



# Faire des économies en santé : les bonnes pratiques



© Shutterstock / CIEM

Parce que la santé est primordiale et votre budget souvent contraint, il est possible de mieux encadrer vos dépenses et de limiter les restes à charge en suivant quelques règles simples. Adoptez les bons réflexes.



## Rendez-vous régulièrement sur votre espace personnel BPCE Mutuelle

Le site internet de BPCE Mutuelle vous offre de nombreux services en ligne pratiques qui vous facilitent la vie. Créez vite votre espace personnel (<https://bpcemutuelle.fr/intra/login>) pour en profiter si vous ne l'avez pas encore fait !

## Utilisez la plateforme MySantéclair

Directement accessibles depuis votre espace personnel du site BPCE Mutuelle, les 7 200 professionnels et établissements de santé partenaires du réseau Santéclair vous proposent sur tout le territoire, des tarifs maîtrisés avec des équipements de qualité, ainsi que le tiers payant en matière de prothèses et d'implants dentaires, d'optique et d'audioprothèse. Grâce à des négociations tarifaires, les économies réalisées par les assurés sont de l'ordre de 15 à 40 % selon les secteurs.

## Rendez-vous dans les centres mutualistes

Fréquentez les centres de santé, d'optique et d'audioprothèse mutualistes. Les tarifs y sont limités au secteur 1 sans dépassements d'honoraires, afin de vous éviter d'avoir des restes à charge. Lorsque cela n'est pas possible, pour éviter toute mauvaise surprise, renseignez-vous au préalable, notamment sur [www.ameli.fr](http://www.ameli.fr) pour connaître les tarifs pratiqués par le praticien que vous souhaitez consulter.

## Demandez des devis

Que le professionnel de santé fasse ou non partie du réseau Santéclair, pensez à demander un devis pour simuler votre reste à charge et pouvoir comparer. Là aussi, cette possibilité peut être réalisée directement dans votre espace personnel avec une réponse très rapide. Cette action peut vous aider à choisir l'équipement ou le professionnel. Santéclair pourra vous indiquer le prix habituellement pratiqué dans votre région. Le devis pourra vous être utile pour vous aider à faire un choix éclairé et pour négocier.

## Informez-vous avant de choisir un professionnel de santé

Choisissez les professionnels de santé en étant bien informé. Un professionnel de santé peut exercer en secteur 1 (honoraires sans dépassement) ou secteur 2 (dépassements d'honoraires variables qui peuvent parfois laisser des restes à charge importants au patient). Dans ce dernier cas, il peut choisir d'adhérer à l'Optam ou l'Optam-CO, deux options pratiques tarifaires maîtrisées mises en place depuis le 1<sup>er</sup> janvier 2017, qui vous permettent d'être mieux remboursé. À l'inverse, si le professionnel de santé à qui vous faites appel n'a pas souscrit à l'Optam ou à l'Optam-CO, la base de remboursement de la Sécurité sociale sera plus faible et le remboursement de votre mutuelle aussi, vous laissant une part à acquitter en plus de la participation forfaitaire par acte. Le législateur a ainsi fixé les dispositions des contrats des organismes complémentaires dits « responsables », qui comportent des obligations, des plafonnements et des interdictions de prise en charge et limitent les dépassements d'honoraires.

## Effectuez les dépistages recommandés

Inscrivez-vous dans une démarche proactive et préventive en effectuant régulièrement des actes de dépistage recommandés selon votre âge et votre état de santé : bilan de santé, actions de contrôle (mammographie, frottis, fond d'œil, toucher rectal, vaccins...).

## Préférez les conditionnements en grands formats

Limitez vos frais de franchise lorsque cela est possible et hors médicaments sous tension. La franchise étant forfaitaire et s'appliquant de manière identique quels que soient le montant et la taille de la boîte de médicaments, il est conseillé, comme cela est proposé pour certaines pathologies, de demander des boîtes de médicaments en « grand format » pour plusieurs mois de traitement.