

# PRENEZ LE BON VIRAGE POUR VOTRE SANTÉ !

**ACTIONS DE PRÉVENTION  
ET SERVICES D'ACCOMPAGNEMENT  
DU COMPTE PERSONNEL DE PRÉVOYANCE**

**LES  
POINTS DE SOLIDARITÉ  
MARQUÉS  
JUSQU'EN JUILLET 2018  
SONT TRIPLÉS !**

# LE COMPTE PERSONNEL DE PRÉVOYANCE, C'EST QUOI ?

Le compte personnel de prévoyance, ouvert pour chaque salarié non cadre du transport, comporte deux types de points : les **points d'activité** et les **points de solidarité**.

Chaque **action de prévention** que vous menez permet de **gagner des points de solidarité**.  
**Ces points pourront être transformés dès l'année suivante en services d'accompagnement** en cas d'inaptitude à la conduite, d'invalidité et de décès pour vos ayants-droit.

Pour plus d'informations, rendez-vous sur [carcept-prev.fr](http://carcept-prev.fr)

## GAGNEZ DES POINTS DE SOLIDARITÉ EN EFFECTUANT DES ACTIONS DE PRÉVENTION

La déclaration des actions de prévention sur présentation d'une attestation entraîne l'attribution des points de solidarité. Pour déclarer vos participations à ces actions de prévention rendez-vous sur votre espace personnel sur [www.carcept-prev.fr](http://www.carcept-prev.fr).

Découvrez toutes les actions de prévention proposées par la branche des transports de la page 5 à la page 9.

## TRANSFORMEZ VOS POINTS DE SOLIDARITÉ EN SERVICES D'ACCOMPAGNEMENT

En fonction du total de points acquis à la fin de l'année précédente avec vos actions de prévention et en cas d'inaptitude à la conduite, d'invalidité ou de décès, des services pourront être activés pour atténuer les difficultés que ces situations entraînent.

Découvrez tous les services d'accompagnement de la page 11 à la page 14.

**GAGNEZ DE 5 À 40 POINTS  
POUR CHAQUE ACTION  
DE PRÉVENTION RÉALISÉE  
AU SEIN DE CE CATALOGUE.  
C'EST PARTI !**



# MES RENDEZ-VOUS SANTÉ

## VISITE MÉDICALE ANNUELLE

RDV  
chez un généraliste  
(1 fois par an)

**5 POINTS**

## EXAMEN PÉRIODIQUE DE SANTÉ

Bilan complet\*  
(tous les 5 ans)

**10 POINTS**

## DÉPISTAGE DU CANCER COLORECTAL

Dépistage réalisé  
à domicile\*  
(tous les 2 ans  
à partir de 50 ans)

**20 POINTS**

## DÉPISTAGE DU CANCER DU COL DE L'UTÉRUS

Examen  
gynécologique  
(tous les 3 ans)

**20 POINTS**

## DÉPISTAGE DU CANCER DU SEIN

Dépistage  
par radiologie\*  
(tous les 2 ans  
à partir de 50 ans)

**20 POINTS**

\* Cette action est proposée et prise en charge par la Sécurité sociale



# M'AUTOÉVALUER

**AUTOÉVALUATION  
SOMMEIL**

Évaluer la qualité de  
mon sommeil

**5 POINTS**

**AUTOÉVALUATION  
CARDIO**

Évaluer mes risques  
cardiovasculaires/  
diabète

**5 POINTS**

**AUTOÉVALUATION  
DÉPENDANCE TABAC**

Évaluer mon niveau  
de dépendance  
physique

**5 POINTS**



# AGIR POUR MA SANTÉ

## MON COACHING SOMMEIL

Coaching santé par  
téléphone avec un(e)  
infirmier(e) diplômé(e)

**10 POINTS**

## MON COACHING CARDIO

Coaching santé par  
téléphone avec un(e)  
infirmier(e) diplômé(e)

**10 POINTS**

# AMÉLIORER MES COMPORTEMENTS AU QUOTIDIEN



**SEVRAGE  
TABAGIQUE**

Coaching personnalisé  
et gratuit avec  
Tabac Info Service

**5 POINTS**

**CONSULTATION  
TABACOLOGIE**

Accompagnement  
personnalisé par un  
médecin tabacologue  
durant 3 à 6 mois

**20 POINTS**

**PRÉVENTION DES  
TROUBLES MUSCULO  
SQUELETTIQUES**

Action proposée  
par l'entreprise  
avec l'Assurance  
Maladie

**20 POINTS**



# MALADIES CHRONIQUES : ÊTRE BIEN ACCOMPAGNÉ

**PATIENTS  
DIABÉTIQUES**

Accompagnement  
personnalisé en  
complément du  
suivi médical

**10 POINTS**

**PATIENTS SOUS  
TRAITEMENT  
ANTICOAGULANT**

Accompagnement  
personnalisé\*  
par un pharmacien

**20 POINTS**

\* Cette action est proposée et prise en charge par la Sécurité sociale



# RENFORCER MES CONNAISSANCES

**FIMO**

Formation Initiale  
Minimum  
Obligatoire\*

**5 POINTS**

**FCO**

Formation  
Continue Obligatoire\*

**5 POINTS**

**FORMATION PRÉVENTION  
ET SECOURS CIVIQUES**

Formation Prévention  
et Secours Civiques  
de Niveau 1\*

**5 POINTS**

**FORMATION ADR**

Formation  
matières  
dangereuses\*

**5 POINTS**

**FORMATION SST**

Formation  
Secouriste  
Sauveteur du Travail \*

**5 POINTS**

\*Cette formation doit être réalisée par un organisme de formation professionnelle agréé



