovirus et le nombre annuel de cas a été ramené de 400 000 en 1980 à 90 000 au milieu des années 90.

Les vaccins ont permis de maîtriser à des degrés divers sept graves maladies humaines : la variole, la diphtérie, le tétanos, la fièvre jaune, la coqueluche, la poliomyélite et la rougeole.

LA RECRUESCENCE DE ROUGEOLE

En 2018, l'agence de Santé publique France a recensé 2269 cas de plus qu'en 2017.

Pour l'OMS (l'Organisation Mondiale de la Santé) le retour de la rougeole est dû à la défiance envers la vaccination.

Comment savoir quels vaccins faire ?

Demandez à votre médecin de vous remettre un carnet de vaccination si vous n'en avez pas.

Chaque fois que vous allez vous faire vacciner, apportez le carnet de vaccination afin que votre médecin ou l'infirmier puisse le tenir à jour et noter la date du prochain rappel. Consultez régulièrement le site vaccination-info-service.fr pour vous tenir informé des nouveautés apportées au calendrier vaccinal.

Références Internet :

<https://vaccination-info-service.fr>

www.pasteur.fr



gros plan sur...

Idées reçues autour de la vaccination

La vaccination suscite beaucoup d'interrogations, de craintes et de doutes, amplifiés par de fausses informations, en particulier sur les réseaux sociaux. Nous avons fait le point sur quelques affirmations souvent relayées :

«L'ALUMINIUM CONTENU DANS LES VACCINS EST DANGEREUX». Les sels d'aluminium présents dans les vaccins sont utilisés depuis 1926 comme adjuvants pour améliorer la réponse vaccinale. La neurotoxicité de l'aluminium n'a été décrite que pour des intoxications massives aiguës.

«IL EXISTE UN LIEN ENTRE LE VACCIN CONTRE L'HÉPATITE B ET LA SCLÉROSE EN PLAQUES». En 1998 plusieurs cas ont donné à penser que le vaccin contre l'hépatite B pouvait être associé à des scléroses en plaques. Face à l'inquiétude des milieux professionnels et du grand public, le Ministère français de la santé a suspendu le programme de vaccination des adolescents contre l'hépatite B dans les collèges. Cette décision a été mal comprise, alarmant l'opinion dans d'autres pays. Les scientifiques ont démontré que les cas de liens signalés s'expliquaient du fait d'une coïncidence due à la vaccination largement administrées à des individus de la tranche d'âge dans laquelle la sclérose en plaques survient initialement. Aucun lien entre le vaccin contre l'hépatite B et la sclérose en plaques n'a été prouvé à ce jour.

«LA VACCINATION AUGMENTE LA MORT SUBITE DU NOURRISSON» (ou MIN, Mort Inattendue du Nourrisson). De nombreux travaux ont montré que la mort subite du nourrisson est à mettre en lien avec la position ventrale pour le couchage des bébés, l'utilisation de couette et couverture, le tabagisme parental, une température élevée dans la chambre et le partage de lit. Jusqu'à ce jour, aucun lien de causalité entre vaccination et MIN n'a été démontré.

«NOTRE SYSTÈME IMMUNITAIRE PEUT COMBATTRE SEUL LE VIRUS DE LA GRIPPE». S'il est vrai que la plupart des personnes guérissent de la grippe en quelques jours, sans traitement médical, elles peuvent toutefois transmettre le virus à des personnes fragiles, comme les femmes enceintes, de jeunes enfants, des personnes âgées ou encore des individus souffrant de certaines maladies chroniques. Dans ces cas, la grippe peut entraîner de graves complications. Une vaccination est fortement conseillée pour ces personnes à risque.

«IL EXISTE UN LIEN ENTRE VACCINS ET AUTISME». Des dizaines d'études ont montré qu'il n'y a pas de lien direct entre l'autisme et la vaccination contre la rougeole ou le vaccin rougeole-oreillons-rubéole (ROR), comme le suggérait une fausse étude publiée en 1998.

