



# AMICALE DU PERSONNEL CHU DUPUYTREN

2  
0  
1  
9



## Agenda

Isabelle, Ophélie, Gilles, Fatemata

**COMME NOUS,  
NOTRE BANQUE MISE  
SUR LE COLLECTIF**

#notrepointcommun

Tous fonctionnaires au service du collectif

Pour plus d'informations, contactez votre Animatrice Régionale CASDEN

Émilie Bouillaud

06 48 70 51 23 (appel non surtaxé, coût selon votre opérateur)

emilie.bouillaud@casden.banquepopulaire.fr

ou votre Animatrice Fonction publique Banque Populaire

Mathilde Couffy

06 63 56 04 65 (appel non surtaxé, coût selon votre opérateur)

mathilde.couffy@bpaca.banquepopulaire.fr

# Mot de la Présidente



**C**hers Amicalistes,

**N**ous vous souhaitons une excellente année 2019 avec plein de bonnes choses et plein de bonnes résolutions !!

**C**ette année encore nous avons essayé d'élargir au mieux notre activité, en vous proposant des produits de qualité tels que les produits de la coutellerie Pradel, des coffrets cadeaux Wonderbox, des madeleines bijoux, des produits de parapharmacie Atrium, de la Bière Michard, Cerva d'Oc, nos produits gastronomiques, places du CSP, billetteries diverses... Nous vous invitons à tester tous ces produits en espérant que cela vous satisfera.

**N**otre équipe de bénévoles met tout en œuvre pour vous satisfaire au mieux avec nos sections sportives, expositions diverses, Arbres de Noël, produits pour Noël...

**N**ous espérons vous compter parmi nous encore cette année, n'hésitez pas à nous proposer de nouveaux partenaires, ou nous faire part de vos idées ou améliorations et espérons aussi conquérir d'autres adhérents, alors n'hésitez pas à parler de notre Amicale autour de vous !

**J**e vous remercie une fois de plus de votre fidélité, sans quoi notre Amicale ne pourrait perdurer.

**A**micablement  
**Carole Fougeras**  
Présidente de l'Amicale

**NPF**  
COURTAGE



**ASSURANCES**



**PRÊTS  
IMMOBILIERS**



**PLACEMENTS**



**NPF COURTAGE**

63 rue Pierre et Marie Curie | 87000 LIMOGES

Tél. : 05 55 79 08 04 | Fax : 05 55 79 46 41

[contact@npf-courtage.fr](mailto:contact@npf-courtage.fr) | [www.NPF-COURTAGE.fr](http://www.NPF-COURTAGE.fr)



MEMBRE  
FONDATEUR  
du premier groupement  
de courtiers en crédit  
indépendants.

LABEL CONFIDANCE

NPF Courtage SARL au capital de 100.000 € - RCS Limoges 520 656 372

Courtier en Opérations de Banque et en assurances, immatriculée par l'ORIAS N°10 055 057.  
Code APE 6622Z. La liste des partenaires bancaires est disponible sur [www.npf-courtage.fr/partenariats-bancaires](http://www.npf-courtage.fr/partenariats-bancaires) - Aucun versement de quelque nature que ce soit, ne peut être exigé d'un particulier avant l'obtention d'un ou plusieurs prêts d'argent. Un crédit vous engage et doit être remboursé. Vérifiez vos capacités de remboursement avant de vous engager.

# Membres du bureau



<b><u>Présidente :</u></b>	Carole Fougeras
<b><u>Vice-Présidente :</u></b>	Joanna Crouzy
<b><u>Secrétaire :</u></b>	Dany Bertacchi
<b><u>Secrétaire Adjointe :</u></b>	Huguette Nicaise
<b><u>Trésorière :</u></b>	Denise Fougeras
<b><u>Président d'honneur :</u></b>	Jean-François Lefebvre, Directeur Général du CHU de Limoges

# Amicale du personnel



**CHU DUPUYTREN**  
2 Avenue Martin Luther King  
87042 Limoges Cédex

Tél : 05 55 05 67 98  
Ou poste 56798  
Portable : 06 46 11 36 62  
Fax : 05 55 05 89 20

Email : [amicaledupersonnelchu@chu-limoges.fr](mailto:amicaledupersonnelchu@chu-limoges.fr)

Site : <http://monamicalechu.e-monsite.com>

**Intermarché**

**TOUS UNIS CONTRE LA VIE CHÈRE**

**LIMOGES**

77 rue Charles Legendre  
à 1 minute du C.H.U.

**Tél. : 05 55 32 52 91**

# Plan de l'Amicale



## Self du personnel Dupuytren

### CHASTAINGT

Le premier jeudi de  
Chaque mois  
De 9h à 12h

### Nos horaires

Mardi	De 11h à 16h
Jeudi	De 11h à 16 h



**ANHR – Association Nationale des Hospitaliers Retraités**

ANHR – Membre de la Confédération Nationale des Retraités (C.N.R.) et de la Confédération Française des Retraités (C.F.R.)