# RENFORCER MES CONNAISSANCES

**FORMATION TPMR**

Formation Transport des Personnes à Mobilité Réduite

**5 POINTS**

**FORMATION APS**

Formation Acteur Prévention Secours\*

**20 POINTS**

**FORMATION RISQUES ET HYGIÈNE (DÉMÉNAGEMENT)**

Formation Prévention des risques et hygiène de vie - Secteur Déménagement\*

**20 POINTS**

**FORMATION APTR**

Formation animateur Prévention Transport Routier\*

**40 POINTS**

\*Cette formation doit être réalisée par un organisme de formation professionnelle agréé



# RENFORCER MES CONNAISSANCES



**ACTEUR DE MA SANTÉ**

Prévenir les risques liés aux activités physiques et hygiène de vie

**40 POINTS**

**ADDICTOLOGIE ET HYGIÈNE DE VIE**

Prévention des addictions

**20 POINTS**

**SANTÉ, HYGIÈNE DE VIE, ACTIVITÉ PHYSIQUE**

Formation :  
Conduite et livraisons  
Conduite longue distance

**20 POINTS**

**PRÉVENTION DES RISQUES D'ADDICTION**

Distracteurs technologiques et psychotropes

**20 POINTS**

**EN CAS DE COUP DUR,  
TRANSFORMEZ  
VOS POINTS EN SERVICES  
D'ACCOMPAGNEMENT !**

# POUR 30 POINTS, VOUS POUVEZ BÉNÉFICIER DE L'UN DE CES SERVICES :

30  
POINTS

## ACCOMPAGNEMENT ENFANTS

Prise en charge  
de mes enfants  
au domicile pour  
les accompagner dans  
leurs déplacements

## TRANSPORTS MÉDICAUX

Transport  
non-médicalisé  
depuis le domicile  
aller/retour à  
l'hôpital ou à un  
cabinet médical

## AIDE À DOMICILE

Intervention  
d'une aide  
à domicile  
pour les tâches  
quotidiennes

## AUXILIAIRE DE VIE

Soutien  
et accompagnement  
par un auxiliaire de vie  
à domicile

## PETIT JARDINAGE

Travaux  
de petit jardinage  
par un prestataire

# ENTRE 50 ET 90 POINTS, VOUS POUVEZ BÉNÉFICIER DE L'UN DE CES SERVICES :

50-90  
POINTS

50

## PRÉSENCE D'UN PROCHE À DOMICILE

Prise en charge  
de l'organisation  
du déplacement  
d'un proche  
à mon domicile

60

## TÉLÉASSISTANCE (EN MOBILITÉ)

Prise en charge  
de l'installation\*  
d'un dispositif d'alarme  
permettant, en cas de  
déclenchement,  
d'alerter les proches  
ou un médecin

60

## ACCOMPAGNEMENT TRAVAUX

Accompagnement  
pour réalisation  
de travaux  
d'aménagement  
spécifiques

60

## ACCOMPAGNEMENT SUITE AU DÉCÈS

Assistance  
aux proches  
dans les étapes  
du deuil

90

## SOUTIEN PSYCHOLOGIQUE

Suite à  
un évènement difficile,  
accompagnement  
par un  
psychologue clinicien



carcept prev

GRUPE KLESIA

\* Prise en charge de la maintenance et des 3 premiers mois d'abonnement

# POUR 100 POINTS, VOUS POUVEZ BÉNÉFICIER DE L'UN DE CES SERVICES :

## ACCOMPAGNEMENT BUDGÉTAIRE

Conseils  
pour réorganiser  
mon budget  
et pour m'orienter  
vers des organismes  
spécialisés

## FORMATION « GESTES ET POSTURES »

Intervention  
d'un ergothérapeute  
au domicile  
permettant de faciliter  
le quotidien de l'aidant

## NETTOYAGE DU LOGEMENT QUITTÉ

En cas de  
déménagement,  
intervention  
pour nettoyer  
le logement quitté

## LIVRAISON DE MÉDICAMENTS

Aide pour se rendre  
à la pharmacie  
la plus proche  
ou portage  
de médicaments

# POUR 150 POINTS ET PLUS, VOUS POUVEZ BÉNÉFICIER DE L'UN DE CES SERVICES :



<b>150</b>	<b>200</b>	<b>600</b>
<b>BILAN SITUATIONNEL</b>	<b>REMISE EN FORME</b>	<b>AIDE AU RETOUR À L'EMPLOI ET RECONVERSION</b>
Conseil d'aménagement réalisé par un ergothérapeute	Coaching pour améliorer votre condition physique	Accompagnement personnalisé pour les personnes souhaitant retravailler

Pour créer votre compte, rendez-vous sur **carcept-prev.fr** et cliquez sur l'onglet ***Espace personnel***

Enregistrez vos points gagnés  
à chaque action de prévention et bénéficiez  
du triplement des points jusqu'à fin juillet 2018

**Contacts téléphoniques :**

Toute question sur l'inscription à l'Espace Personnel : 09 69 36 22 22  
Du lundi au vendredi de 8h30 à 18h

Toute question sur les actions de prévention et les services : 09 70 824 825  
Du lundi au vendredi de 9h à 18h

Pour plus d'informations, rendez-vous sur [carcept-prev.fr](http://carcept-prev.fr)