«LA FRANCE EST LE SEUL PAYS À RENDRE LES VACCINS OBLIGATOIRES». La plupart des pays optent pour des recommandations plutôt que pour une obligation, mais l'Italie a changé sa réglementation, rendant 12 vaccins obligatoires, dont celui contre la varicelle, pour pouvoir inscrire ses enfants à l'école.

«LES VACCINS PROTÈGENT TOUTE LA VIE». Plusieurs vaccins nécessitent un rappel. L'Institut Pasteur recommande des rappels pour la diphtérie, le tétanos, la poliomyélite à 25 ans, 45 ans, 65 ans, puis tous les 10 ans à partir de 65 ans. Une injection de vaccin contre la grippe est recommandée chaque année à partir de 65 ans.

Faites un point sur votre vaccination avec un professionnel de santé et confiez-lui toutes vos interrogations.

Les enjeux de la couverture vaccinale

L'élargissement de la vaccination obligatoire à 11 vaccins chez les enfants nés en France à partir du 1^{er} janvier 2018, permettra de limiter les risques d'épidémie et d'assurer la sécurité sanitaire sur tout le territoire.

Les 11 vaccins obligatoires concernent : la diphtérie, le tétanos, la poliomyélite, la coqueluche, l'haemophilus influenzae B, l'hépatite B, le méningocoque C, le pneumocoque, la rougeole, les oreillons et la rubéole.

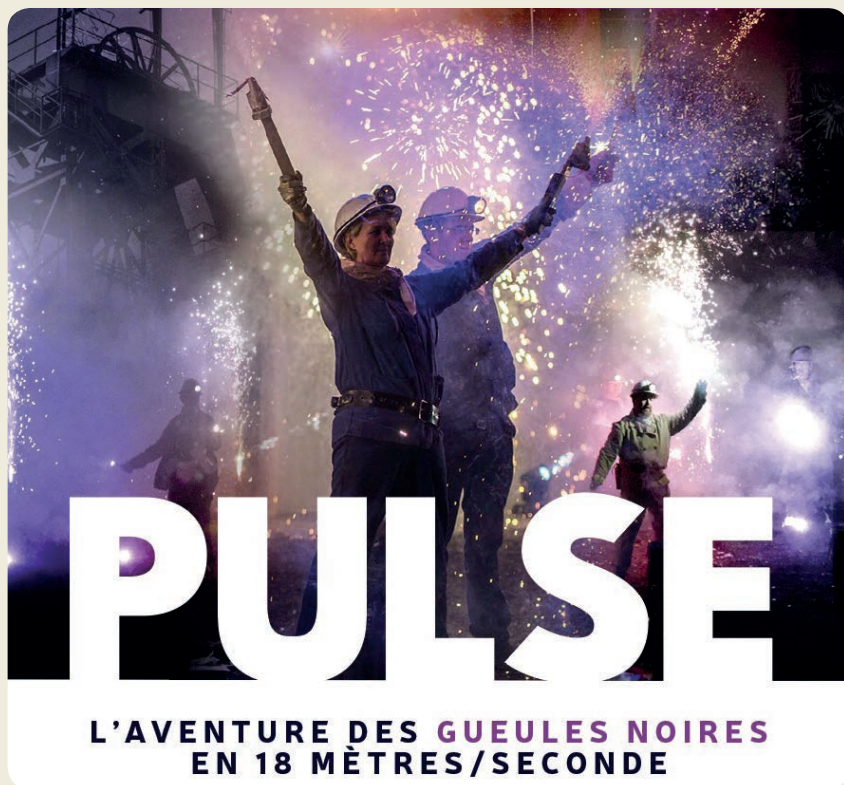
L'OMS fixe comme objectif la vaccination de 95% de la population concernée. En France, ce taux est aujourd'hui atteint pour 3 maladies pour lesquelles le vaccin est obligatoire (diphtérie, tétanos et poliomyélite).