- Tonte, taille d'arbustes et fruitiers
- Entretien des massifs, terrasses et allées
- Tout types de petits travaux de jardinage.....

Les



Des équipes formées  
Des interventions planifiées  
**Défiscalisation de 50% du montant des travaux**



**05 55 31 27 83**  
**contact@rebeyrol.com**

**Les Pradilles**  
**87 110 Le Vigen**

*Plus d'informations sur notre site [rebeyrol.com](http://rebeyrol.com)*

# Tarifs billetteries



	Tarif Adulte	Tarif Enfant
<b>Aquapolis</b>	3,7 € (Tarif public 4,40 €)	
<b>Aquarium de La Rochelle</b>	13,5 € (16 €)	9,5 € (3-17 ans)(12 €)
<b>Aquarium du Limousin</b>	6,5 € (8,5 €)	4,00 € (3-12 ans) (5 €)
<b>Bowling</b>	6,5 € (8 €)	
<b>Cinéma</b>	7,3 € (10 €)	
<b>Laser League</b>	6,5 € (9 €)	
<b>Futuroscope</b>	39 € (39 €)	33,00 € (5-16 ans) (34 €)
<b>Karting</b>	13 € (17€)	
<b>La Planète des Crocodiles</b>	9 € (12 €)	6,00 € (5-12 ans) (8 €)
<b>La Vallée des Singes</b>	16,5 € (20 €)	10,5 € (5-12 ans) (14 €)
<b>Laser Game Evolution</b>	6,5 € (8 €)	
<b>Le Pal</b>	23,5 € (29 € adultes / -10 ans 26 € / -1m gratuit)	
<b>Parc aux loups</b>	8 € (10 €)	6,5 € (4-17 ans) (7,5 €)
<b>Parc Bellevue</b>	10 € (12 €) (-3ans gratuit)	
<b>Parc de Beauval</b>	26 € (29 €)	18,00 € (3-10 ans) (23€)
<b>Parc du Reynou</b>	13,5 € (15 €)	9,5 € (3-12 ans) (11 €)
<b>Patinoire avec patins</b>	6,10 € (8,10 €)	4,5 € (6,10 €)
<b>Tarz en arbre</b>	17 € (20 €)	12,00 € (5-10 ans) (14 €)
<b>Toboggan &amp; Cie</b>	6,20 € (3-12 ans) (9 €)	
<b>Vulcania</b>	23,5 € (28 €)	16 € (6-16 ans) (19,50 €)
<b>Zoo de la Palmyre</b>	15 € (17 €)	11,00 € (3-12 ans) (13 €)
<b>The Jump</b>	9 €/h (12€/h)	
<b>Arena Soccer</b>	7,50 €	
<b>Quercyland</b>	7,00 €	
<b>Le Five</b>	8,5€ (10 tickets pour un Terrain)	



**adpad**

*Aide  
aux personnes  
à domicile*

# POUR VOUS AIDER AU QUOTIDIEN

PRÉSENT SUR TOUTE LA HAUTE-VIENNE

*Ménage  
Repassage*



*Lever-Coucher  
Aide à la Toilette  
(sans prescription médicale)*



*Accompagnement  
dans le Handicap*



*Garde  
Présence de nuit  
Promenade*



*Repas  
Courses  
Accompagnements*



*Services à la  
Famille*



*Près de vous  
Tous les jours!*



**Adpad - 25 Rue Hyacinthe Faure**

**87060 LIMOGES CEDEX - 05 55 10 01 31 - [adpad@adpad87.fr](mailto:adpad@adpad87.fr)**

Retrouvez-nous sur notre site : [www.adpad87.fr](http://www.adpad87.fr)

Retrouvez-nous sur les réseaux sociaux :



**PÔLE**

**AIDANTS / AIDÉS**



**ATELIERS D'ANIMATION**

**GRATUITS**



**Prévenir la perte  
d'autonomie**

**Maintenir  
le lien  
social**

**Partager  
des moments  
de convivialité**

*Atelier numérique  
Atelier cuisine  
Atelier peinture  
Jeux de mémoire  
Création de bijoux*

*Vous  
avez 60 ans  
et plus...*



*Jeux de société  
Atelier sensoriel  
Loto  
Thé dansant  
Activité physique*

*Rejoignez  
nous!*



**Possibilité de transport**

**Renseignements et inscriptions :**

**Pôle aidants/aidés - 7 Rue Christophe Duverger - 87000 Limoges**

**05 87 08 52 89 - [b.coldefy@form3a.fr](mailto:b.coldefy@form3a.fr)**



# Section Golf



**La Section Golf est  
gérée par :**

Mr Laurent Murith.

**Vous pouvez le  
contacter au :**

05 55 05 87 41 ou  
poste 58741.



