

# LAURENT A TOUT CE QU'IL FAUT

UN ENSEMBLE COMPLET DE **SERVICES  
INNOVANTS** EST INCLUS DANS SA  
COMPLÉMENTAIRE SANTÉ.



Des services pour se soigner plus facilement, maîtriser ses dépenses de santé et préserver sa santé.

Crédit photo : Getty Images — BABEL





## PROTÉGER VOTRE SANTÉ ET VOTRE QUALITÉ DE VIE

### **Des services innovants, rien que pour vous !**

Protéger votre santé et celle de proches, c'est avant tout veiller à vous garantir un **accès durable aux soins**.

Chez Harmonie Mutuelle, nous souhaitons aller plus loin pour votre santé en vous permettant de **bénéficier de nombreux services inclus dans votre complémentaire**.

Ces services sont conçus pour répondre à certaines problématiques que chacun peut rencontrer :

- ✓ **accéder aux soins facilement,**
- ✓ **continuer de se soigner même en cas de difficultés,**
- ✓ **maîtriser son budget santé,**
- ✓ **être accompagné dans les moments importants...**



**RESTEZ À L'ÉCOUTE DES ÉVOLUTIONS ET DES NOUVEAUTÉS**  
sur vos services > Rendez-vous sur Harmonie&Moi, rubrique :

Mon espace personnel / mes paramètres / mes choix de contact /  
réception des informations et actualités





**Harmonie&Moi**  
Facilitons nos échanges !

DISPONIBLE SUR



**Un accès complet et facilité à toute votre mutuelle**

## SUIVRE MES CONTRATS



Accédez aux informations de vos contrats Santé, Prévoyance, Epargne-Retraite

Consultez vos garanties et vos derniers remboursements

Effectuez vos demandes de prise en charge et envoyez vos documents

Actualisez votre situation personnelle, professionnelle, gérez vos bénéficiaires

Retrouvez votre carte mutuelle de tiers payant

## ÉCHANGER AVEC MA MUTUELLE



Prenez rendez-vous avec votre conseiller, par téléphone, en agence, en visio

Contactez votre mutuelle

## ACCÉDER À MES SERVICES



Soignez-vous plus facilement au quotidien (prise de rendez-vous médical, téléconsultation, partenaires de santé)

Maîtrisez vos dépenses de santé en profitant de réductions et autres avantages en tant qu'adhérent

Préservez votre santé (programmes de Prévention, coaching santé et bien-être)

Soyez accompagné en cas de besoin (assistance, action sociale, deuxième avis)

[harmonie-et-moi.fr](https://www.harmonie-et-moi.fr)

**VOUS N'AVEZ PAS ENCORE CRÉÉ VOTRE ESPACE HARMONIE&MOI ?**  
2 minutes suffisent, flashez le QRcode ci-contre puis laissez-vous guider !



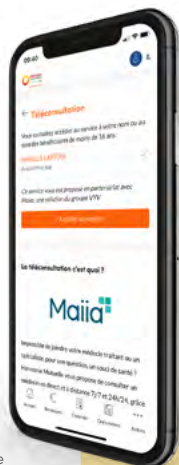
# SE SOIGNER PLUS FACILEMENT

En 2024, plus de 6 Français sur 10\* ont déjà renoncé à au moins un acte de soin au cours des 5 dernières années pour des raisons économiques ou devant la difficulté à obtenir un rendez-vous médical. Notre engagement : permettre à tous nos adhérents d'**accéder aux soins plus facilement grâce à des services innovants** destinés à améliorer notre santé au quotidien !



**Mon fils à 39,5° de fièvre et je ne peux pas sortir de chez moi, j'ai besoin de consulter un médecin rapidement !**

**5 téléconsultations  
24h/24 et 7j/7 incluses  
pour chaque adhérent\*\*,  
renouvelable chaque année**



## Prise de rendez-vous médical et téléconsultation

Accédez facilement à la consultation médicale en cabinet ou à distance, même en tant que nouveau patient.

- Des **médecins généralistes** proches de chez vous et **disponibles** pour vous recevoir.
- Plus de **20 000 spécialistes** disposés à répondre rapidement et sans contrainte à vos besoins de consultations (psychiatres, gynécologues, pédiatres, sage-femmes, kinésithérapeutes, dermatologues...)
- Un **avis médical 24h/24, 7j/7**, n'importe où, avec la téléconsultation.