		Vaccinations obligatoires pour les nourrissons nés à partir du 1 ^{er} janvier 2018						6 ans	11-13 ans	14 ans	25 ans	45 ans	≥ 65 ans
Âge approprié		1 mois	2 mois	4 mois	5 mois	11 mois	12 mois	16-18 mois					
Vaccinations obligatoires	BCG	1 dose											
	DIPHTÉRIE - TÉTANOS - POLIOMYÉLITE		1 ^{ère} dose	2 ^{ème} dose		Rappel			Rappel	Rappel	Rappel	Rappel	Tous les 10 ans
	COQUELUCHE		1 ^{ère} dose	2 ^{ème} dose		Rappel			Rappel	Rappel	Rappel		
	HAEMOPHILUS INFLUENZAE DE TYPE B (HIB)		1 ^{ère} dose	2 ^{ème} dose		Rappel							
	HÉPATITE B		1 ^{ère} dose	2 ^{ème} dose		Rappel							
	PNEUMOCOQUE		1 ^{ère} dose	2 ^{ème} dose		Rappel							
	MÉNINGOCOQUE C				1 ^{ère} dose		Rappel						
	ROUGEOLE - OREILLONS - RUBÉOLE						1 ^{ère} dose	2 ^{ème} dose					
	PAPILLOMAVIRUS HUMAIN (HPV)*								3 doses*				
	GRIPPE												Tous les ans

*pour les jeunes filles uniquement



Le nouveau spectacle des Enfants du Charbon : PULSE



Les Enfants du Charbon reviennent cette année avec un nouveau spectacle, totalement inédit.

Les soutiens de la Région Grand Est, du Conseil Départemental et des intercommunalités de Moselle-Est par le biais d'un partenariat noué avec l'association des Enfants du Charbon, ont permis de réunir les fonds nécessaires à l'aboutissement de ce projet dont les deux dernières éditions avaient été abandonnées faute de subventions suffisantes.

Sous la conduite de Sébastien Junker, président de l'association, c'est avec beaucoup d'enthousiasme que la nouvelle équipe s'est mise au travail sous la direction de Laurent-Guillaume Dehlinger, directeur artistique de la compagnie Déracinemoa. Les représentations auront lieu sur la grande esplanade du Parc Explor Wendel, au Musée de la Mine de Petite-Rosselle. Si les mineurs sont toujours au cœur du spectacle, le scénario est largement élargi à l'histoire locale. Des personnages issus d'horizons différents viendront animer cette fresque de par leurs vécus et expériences. Totalement renouvelée, la mise en scène sera grandiose avec des effets visuels et sonores savamment orchestrés. 5 représentations sont prévues, les 16, 17, 22, 23 et 24 août prochains.

Réservez vos places dès à présent auprès de l'Office de Tourisme de Forbach.

Contact : 03 87 85 02 43

Appel aux figurants et comédiens :

il est encore possible de s'inscrire aux ateliers théâtre organisés pour le spectacle.

Tél. 06 71 54 18 84 - E-mail : contact@lesenfantsducharbon.com

Facebook : page Les Enfants du charbon - <http://www.lesenfantsducharbon.com>

Retrouvez notre jeu spécial Enfants du Charbon en fin de ce magazine et tentez de remporter votre billet d'entrée !

Au sein du Club Handisport de St-Avold : Pietro Lambroni, un homme passionné



Depuis les JO de Londres en 2012, l'handisport a acquis ses lettres de noblesse et une vraie reconnaissance médiatique. Une montée en puissance obtenue grâce à la ténacité d'hommes de terrain qui œuvrent au quotidien sur les territoires. À l'image du Mosellan Pietro Lambroni, l'emblématique président des Red Dragon's, le club de basket fauteuil naborien qui évolue au plus haut niveau national.

« Sans grande passion, il n'est point de grand homme. » Adolphe de Chesnel, polygraphe, historien et encyclopédiste français du XIX^e siècle ne croyait pas si bien dire. Sa citation issue de son ouvrage, le dictionnaire de la sagesse populaire, s'est muée en véritable adage au fil des siècles. La passion, c'est aussi le dépassement de soi.