# LIMOUSIN BATTERIES



[www.limousin-batteries87.fr](http://www.limousin-batteries87.fr)

## **ACCUMULATEURS**

Outillage Electro-Portatif

## **BATTERIES**

VL - PL - Motos - Bateaux

Agricole - Camping-cars

**PILES ...**

**05 44 19 13 44**

eMail : [acm-technologie@orange.fr](mailto:acm-technologie@orange.fr)

50 Rue Auguste Comte - 87280 LIMOGES

# Section Pêche de l'Amicale

1 Étang de 11 ha



Lieu :  
Étang de Conore

Coût : 60 €

(au nom de l'adhérent OU du conjoint)  
Gratuits pour conjoint et enfants -18 ans  
+ 1 carnet de 10 invitations offerts (à la ½ journée)

Invitation :

- 5 € le ticket découverte à la journée

Conditions :

- Être Adhérent de l'Amicale
- 2 cannes à pêche maximum
- 4 kg de poissons maxi par jour
- 5 nuits possible par étang pour pêcher les carpes
- Possibilité de barbecue
- Poissons : carpes, gardons, brochets, tanches, truites

**Cartes et invitations à acheter à l'Amicale**

**Personnes à contacter pour renseignements :**

Lionel Segue : **06.26.50.01.77**

ou Didier Peyrelade : **06.98.48.29.45**

# aides & services<sup>87</sup>

Agence de services aux particuliers



Garde d'enfants +/- 3 ans



Aide aux personnes



Ménage & Repassage



Jardinage/Petit bricolage



Transport/Accompagnement

Crédit ou  
réduction  
**50%**  
impôts  
possible  
selon la loi de finance en vigueur



[www.aidesetservices87.com](http://www.aidesetservices87.com)

Demandez une étude gratuite  
en appelant le 05 55 49 04 62

74 bis, Av. Garibaldi - 87000 Limoges  
[limoges@aidesetservices87.com](mailto:limoges@aidesetservices87.com)

Agrément préfectoral : SAP795209469

# Contrôle Technique Automobile 87



## OFFRE SPECIALE AMICALE DU CHU

VOTRE CONTRÔLE AUTO

à **53**\*  
€

A valoir dans l'un de nos 8 centres



**NORISKO**

**FEYTIAT**

05 55 06 24 42



**DEKRA**

**BELLAC**

05 55 68 76 22



**AUTOCONTROL**

**LIMOGES**

05 55 50 33 37



**DEKRA**

**AMBAZAC**

05 55 56 18 70



**AUTOCONTROL**

**BELLAC**

05 55 68 07 29



**DEKRA**

**COUZEIX**

05 55 36 82 43



**AUTOCONTROL**

**PANAZOL**

05 55 06 06 06



**AUTOVISION**

**ST LEONARD**

05 55 56 85 54

---

**Prise de Rendez-vous 7 j / 7 j et 24 h / 24 h**  
**[www.ctauto87.fr](http://www.ctauto87.fr)**



\* Offre valable uniquement sur présentation de la carte d'amicaliste et dans l'un des 8 centres ci-dessus, offre non cumulable.

## LE SANG ET SES COMPOSANTS

Respiration, nutrition, défense, régulation... Le sang joue un rôle essentiel dans de nombreuses fonctions vitales. C'est un tissu vivant composé de globules rouges, globules blancs et plaquettes, baignant dans un liquide appelé plasma.



Le sang est composé de 55 % de plasma, 44 % de globules rouges et 1 % de globules blancs et de plaquettes

Le sang, c'est la vie ! Pulsé par le cœur et circulant dans les vaisseaux à travers l'organisme, le sang oxygène, nourrit, nettoie et défend tous les tissus et les organes de notre corps.

### Des fonctions essentielles

Le sang transporte l'oxygène, les nutriments (sucre, sels minéraux, vitamines...) et les hormones indispensables à la vie de nos cellules. En retour, il évacue les déchets vers les organes d'élimination, comme les reins ou les poumons (pour le gaz carbonique).

Le sang joue également un rôle central dans la défense de l'organisme contre les agents pathogènes (bactéries, virus...). Et en cas de blessure, il assure lui-même la réparation de ses vaisseaux (processus de **coagulation**).

Le sang véhicule aussi des messagers chimiques – les **hormones** – essentiels à la régulation et au bon fonctionnement de l'organisme. Il contribue au maintien de la température corporelle et à la régulation de la chaleur dans l'ensemble du corps.

### Un tissu très organisé

Bien que liquide, le sang est un tissu très organisé. Il est composé d'un fluide salé, le **plasma**, dans lequel circulent trois types de cellules : les **globules rouges**, les **globules blancs** et les **plaquettes**. Pour 1 globule blanc, il y a environ 50 plaquettes et 1000 globules rouges.

Aujourd'hui, il n'est pas encore possible de fabriquer du sang artificiel. En cas de perte de sang, il n'y a le plus souvent **pas d'alternative à la transfusion**.