**VOTRE AVANTAGE ADHÉRENT**  
inclus dans votre complémentaire santé

\*Source IPSOS « Accès aux soins : vers une bombe à retardement de santé publique ? » - mars 2024

\*\*La téléconsultation n'est pas disponible pour les enfants de moins de 3 ans.

## Outil d'aide au choix d'un établissement de santé

Trouvez et comparez facilement des établissements de santé proche de chez soi en vue d'une hospitalisation.

► Comparez pour **trouver le meilleur établissement** c'est :

- ✓ **diminuer la durée** d'hospitalisation,
- ✓ **réduire le risque** de ré-hospitalisation,
- ✓ **permettre un retour** à domicile plus rapide.



**J'hésite entre 2 cliniques pour mon opération du pied, comment choisir ?**

## Livraison de médicaments

Libérez-vous de certaines contraintes, faites-vous livrer votre ordonnance et vos médicaments paramédicaux n'importe où.

- Plus de 20 000 pharmacies partenaires à travers la France, effectuent **la livraison de médicaments** ou produits de parapharmacie.
- Des livraisons **à domicile**, sur votre lieu de **vacances**, au **travail**... pour se soigner en toutes circonstances
- Des **livraisons rapides** en **moins de 30 minutes**, sécurisées grâce à des sachets scellés, et respectueuses de l'environnement avec des déplacements à vélos ou en scooters électriques.

**VOTRE AVANTAGE ADHÉRENT**  
inclus dans votre complément d'assurance

**2 livraisons incluses par an et par personne sur votre contrat santé (voir conditions sur le site internet)**



**livrés à domicile**  
ou au travail,  
en vacances...



**rapidité et confidentialité**  
en moins de 30 minutes

# MAÎTRISER SES DÉPENSES DE SANTÉ

Parce que les soins et équipements de santé représentent des **frais parfois élevés** avec potentiellement d'importants restes à charge, il est essentiel de **trouver les meilleurs partenaires pour vous accompagner et préserver votre pouvoir d'achat.**

## Réseau de professionnels de santé partenaires

Accédez aux soins à un coût maîtrisé.

- Des **réductions tarifaires pour limiter votre reste à charge** sur des prestations et équipements, en optique, dentaire, audio et ostéo.
- Près de **19 000 partenaires** répartis sur toute la France, géolocalisables depuis l'espace Harmonie&Moi.
- Aucune **avance de frais sur vos dépenses**, une prise en charge immédiate d'Harmonie Mutuelle.



**Jusqu'à 40% de réduction\***  
sur vos verres de lunettes  
et 20% sur vos montures



**Des conditions tarifaires  
avantageuses** sur l'ostéopathie



+ DE  
**6 500**  
centres d'optiques partenaires



+ DE  
**500**  
ostéopathes partenaires

\*Dans les limites et conditions prévues au contrat.



## Commande de lentilles de contact en ligne

Réalisez des économies sur vos commandes de lentilles de contact et produits d'entretien.

- ▶ Au moins **25 % de réduction\*** sur vos **commandes en ligne**.
- ▶ Des produits sélectionnés pour leur qualité et leur traçabilité.

Je pars en vacances la semaine prochaine et je n'ai presque plus de lentilles de contact, comment me faire livrer rapidement ?



À partir de **15% de réduction\*** sur vos **appareillages audio**



Une **garantie de 10 ans** sur vos **couronnes**, et un accès aux soins dentaires facilité

+ DE  
**4 300**  
centres d'audio partenaires



PRÈS DE  
**7700**  
chirurgiens-dentistes partenaires



**TOUS CES SERVICES SONT ACCESSIBLES DEPUIS HARMONIE&MOI, RUBRIQUE « MES SERVICES »**



# AGIR POUR PRÉSERVER SA SANTÉ

Devenez acteur de votre santé et de votre bien-être en accédant à des **programmes de prévention**, conçus avec des experts pour vous accompagner tout au long de votre vie. **Ensemble, prenons soin de votre santé et de celle de vos proches !**



**Mon fils de 2 ans a t-il encore besoin d'une sieste l'après-midi ?**



## La santé de votre enfant

Des questions sur la santé, l'apprentissage, l'évolution de votre enfant et votre rôle de parent ?



Profitez de l'accompagnement de nos experts, pédiatres, pédopsychiatres, coachs familiaux...