Comme l'état d'esprit de Pietro Lambroni qu'il entretient sur les parquets depuis le milieu des années soixante-dix. Malgré son handicap, il y a joué avec ferveur jusqu'en 1998. « Ensuite, je suis passé de l'autre côté du fauteuil. J'ai assumé des fonctions administratives au sein du club et appris le métier de dirigeant auprès de Marcel Belvo et Daniel Starck, respectivement président et vice-président. Au décès de Marcel en 2004, c'est Daniel qui m'a préparé au poste de président où j'ai été élu quatre ans plus tard. J'ai repris l'équipe de basket en main. »

Le club qui joue désormais aux avant-postes de National A, n'a pas la partie facile tous les jours. « Pour fonctionner, nous sommes en quête perpétuelle de sponsors. Fort heureusement, notre projet séduit de nombreux partenaires : ils sont plus d'une quarantaine aujourd'hui à nous soutenir. » Comme les collectivités territoriales et institutions qui prêtent également main-forte au petit poucet de National A. D'ailleurs, Pietro s'y investit en portant la casquette de vice-président de la Région Grand Est en charge de la promotion du handisport sur le territoire lorrain et celle du comité départemental handisport de Moselle. Des territoires où il a décidé de cultiver les talents handisports à travers la création d'écoles dédiées. Mais ça, c'est encore une autre histoire...

**Contact : 06 80 41 30 60 - Rue Poncelet - St-Avold
facebook.com/Handibasket-Saint-Avold**

votre quotidien

votre quotidien

Des plantes toxiques dans nos jardins

Havres de paix, nos jardins peuvent néanmoins abriter des poisons insoupçonnés. Voici une liste, non-exhaustive, de plantes toxiques de notre région pouvant entraîner de graves conséquences en cas d'ingestion.

1• L'If

Troubles digestifs, vertiges, troubles cardiaques et neurologiques sont les signes d'une intoxication à la taxine, une substance contenue dans la graine du fruit notamment.

2• Le Colchique

La colchicine contenue dans les graines de la fleur est une substance à haute toxicité, pouvant entraîner la mort. Même à très petite dose, son ingestion entraîne des brûlures buccales et des troubles digestifs graves.

3• L'aconit napel ou casque de Jupiter

Très toxique, l'aconit napel provoque des crises d'angoisse, des vertiges, une hyper salivation, des troubles digestifs, neurologiques, cardiaques...

4• Le Laurier rose

Le laurier rose renferme une substance cardio-toxique (l'oléandrine) qui entraîne d'importants symptômes d'ordre digestif et des troubles cardiaques. La sève du laurier rose est employée dans la composition de la mort-aux-rats.

5• Les feuilles de rhubarbe

Les feuilles de rhubarbe contiennent de l'acide oxalique toxique pour les reins où il forme des cristaux. Leur ingestion provoque nausées, diarrhées, problèmes respiratoires, urine rouge, brûlures de la bouche et de la gorge. Seule la tige est comestible !



Gare aux tiques !

La tique vit dans les jardins, les parcs, dans la forêt ; on la trouve dans les broussailles, les herbes hautes, les buissons etc. mais jamais au sol. Indolore, sa piqûre est difficile à détecter.



Que faire en cas de piqûre de tique ?

Il est déconseillé d'appliquer un désinfectant sur la tique qui risquerait alors de « vomir » et répandre des bactéries sous la peau. Retirez la tique à l'aide d'un crochet à tiques : saisissez la tique au plus près de la peau puis tirez en faisant pivoter le crochet. Une fois retirée, placez la tique dans un mouchoir en papier que vous jetterez dans les toilettes ou immobilisez-la sur un bout de scotch à jeter dans la poubelle.

Si vous ne réussissez pas à ôter la totalité de la tique, consultez rapidement votre médecin.



Une tique en plein «repas».



Erythème chronique migrant ou ECM

La maladie de Lyme

La maladie de Lyme est une infection bactérienne transmise à l'homme par des tiques porteuses de la bactérie *Borrelia*. Une lésion cutanée, l'Erythème Chronique Migrant (ECM), survient entre 3 et 30 jours après la piqûre. L'ECM évolue pendant quelques semaines et disparaît sans séquelle. Puis une série de symptômes apparaissent : des maux de tête, des douleurs articulaires, une légère augmentation de la température corporelle, de la fatigue et des ganglions proches de la lésion cutanée. La dernière phase de la maladie présente des complications d'ordre cardiaque, rhumatologique ou neurologique.

En cas de doute après la piqûre d'une tique, mieux vaut s'adresser à un médecin.