Plateau technique, Lille © EFS, Thomas Gogny

### Globules rouges : les transporteurs de l'oxygène

Les globules rouges transportent l'oxygène des poumons vers les tissus et captent en retour le gaz carbonique afin de l'évacuer lors de l'expiration. Ce sont les cellules les plus nombreuses dans le plasma : de l'ordre de 5 millions par mm<sup>3</sup> de sang.

Egalement appelées érythrocytes ou **hématies**, ces cellules contiennent une protéine, l'**hémoglobine**, capable de fixer l'oxygène et qui donne au sang sa couleur rouge. Leur membrane est hérissée de protéines, les antigènes, qui déterminent l'appartenance aux **différents groupes sanguins**.

Un manque de globules rouges - on parle alors d'anémie - entraîne une forte fatigue. La transfusion de globules rouges peut être nécessaire lors d'une grave anémie ou d'une forte hémorragie.



# Hôtel du GOLF

Cet hôtel se situe dans un cadre paisible, au sein d'un parc arboré, à 10 minutes de route du centre de Limoges. Il vous accueille en face du club de golf de Saint-Lazare et bénéficie d'une connexion Wi-Fi gratuite.

Ses chambres climatisées disposent d'un bureau et d'une télévision par satellite à écran plat de 81 cm. Leur salle de bains privative comprend une douche et des toilettes séparées.

L'Hôtel du Golf sert un petit-déjeuner buffet complet avec une variété de pain frais, de céréales, de yaourts et de boissons chaudes ; Jus d'oranges pressées... Vous pourrez également vous détendre au bar de l'hôtel.

Le salon bar est ouvert pour vous retrouver entre amis, collègues, petites réunions bureaux.

Des jeux sont à votre disposition Babyfoot, jeux d'échec, dames, scrabbles, cartes, ainsi que le piano.



270 Rue de Toulouse - 87000 Limoges

05 55 06 25 25



## INTERMÈDE

COULEUR & CRÉATION

2 Adresses sur Limoges

Centre commercial U Express  
3 Rue Louis d'Aragon  
87170 ISLE  
05 55 01 47 81

Centre commercial Carrefour Cily  
22 Avenue Martin Luther King  
87000 LIMOGES  
05 55 49 80 44



VOUS PROPOSENT UNE REMISE SUR LES PRESTATIONS POUR LE  
DÉTENTEUR DE LA CARTE **10%** DE REMISE

### MADELEINES BIJOU



Les Lacs - 87500 SAINT YREIX LA PERCHE



# TÉLÉASSISTANCE

NOUVELLE GENERATION

[www.iris-assistance.fr](http://www.iris-assistance.fr) - [contact@iris-assistance.fr](mailto:contact@iris-assistance.fr) - Tél. : 05 55 12 82 82

Téléassistance **sans bracelet ni collier** (bienveillance)

Détection **Automatique** des chutes

Détecte une dégradation de l'autonomie

Plateau de téléassistance **24H sur 24H**

Application mobile de suivi pour la famille

\* (Vigilance) Tarifs après réduction et remboursement d'impôts - Hors aide APA / Carsat



à partir de  
**12,45 €/mois\***



**IRIS** assistance  
Téléassistance : Aide - Protection - Secours

43 Avenue des Coutures  
87000 LIMOGES

Iris assistance  
 YouTube

Retrouvez l'ensemble de nos solutions  
en démonstration sur notre chaîne.

LASER **ICE** GAME<sup>®</sup>  
EVOLUTION

LASER GAME<sup>®</sup> C'EST NOUS

**ICI**  
**VENTES**  
**DE TICKETS**  
À TARIFS  
PRÉFÉRENTIELS

LE TICKET  
**6€**  
1 PARTIE DE 20MIN.  
AU LIEU DE 8€

VALABLE  
POUR LES  
ANNIVERSAIRES  
ENTERREMENT DE  
CÉLIBATAIRE

[WWW.LASERGAME-EVOLUTION.COM](http://WWW.LASERGAME-EVOLUTION.COM)

TICKETS CE DISPONIBLES À L'AMICALE DU PERSONNEL DU CHU DE LIMOGES

**ALAIN AFFLELOU**



Pour tous les membres de l'amicale du C.H.U et les bénéficiaires d'une carte CPE du C.H.U de Limoges, votre opticien vous offre une troisième paire.\*

\*[monture + 2 verres unifocaux CR39 blancs] sur présentation de ce coupon.

30 Rue Amédée Gordini  
87280 Limoges  
05.55.37.10.37

23 Place des Bancs  
87000 Limoges  
05.55.33.22.21

Ctre Com Carrefour  
87220 Boisseuil  
05.55.06.05.64



**AVEC LE CRÉDIT MUTUEL,  
FINANCEZ VOS PROJETS  
AUX MEILLEURES  
CONDITIONS !**

Un crédit vous engage et doit être remboursé. Vérifier vos capacités de remboursement avant de vous engager.

