



La complémentaire santé PAR et POUR tous les agents publics

Nouvelle année, nouveaux réflexes santé

**"Chères adhérentes, chers adhérents,****En ce début d'année 2026, le Conseil d'administration se joint à moi pour vous adresser nos meilleurs vœux de santé, de sérénité et de réussite.****La Mutualité Complémentaire des Agents Publics reste à vos côtés pour vous accompagner au quotidien et prendre soin de celles et ceux qui soignent et qui prennent soin des autres.****Dans cette newsletter, vous trouverez des informations essentielles. Nous avons à cœur de vous tenir informés des services, avantages et actualités tout au long de cette année."****Martine DA LUZ**
Présidente de la Mutualité

Votre nouvelle carte tiers payant est arrivée !

Comme chaque année, vous avez reçu votre carte d'adhérent tiers payant. Elle vous permet de ne pas avancer les frais chez de nombreux professionnels de santé. Pensez à la présenter lors de vos rendez-vous pour ne régler que le reste à charge éventuel.**Pour comprendre comment fonctionne votre carte adhérent, informez-vous en 1 minute chrono sur tous les détails qui la composent !**[Je découvre la vidéo](#)**Notre mutuelle est labellisée et permet aux agents éligibles de bénéficier de l'Aide Financière Santé (AFS). Les adhérents concernés (Ville de Paris, CAS VP, musées) ont reçu leur attestation de labellisation nominative.****Pour en bénéficier, un dossier complet doit être transmis au service du personnel de la Ville de Paris (UGD). Les documents requis sont l'attestation de labellisation, une copie de votre carte de mutuelle 2026 et le formulaire AFS, disponible sur l'intranet de la Ville de Paris. Si vous rencontrez des difficultés pour accéder à l'intranet, nous vous invitons à contacter votre service du personnel.****Le premier versement de l'AFS aura lieu en mars 2026, sous réserve de complétude du dossier.****Besoin d'aide pour constituer votre dossier ?** Nos équipes peuvent vous recevoir à notre agence située au 12 rue du 4-Septembre 75002 Paris pour vous accompagner dans vos démarches. Un **modèle d'attestation de labellisation** est également disponible en téléchargement sur notre site internet ou en [cliquant ici](#).

Prévention santé

Dry January : rejoignez le mouvement !

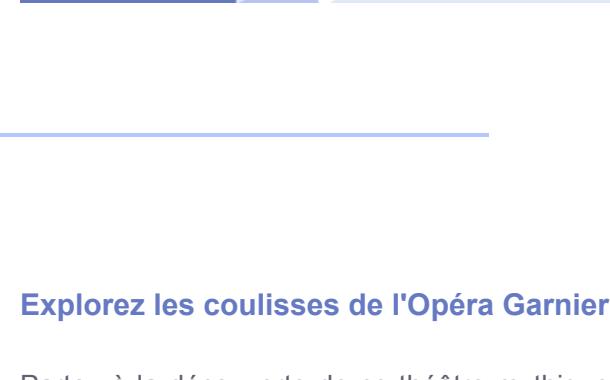
Le Dry January invite à passer le mois de janvier sans alcool, pour faire le point sur sa consommation et ses effets sur la santé. Dans cet article, découvrez pourquoi une pause peut tout changer, les bienfaits ressentis après un mois sans alcool et les repères clés pour consommer autrement.[Ça m'intéresse](#)

PRÉVENTION SANTÉ

Séance de réflexologie offerte : commencez l'année du bon pied

La réflexologie est une pratique de relaxation qui aide à relâcher les tensions et à favoriser l'équilibre du corps grâce à des pressions ciblées sur certaines zones. **Votre mutuelle vous offre une séance**, de quoi prendre soin de vous en ce début d'année.[Je réserve](#)

Nous venons à votre rencontre

Comme chaque mois, nous serons présents dans les hôpitaux de l'AP-HP pour des Journées d'information et de Rencontre (JIR) et des nocturnes. Stands, conseils prévention, animations, goodies... Rejoignez-nous ![Je consulte l'agenda](#)

Bons plans

**CULTURE**

Explorez les coulisses de l'Opéra Garnier

Partez à la découverte de ce théâtre mythique pour 5 € par personne seulement ! Accompagnés du personnel de l'Opéra, vous pourrez découvrir les coulisses inédites de ce joyau du patrimoine culturel français.[Je veux en savoir plus](#)

Le château de Chantilly à tarif réduit

Obtenez 20 % de réduction* sur votre entrée au Château de Chantilly et découvrez un lieu d'exception mêlant patrimoine, art et jardins remarquables. Une belle idée de sortie culturelle à partager en famille ou entre amis.[J'en profite](#)**CULTURE***Voir conditions sur [www.mutcomplementaire.fr](#)

Suivez-nous sur