Que faire en cas d'empoisonnement ?

Appelez le centre antipoison de votre région. Pour le Grand Est (Nancy): 03 83 85 26 26 ou bien un médecin ou encore le Samu (15).

En cas d'ingestion, ne faites pas boire de lait, ne faites pas vomir.

www.centres-antipoison.net

Courrier des lecteurs

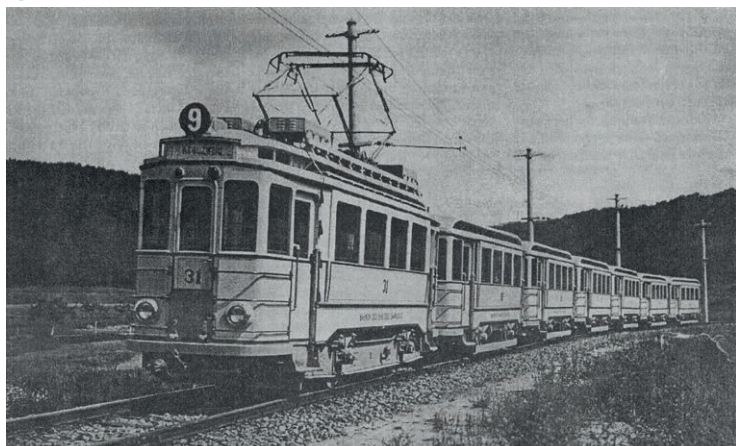
Je viens de démarrer un traitement anticancéreux de chimiothérapie. Vivant seule, je suis en grande difficulté pour subvenir à mes besoins durant les jours qui suivent mon traitement. Mon contrat complémentaire santé prévoit-il une aide à domicile ?

RÉPONSE : Tous les contrats complémentaire santé de l'Apemme portent la garantie Assistance qui prévoit, entre autres, la mise à disposition d'une aide à domicile, en cas de séances de radiothérapie ou chimiothérapie, et ce pendant toute la durée du traitement. Cette prestation s'organise à raison de 2 fois 2 heures dans les 15 jours qui suivent la séance. Nous vous invitons à contacter l'Assisteuse RMA au numéro suivant : 09 69 39 74 62.

Pour nous écrire : **Apemme - Commission Magazine Apemme + 13, rue Eugène Kloster - 57800 FREYMING-MERLEBACH**
E-mail : contact@apemme.fr

Le saviez-vous ?

Au début du siècle dernier, des tramways circulaient quotidiennement à Saint-Avold et à Creutzwald.



Le tram reliant Creutzwald à Sarrelouis



6 St-AVOLD - Place de la Victoire

Le terminus du tram, place de la victoire à Saint-Avold dans les années 20

Entre 1910 et 1944, une ligne de tramway, très fréquentée, reliait les 2,5 km du centre-ville de Saint-Avold à la gare de Valmont. Le terminus se trouvait à l'endroit du café « Le Queen's » qui portait autrefois le nom de « Terminus ».

De 1925 à 1961, Creutzwald était reliée à Sarrelouis par la ligne numéro 9 du tram, empruntée par les mineurs et par les familles. Le départ était localisé au Siège 1 près de la chapelle du Altschacht. Son tracé passait par Merten puis franchissait la Bisten, frontière physique avec l'Allemagne.

Jeu Apemme

réservé aux adhérents de l'Apemme

Prenez quelques instants pour répondre aux 3 questions ci-dessous.

Un tirage au sort parmi les bonnes réponses désignera les 6 participants gagnants. Ils se verront remettre 2 entrées au spectacle des Enfants du Charbon.

Toutes les réponses se trouvent dans les pages de ce magazine !

Questions :

- 1) Quel est le nom du virus de la variole bovine ?
- 2) Quel est l'autre nom de l'aconit napel ?
- 3) Quelle est la première date du spectacle des Enfants du Charbon 2019 ?

Pour participer, remplissez le formulaire sur le site www.apemme.fr, ou envoyez-nous vos réponses sur papier libre en indiquant : « Jeu Apemme Plus n°19 » ainsi que vos coordonnées complètes : nom, prénom, adresse, n° de téléphone, n° d'adhérent.