**UNE BANQUE QUI VOUS ACCOMPAGNE DANS  
VOS PROJETS, ÇA CHANGE TOUT.**

PLUS D'INFOS, CONTACTEZ-NOUS

**0 825 01 02 02**

Service 0,15 € / min  
+ prix appel

**Crédit  Mutuel**

CRCM LACO - Siren 870 800 299 RCS Nantes. 10, rue de Rieux - CS 14003 - 44040 Nantes Cedex 01

Carine JOACHIM

06 85 64 30 18

**LUXO bien-être**

Luxopuncture

*Sur rendez-vous*

Perte de poids  
Ménopause  
Arrêt du tabac  
Rajeunissement du visage



*Sophrologie et Relaxation*

Valérie HAZARD

*Séances  
individuelles  
sur RDV*

Bien-être - Confiance en soi  
Gestion du stress - Relaxation  
Préparation aux examens et aux compétitions.

06 87 87 71 16 - valeriesophrologie@gmail.com



**154 Avenue de Limoges - 87270 COUZEIX**

**SECURITEST**  
**CONTROLE TECHNIQUE**



**53€\***

**\*Le contrôle technique essence et diesel<sup>(1)</sup>**

<sup>(1)</sup> hors 4x4, camionnette, camping car et véhicule gaz

Le centre contrôle les véhicules anciens

**Auto contrôle sécurité  
du Roussillon**

20 Rue Maurice Rollinat  
**87000 LIMOGES**

Tél. : 05 55 05 30 30

Fax : 05 55 05 30 23

securitest.du.roussillon@wanadoo.fr





Bénéficiez de nos avantages



**ACHETEURS**

BON D'ACHAT

**300€**

en chèque cadeau

**Marina MONTOYA**

**06 59 40 43 98**

**VENDEURS**

BON D'ACHAT

**500€**

en chèque cadeau

**LOCATAIRES  
PROPRIÉTAIRES BAILLEURS**

BON D'ACHAT

**100€**

en chèque cadeau

2 agences à votre service  
51, boulevard Gambetta - 05 55 10 86 87  
311, rue François Perrin - 05 55 50 51 52



## Globules blancs : les spécialistes de la défense immunitaire

Les globules blancs (ou leucocytes) jouent un rôle capital dans la défense de l'organisme contre les agressions extérieures (bactéries, virus, parasites...). On en dénombre entre 4 000 et 10 000 par mm<sup>3</sup> de sang.

Lorsqu'un agent pathogène envahit l'organisme, certains globules blancs le détectent et forment contre lui des **anticorps** spécifiques. A la suite d'un don de sang, les globules blancs sont filtrés : on parle alors de **déleucocytation**. En effet, ceux-ci pourraient entraîner des effets indésirables chez le receveur (allo-immunisation anti-HLA, réaction de frissons-hyperthermie...)

## Plaquettes : guérir les blessures et les hémorragies

Les plaquettes permettent d'arrêter les saignements, de prévenir ou de stopper les hémorragies. On en compte de 150 000 à 400 000 par mm<sup>3</sup> de sang.

En cas de rupture de la paroi d'un vaisseau, ces minuscules cellules se collent dessus et colmatent la brèche. Ensuite, différentes protéines du plasma vont renforcer ce « bouchon » grâce au processus de coagulation.

La leucémie ou un traitement par chimiothérapie peuvent entraîner un déficit en plaquettes. La **transfusion de plaquettes** peut également être nécessaire lors de certaines interventions chirurgicales lourdes.

## Plasma : le liquide de communication de l'organisme

Le **plasma** est la partie liquide du sang. Composé à 90 % d'eau salée, il permet aux globules rouges et aux plaquettes de circuler dans le système vasculaire. Il apporte également les substances nutritives aux tissus, dont il recueille en retour les déchets pour les acheminer vers les organes d'élimination.

Le plasma contient plus d'une centaine de protéines. L'albumine, qui représente à elle seule 60 % des protéines du sang, maintient le volume de fluide et l'hydratation de l'organisme. Elle transporte également des hormones et d'autres molécules. Les **immunoglobulines** sont quant

à elles indispensables dans la lutte contre les agents infectieux. Elles permettent de prévenir et de lutter contre des maladies telles que le **tétanos**, les **hépatites** ou la **rubéole**.

Le plasma contient également des facteurs de coagulation dont les facteurs **anti-hémophiliques** et des facteurs contre les thromboses. Un déficit héréditaire de ces protéines peut provoquer des hémorragies graves, comme chez les hémophiles.

Le plasma, transfusé ou utilisé sous forme de médicaments dérivés du sang, permet de soigner des malades souffrant d'hémorragies, de troubles de la coagulation ou de déficit immunitaire grave. L'albumine est également indiquée en cas d'insuffisance rénale et hépatique.

### Le saviez-vous ?

- ✦ Pour un adulte, le volume de sang est en moyenne de 5 litres.
- ✦ Le sang parcourt près de 100 000 km par jour à travers le réseau de vaisseaux.
- ✦ Le réseau des vaisseaux sanguins s'étend sur 200 km.