- › **Des réponses concrètes à vos interrogations de jeunes parents** : des fiches repères thématiques mensuelles, de la naissance aux trois ans de votre enfant.
- › Des **interventions d'experts** en live, grâce à des webinaires uniques, sur de **multiples sujets** : l'école, le sport, le harcèlement, les écrans, parent solo, famille recomposée, premiers amours...
- › Des ateliers en ligne **« premiers secours à l'enfant »** avec des secouristes professionnels et un parcours d'auto-formation aux **gestes qui sauvent**.



## La santé des femmes

Des interrogations sur les spécificités de la santé des femmes ?

- › Un **accompagnement unique destiné aux femmes** : conseils et informations clés, web-conférences...
- › **Des experts pour vous aider à penser à vous et prendre soin de vous** (rythme biologique, alimentation, sommeil, endométriose, cancer du sein...).

## La santé des (futurs) retraités

Des questions pour préparer votre retraite ou la vivre dans les meilleures conditions ?

Retraité ou encore actif, Harmonie Mutuelle vous accompagne.

- › Un **programme complet de conférences en ligne** (webinaires).
- › Tous les mois, des **interventions avec des experts sur des sujets liés à la santé, au bien-être, au cap de la retraite** : sommeil, alimentation, détente, activité physique, préparation retraite, solidarité/transmission.



## Coaching santé

Envie de prendre soin de vous, de votre santé et votre bien-être ?

- › Un service de **coaching santé sur-mesure** pour prendre votre santé en main.
- › Des **programmes de remise en forme personnalisés**, conçus par une équipe pluridisciplinaire : coachs sportifs ou de santé, diététiciens, experts en addictologie et santé mentale...
- › **L'atteinte de vos objectifs** grâce à un suivi régulier par téléphone ou en ligne.



Je souhaite reprendre une activité physique à mon rythme, comment m'y prendre ?

RETROUVEZ TOUS LES CONSEILS PRÉVENTION  
DE NOS PROGRAMMES SANTÉ SUR NOTRE SITE  
[harmonie-mutuelle.fr](http://harmonie-mutuelle.fr)



# ÊTRE ACCOMPAGNÉ EN CAS DE BESOIN

Rejoindre Harmonie Mutuelle, c'est rejoindre un collectif d'hommes et de femmes disponibles pour vous aider à **trouver des solutions et des réponses dans les moments difficiles.**



**Je suis immobilisé, comment faire pour sortir mes animaux de compagnie ?**



Pour accéder au service d'assistance **Harmonie Mutuelle écoute & solutions**, rendez-vous sur **Harmonie&Moi**, rubrique « contact et aide »



## Service d'assistance

Un recours en cas de handicap, d'hospitalisation, d'immobilisation à domicile, de maternité, de difficultés professionnelles ou personnelles, d'aléas de la vie.

- ▶ Écoute, conseils et orientation : **vous renseigner** dans vos démarches administratives, juridiques ou de santé (organisme à contacter, système de soin...).
- ▶ Aide à domicile, prestations de bien-être et de soutien : **vous relayer** pour l'entretien de votre domicile, solliciter un coiffeur ou pédicure, livraison de courses ou portage de repas.
- ▶ **Solution de garde à votre domicile** : de vos enfants (de moins de 16 ans), de vos proches dépendants, ou de votre animal de compagnie.
- ▶ En déplacement à titre privé ou professionnel<sup>(1)</sup>, en France ou à l'étranger : avance et prise en charge des frais médicaux, **transfert médical ou rapatriement sanitaire** selon avis médical...



écoute & solutions

- ▶ Être accompagné par des écoutants et psychologues 24h/24 7j/7
- ▶ Suivre vos demandes d'assistance en ligne
- ▶ Déposer vos justificatifs pour mettre en place une prestation d'assistance
- ▶ Accéder à des contenus personnalisés à votre situation

(1) Séjours de moins de 31 jours consécutifs. Ce document est une brochure d'information non contractuelle et ne recense pas l'ensemble des services et prestations accessibles auprès du service d'Assistance d'Harmonie Mutuelle. La notice d'information complète de la convention d'assistance vous sera adressée sur simple demande. Le nombre d'heures attribuées, la prestation et sa durée sont déterminés lors de l'évaluation de la situation par le service d'Assistance.

## Action sociale

Maintenir votre accès aux soins même en cas de coups durs (longue maladie, chômage, aléas...).

