

⇒ NOVEMBRE 2023 : Agissons ensemble pour le mois sans tabac !



Ce novembre c'est le **Mois Sans Tabac** ! La Mutuelle Complémentaire organise des ateliers afin de soutenir et d'accompagner les agents publics dans leur sevrage tabagique.

Retrouvez nos actions de prévention santé dans les différents site de l'AP-HP 📍

Je veux en savoir plus



🧘 Séances individuelles de sophrologie

La sophrologie pour combattre votre envie de fumer ?

La sophrologie est une méthode qui favorise la mise en place d'un **équilibre entre le corps et l'esprit**. Elle aide à la **gestion du stress** lors de la **réduction ou l'arrêt du tabagisme**.

La mutuelle vous propose des séances individuelles de sophrologie offertes :
à distance en **visioconférence**

Je m'inscris



🏆 Bénéficiez d'une **subvention de sport** enfant de 20 € !

Le sport est primordial pour le bon développement de votre enfant.

Ainsi, la Mutuelle vous offre la possibilité d'obtenir une **subvention de 20 €** quel que soit le sport pratiqué par votre/vos enfant(s).

Je fais la demande

II Mutuelle
complémentaire
des salariés



Vous souhaitez faire découvrir votre
mutuelle et construire une chaîne de
solidarité ?

Le parrainage à la Mutuelle Complémentaire c'est gagnant gagnant !

Bénéficiez **jusqu'à 3 000 €** par an et de **3 mois offerts** pour vos collègues parrainés*.

Profitez-en dès maintenant 📌

Je parraine

*Offre valable du 01/09/23 au 31/12/23. Voir conditions sur le site.

⇒ **SERVICES ET AVANTAGES ADHÉRENTS**

Découvrez la sélection
des **ateliers de PRÉVENTION SANTÉ** et de **BONS PLANS**
du mois !

Le plus
gros effort
pour bien
entendre,
c'est encore
de pousser
la porte.



⇒ ••💡 **Optique et audition**

Bénéficiez de conseils personnalisés
auprès de nos opticiens et audioprothésistes mutualistes

Pour cela, rien de plus simple, rendez-vous dans nos 3
magasins ou retrouvez-nous sur Doctolib 📍

Écouter Voir Optique Mutualiste | Marais

54 rue de Sévigné 75003 Paris
01 48 87 88 59
Du LUNDI au SAMEDI
9h30 - 19h00

[RDV Doctolib Marais](#)

Écouter Voir Audition Mutualiste | Marais

52 rue de Sévigné 75003 Paris
01 48 87 43 52
Du LUNDI au VENDREDI
9h30 - 18h00

[RDV Doctolib Audition Marais](#)

Écouter Voir Optique Mutualiste | Jemmapes

74 quai de Jemmapes 75010 Paris
01 42 06 44 30
Du LUNDI au SAMEDI
9h30 - 19h00

[RDV Doctolib Jemmapes](#)

**Envie de découvrir + de
BONS PLANS ?**

Rendez-vous sur l'agenda
des activités 📍

[Je découvre](#)

⇒ **Les visites guidées**



BON PLAN

Découvrez l'histoire des différentes gares Montparnasse. Depuis 1840 la gare
Montparnasse a changé d'emplacement à différentes reprises !

Samedi 18 novembre 2023 à 14h30

Tarif 10€/pers

[Je m'inscris](#)