# Page de notes...



A series of horizontal dotted lines for writing notes, spanning the width of the page.



Chambre funéraire 87410 - **LE PALAIS/VIENNE**  
 67 avenue Jean Giraudoux  
 Chambre funéraire 87240 - **AMBAZAC**  
 3 rue Monthély

## Artisan Pompes Funèbres

depuis 1983

- Organisation complète des obsèques
- Interventions sur toutes communes
- Contrats d'obsèques avec garantie
- Devis sur rendez-vous
- **05 55 38 12 82 (24h/24)**



Sphrologue  
**06 15 80 52 23**

**Venez faire une belle rencontre...avec vous-même !**

- Trouvez (ou retrouvez) votre propre équilibre physique, mental et émotionnel
- Identifiez et renforcez, de manière positive, vos capacités et ressources
- Avancez vers ce qui a du sens pour vous, pas à pas et à votre rythme, sans jugement

**Soyez acteur de votre vie pour mieux vivre votre quotidien**

Douleurs, Sommeil, Alimentation, Stress, Émotions, Concentration, Affirmation de soi, Confiance en soi, Concentration, Lâcher Prise, Examens,...

Séance Découverte chaque mois

2, rue St Exupéry – 87350 PANAZOL

Séances Individuelles ou Collectives  
 Sur RDV uniquement

# PASSEZ AUX GRANULÉS



**EDILKAMIN**  
 POÈLES - CHAUFFÈRES - CHEMÎNES



**3, rue Martin Nadaud**  
**87350 PANAZOL**  
**05 87 41 76 45**  
**www.ohmeo.fr**

Amicale CHU Limoges  
 POSE à 1€\*

\*Voir conditions en magasin.



**Minc'Alors**  
 Centre d'aminçissement

**Mincissez intelligemment**

avec la

METHODE  
 LAURAND  
 AMINÇISSEMENT

Rééquilibrage  
 alimentaire

Soins corporels  
 ciblés

Suivi  
 personnalisé

Christelle HOTTIN

TÉL. 05 55 39 30 57

PORT. 06 07 95 34 49

213, rue François-Perrin - Limoges  
 www.amincissement-limoges.com

**"N'hésitez plus ! Prenez rendez-vous premier entretien conseil offert"**



## OFFRE SPÉCIALE Personnel Hospitalier

Amicale du Personnel  
du CHU de Limoges

Pour toute demande d'information  
et pour profiter de l'offre promotionnelle, contacter :



**Laure Limousin**  
Conseillère Commerciale Entreprises

Tél. : 07 86 06 04 51

Email : laure.limousin@solimut.fr



www.solimut-centre-ocean.fr

**Solimut**  
**Mutuelle**  
Centre Océan



**09 77 425 525**

Prix d'un appel local



Parc d'Activité Imhotep - Rue Marcel Deprez - 87000 Limoges

\*Offre valable pour toute souscription jusqu'au 31 décembre 2019 sur présentation de la carte de l'amicale et à valoir sur la gamme "Personnel Hospitalier".

Mutuelle soumise aux dispositions du Livre II du code de la mutualité et au contrôle de l'Autorité de Contrôle Prudentiel et de Résolution

Siège social : 66 rue du Château d'Eau - CS 71069 28305 Mainvilliers Cedex, N° SIREN 781 343 249, Mutuelle adhérente à Solimut Mutuelles de France, Union Mutualiste de Groupe, régie par le code de la mutualité, N° SIREN 539 793 885.



MAZDA  
GIRAUD

avenue Louis Armand, ZI Nord - 05 55 38 94 00

**Service commercial**

du lundi au samedi  
de 9h à 19h sans interruption



**Atelier mécanique et carrosserie**

du lundi au vendredi  
de 8h à 12h et de 14h à 17h30

**Le Tilbury**



**maroquinerie  
bagagerie**

LONGCHAMP

LANCEL

Mac Douglas

GIANNI CHIARINI

LANCASTER

MONT  
BLANC

EASTPAK

Samsonite

DELSEY

**-10%** sur le magasin-

(\*hors soldes et promotions)

**-20%** sur la bagagerie-

(\*hors soldes et promotions)

**Dépil Tech**  
Paul & Jean-Baptiste Mauvenu



***Vous n'avez rien  
oublié ?***

pour Elle & Lui

**LIMOGES  
26 PLACE DE LA RÉPUBLIQUE  
05 55 50 38 36**

[depiltech.com](http://depiltech.com)

**OFFRE SPÉCIALE DE VOTRE  
COMITÉ D'ENTREPRISE  
ÉLIMINATION DÉFINITIVE DES POILS**

Photographie retouchée ©iStock.

\*Un coffret de produits cosmétiques Derm Light offert pour l'achat d'un forfait 2 zones minimum.  
\*\* Offre hors cosmétiques, non cumulable avec les offres en cours, valable sur un passage unique en caisse, réservée aux nouveaux clients et sur présentation d'un justificatif d'adhésion au partenaire Dépil Tech. Exemple de remise: pour l'achat d'une forfait jambes complètes, bénéficiez de 20% de remise sur votre facture, soit 360 € d'économies. Voir conditions en centre. SAS Dépil Tech 529 850 455 RCS Nice.