- ▶ L'accès à des accompagnants et des référents pour **échanger en toute confidentialité sur votre situation et trouver les recours** possibles.
- ▶ **Des solutions concrètes** pour vous aider à **maintenir votre accès aux soins en cas de problèmes financiers**, professionnels, ou de santé (sur présentation d'un dossier examiné par une commission régionale composée d'élus de la mutuelle).

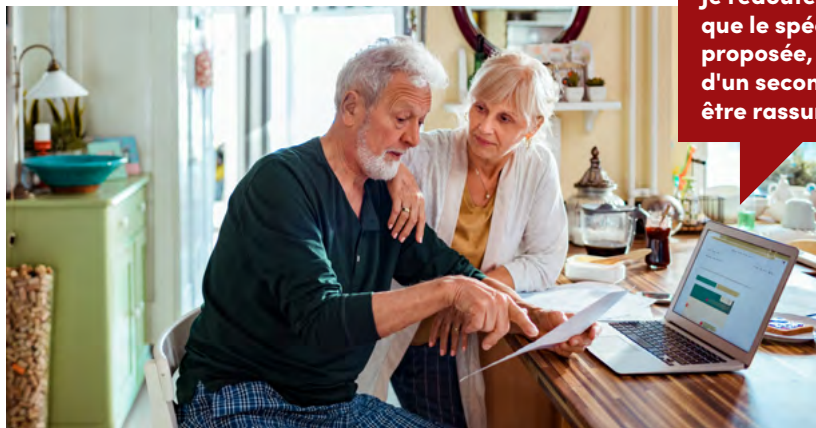


J'ai des soins dentaires à réaliser avec un reste à charge important, puis-je solliciter une aide financière ?

## Deuxième avis

En cas de problème de santé sérieux ou de situation médicale complexe, obtenez facilement l'avis d'un second médecin pour vous permettre de prendre la meilleure décision.

- ▶ Accéder à un haut niveau **d'expertise médicale**, en moins de 7 jours et sans se déplacer. Plus de 400 médecins spécialistes sont à votre disposition pour vous répondre sur 800 pathologies référencées.
- ▶ **Confirmer un diagnostic** et appréhender plus sereinement le traitement.
- ▶ Obtenir des **solutions alternatives et plus adaptées** à la pathologie.
- ▶ Bénéficier des **avancées médicales** en constante progression.
- ▶ Les données sont entièrement **sécurisées**.



Je redoute l'intervention que le spécialiste m'a proposée, j'ai besoin d'un second avis pour être rassuré.

## Gardez un œil sur vos avantages !



### JE CHANGE D'ADRESSE EMAIL ?

Informez-en votre conseiller pour continuer de recevoir toute l'info sur vos services.



### JE NE REÇOIS AUCUNE INFO SUR MES SERVICES !

Pensez à vérifier vos consentements. Nous vous conseillons d'accepter l'ensemble des consentements pour suivre les évolutions, les nouveautés, l'actualité de votre mutuelle.



## Profitez de vos nombreux services Harmonie Mutuelle !

### » Découvrez nos services en vidéo

*(flashez ce QRcode avec votre téléphone pour accéder directement à la vidéo)*



**KALIXIA** – Société par Actions Simplifiée au capital social de 5 877 200 €. Siège social : 122 rue de Javel – 75015 Paris – 509 626 552 RCS Paris.

Les prestations de Protection Juridique sont assurées par CFDP Assurances, siège social: Immeuble l'Europe – 62 rue de Bonnel – 69003 Lyon. Société Anonyme au capital de 1692240 €. Entreprise régie par le Code des Assurances. RCS Lyon 958 506 156 B. Numéro LEI 969500ZW0FLQF852NM39.

Les prestations d'assistance sont assurées par **Ressources Mutuelles Assistance**, union d'assistance soumise aux dispositions du Livre II du Code de la Mutualité, immatriculée au répertoire Sirene sous le numéro Siren 444 269 682, numéro LEI 969500YZ86NRB0ATRB28. Siège social: 46 rue du Moulin – CS 92443 – 44120 VERTOU.

Les mentions légales des différents services proposés sont à retrouver sur [hmutuelle.fr/ml-services-hm](http://hmutuelle.fr/ml-services-hm)

**Harmonie Mutuelle**, mutuelle soumise aux dispositions du livre II du Code de la mutualité, immatriculée au répertoire Sirene sous le numéro. Siren 538 518 473. Numéro LEI 969500JU5ZH89G4TD57. Siège social: 143, rue Blomet – 75015 Paris.