Date limite de participation : le 27 juin 2019 à 17h00

Adresse : Apemme - Jeu Apemme Plus 19
13, rue Eugène Kloster
57800 Freyming-Merlebach

*Le règlement complet du jeu est disponible dans nos locaux à Freyming-Merlebach.
Le tirage au sort aura lieu le 28 juin 2019.
Les gagnants seront contactés directement après cette date.*

infos

Agenda

■ Convocation aux Assemblées ordinaire et extraordinaire de l'Apemme

L'Assemblée Générale de l'Apemme se tiendra le 20 septembre 2019 à 17 heures dans la salle Vouters à Freyming-Merlebach. Prière de se munir de la carte d'adhérent, un contrôle sera effectué à l'entrée.

• ORDRE DU JOUR :

- approbation du CR de l'AG du 28/09/2018
- rapport d'activité
- rapport financier
- quitus au CA
- résultats des contrats
- perspectives 2019/2020

Une AG extraordinaire avec à l'ordre du jour la modification des statuts se tiendra à l'issue de l'AG ordinaire.

Deux participants seront tirés au sort et se verront attribuer la gratuité d'un contrat santé Apemme durant 1 an.

■ Résultat du jeu Apemme Plus n°18

M. BIHL Jean-Paul, M. DECREUSE Joël, Mme ZIMMER Mathilde, M. JAGER Félicien sont les heureux gagnants du jeu Apemme Plus organisé en fin d'année 2018. Ils se sont vus remettre chacun un panier garni des mains de notre président, M. Léon Valin.



Numéros utiles

Police	17
Pompiers	18
Samu	15
Appel d'urgence européen	112
SOS Médecins	3624
Centre Antipoison (Nancy)	03 83 85 26 26
Fil santé jeunes	0 800 235 236
SIDA info service	0 800 840 800
Drogue info service	0 800 23 13 13
Enfance maltraitée	0 800 05 41 41 ou 119
SOS viols	0 800 05 95 95
Croix rouge écoute	0 800 858 858
Samu Social	0 800 306 306 ou 115
Violence conjugale	3919
ALLÔ escroquerie	0 811 02 02 17
Médigarde Lorraine	0 820 33 20 20
Service d'urgence libéral (médecins généralistes) du lundi au vendredi de 20h à 8h et le week-end du samedi 12h au lundi 8h	

Contacts Apemme

Nos conseillers sont à votre disposition du lundi au vendredi de 8h30 à 12h et de 14h à 17h30. Exposez-leur vos demandes et vos attentes.

UNIASSUR

N° ORIAS 07 001 655

13, rue Eugène Kloster
57800 - Freyming-Merlebach
☎ **03 87 29 85 60**

Sous le contrôle de l'ACPR (Autorité de Contrôle Prudentiel et de Résolution) - 61, rue Taitbout - 75436 PARIS Cedex 09

UNIASSURANCE

N° ORIAS 12 068 786

2, rue du Général De Gaulle
57500 - Saint-Avold
☎ **03 87 81 18 12**

APEMME (siège social)

13, rue Eugène Kloster
57800 - Freyming-Merlebach
☎ **03 87 81 16 16**

ASSISTANCE SANTÉ

☎ **09 69 39 74 62**

PROTECTION JURIDIQUE SANTÉ

☎ **03 83 58 45 05**

La mutuelle santé des étudiants



Vous êtes étudiants ou allez le devenir à la rentrée prochaine ?

Penchez-vous dès aujourd'hui sur votre couverture santé.

L'Apemme a spécifiquement développé des formules permettant de répondre au plus près de vos besoins.

**Entamez la nouvelle année scolaire
avec sérénité, choisissez l'Apemme !**

Contactez-nous !

Du lundi au vendredi de 8h30 à 12h et de 14h à 17h30 :

13, rue Eugène Kloster - 57800 FREYMING-MERLEBACH - Tél. : 03 87 81 16 16 ou 03 87 29 85 60

2, rue du Général de Gaulle - 57500 SAINT-AVOLD - Tél. : 03 87 81 18 12

e-mail : contact@uniassur-unigest.com



www.apemme.fr