BÉNÉFICIEZ DE  
**20%**  
de remise  
sur le total  
de votre facture\*\*

**MUTUELLE 403**  
LA CONFIANCE MUTUELLE

*Plus de 80 ans d'expertise,  
c'est rassurant*



L'Amicale du Personnel du CHU de Limoges a signé une convention Complémentaire Santé avec la Mutuelle 403, permettant ainsi à ses adhérents de bénéficier de prestations adaptées, à des conditions avantageuses.

La Mutuelle 403 est reconnue pour son expérience de la protection sociale complémentaire, son sérieux et ses services de qualité.

Pour plus d'informations, vous pouvez contacter la Mutuelle 403.



**LIMOGES**  
1, avenue Garibaldi  
Tél. : 05 55 33 86 20

**SAINT-JUNIEN**  
1, place Guy Mocquet  
Tél. : 05 55 02 28 17

Retrouvez toutes les agences Mutuelle 403  
et leurs horaires sur [www.mutuelle403.fr](http://www.mutuelle403.fr)

Mutuelle régie par la Loi n° 83-12 du code de la Mutualité et immatriculée sous le n° SIREN 781166210



**DIESELEC<sup>87</sup>**  
LES PROS DE LA TECHNIQUE

Tél. : 05 55 33 15 81  
Fax : 05 55 33 68 89

**BOSCH**

Diesel  
Service  
Automotive  
/Distributeur

**DELPHI**

Diesel  
Service Auto  
Spécialiste  
Common rail

**valeo**  
Clim  
service

15 Rue Berthie Albrecht - ZI Nord (secteur des cambuses face aux douanes) - 87280 LIMOGES

[www.garage-auto-87-dieselec-limoges.fr](http://www.garage-auto-87-dieselec-limoges.fr)



**au nom de la rose**

Laure et Bénédicte

Tél : 09 81 48 93 17



2 Rue Adrien Dubouché - 87000 Limoges



# Mutuelle de France des Hospitaliers

## L'engagement MFH

Depuis sa création, la MFH vous propose **des prestations élevées** sans système d'options, par **volonté de solidarité**, parce que personne ne choisit d'être plus ou moins malade.

Les résultats positifs de la MFH année après année vous sont redistribués :

- **en modérant le plus possible nos cotisations**, par exemple :
  - à 18 ans, en 2019, la cotisation sera de 26,80 euros, en 2013, elle était de 27 euros.
  - à 38 ans, en 2019, la cotisation sera de 54,65 euros, en 2013, elle était de 53 euros.
- Augmentation moyenne : +1.3% maxi par an sur les 3 dernières années, moyenne concurrence + 3% en moyenne par an.
- **en améliorant nos prestations** afin de s'approcher le plus possible du « Zéro reste à charge » de nos adhérents, par exemple :
  - en 2013, création du forfait MFH+
  - en 2014, ouverture du MFH+ aux dépassements d'honoraires,
  - en 2015, la prestation dentaire est prise en charge à 335%, avec la participation de la sécurité sociale,
  - en 2016, la prestation pour la monture optique évolue à 65 euros,
  - en 2017, le verre optique évolue à 118 euros/verre,
  - en 2018, le verre optique évolue à 146 euros/verre.

En 2019, la cotisation des enfants baisse et un bonus fidélisation est appliqué aux retraités.

Les prestations accordées par la MFH sont conformes aux prescriptions des contrats responsables et solidaires au sens de l'article L871-1 du code de la Sécurité Sociale.

L'Équipe MFH



**2 MOIS  
OFFERTS**  
sur votre mutuelle  
avec le **code MFHCHU**

*« Avec la MFH, un accueil téléphonique non standardisé et des prestations traitées rapidement, notre activité au service des adhérents parce que l'on ne choisit pas d'être malade. »*



## ETUDIANTS

**Votre cotisation est minorée de 50%**, sur présentation d'un certificat de scolarité, chaque année, lorsque vous êtes inscrit dans une école médicale ou paramédicale.

CHU Grenoble Alpes - CS 10217 - 38043 Grenoble Cedex 9  
Pour une étude personnalisée - 04 76 15 27 80  
[www.m-f-h.fr](http://www.m-f-h.fr) - *Prestations disponibles en ligne*





[Avec ma nouvelle ligne THERAFORM<sup>®</sup>,  
j'ai retrouvé l'envie de me faire plaisir!]

Une méthode d'amincissement globale et unique en son genre, la Plastithérapie<sup>®</sup>.  
100% naturelle, sans produit, ni appareil pour une perte de poids maîtrisée,  
en évitant toute sensation de faim ou de fatigue.

Contactez-nous dès maintenant, le 1<sup>er</sup> rendez-vous est libre de tout engagement.

Theraform c'est plus de 120 centres & 25 années d'expérience

**CENTRE AGRÉÉ LIMOGES**

14 avenue Adrien Tarrade - 87100 Limoges  
05 55 12 97 39 - limoges@theraform.com

**Offre CHU : Pour tout achat d'une cure  
de 10 séances, 2 séances offertes.\***

\* Offre valable jusqu'au 31/12/2018

 **THERAFORM FRANCE**  
**WWW.THERAFORM.COM**



**THERAFORM**  
L'AMINCISSEMENT MAÎTRISÉ

# MATÉRIEL MÉDICAL

# 05 55 04 44 44

# EMA

SERVICES

- ÉQUIPEMENTS
- MATÉRIELS
- AUTONOMIE
- SERVICES



Vente et location - Livraison à domicile

Accès facile :  
FAMILY  
VILLAGE



ema87.fr

41, rue Amédée Gordini - 87280 LIMOGES FAMILY VILLAGE



-15% en 2019<sup>1</sup>  
 -10% en 2020  
 -5% en 2021

**mgas**

MUTUELLE | SANTÉ PRÉVOYANCE SERVICES

FONCTION PUBLIQUE  
HOSPITALIÈRE



Je choisis la mutuelle qui prend soin de moi

Venez rencontrer votre conseiller MGAS



<sup>1</sup> Promotion valable pour les primo-adhérents avant le 31 janvier 2019.  
 Informations et conditions sur notre site internet : mgas.fr/telechargements



06 40 64 55 02

MGAS

Bureau CH Esquirol  
 Accueil Marcland Poste 1176

Sandrine CHABAUD  
 sandrine.chabaud@mgas.fr

AVIS DE VALEUR  
 DE VOTRE BIEN OFFERT



iadfrance.fr



**iad**



Contactez votre conseillère en immobilier sur LIMOGES et alentours



Marie **GRANET**  
 marie.granet@iadfrance.fr

06 49 87 63 93

Agent commercial indépendant de la SAS IAD France, immatriculé au RSAC de LIMOGES sous le n°81325448, RCP AVNA 77411106 - VISA IAD N°2468



Réseau de  
proximité



Honoraires  
adaptés



Large diffusion  
des annonces



Recherches  
personnalisées

# Vous souhaitez VENDRE, ACHETER, LOUER ou ESTIMER GRATUITEMENT votre bien ?

Faites confiance à votre conseiller indépendant  
en immobilier près de chez vous !



- ▶ La puissance d'un **réseau national**
- ▶ Un **seul interlocuteur** de proximité
- ▶ Un **suivi personnalisé** régulier
- ▶ Une **communication** d'envergure

Votre projet immobilier  
en toute sérénité !

Contactez votre conseiller :

Pauline FORGET  
Conseillère Indépendante en Immobilier SAFTI  
07 69 60 77 28  
pauline.forget@safTi.fr

Flashez et découvrez  
mon site.

[www.safTi.fr](http://www.safTi.fr)



# SANTE SERVICE LIMOUSIN

Plus proche de vous ...



SANTE SERVICE LIMOUSIN

Hospitalisation à Domicile  
Soins infirmiers à Domicile

Soins Infirmiers  
à Domicile

Hospitalisation  
à Domicile

Tél : 05 55 43 19 80

20 rue de la Perdrix • 87 000 LIMOGES • [www.santeservicelimousin.fr](http://www.santeservicelimousin.fr)



## AUTO SÉCURITÉ

CONTRÔLE TECHNIQUE

Une marque du groupe SGS



### AUTO BILAN SERVICE

05 55 50 66 06

[www.limoges.autosecurite.com](http://www.limoges.autosecurite.com)

Centre ville - 129 Rue Armand Dutreix - 87000 LIMOGES

[WWW.FOREVER-STUDIO.FR](http://WWW.FOREVER-STUDIO.FR)

Photo-Portrait-identités-Mariage



76, AVENUE GARIBALDI - 87000 LIMOGES

05 87 75 49 58



Faites le point sur votre audition !

ESSAI D'AIDES AUDITIVES<sup>III</sup>

1 MOIS GRATUIT  
SANS ENGAGEMENT

[www.audilab.fr](http://www.audilab.fr)

LIMOGES 05 55 10 10 00

11, avenue Georges Dumas

**Audilab**  
Ensemble, pour une belle écoute

III Sur prescription médicale

**alair.avd**

Solutions médico-techniques à domicile



ASSISTANCE RESPIRATOIRE

NUTRITION ARTIFICIELLE

PERFUSION

Au centre, le patient



148, rue du Gué de Verthamont - 87000 Limoges

05.55.50.72.00 - [www.alair-avd.com](http://www.alair-avd.com)



**deNeuville**  
Chocolat français

[www.chocolat-deneuville.com](http://www.chocolat-deneuville.com)

Tél. : 05 55 33 34 40

[franck.graveleau049@orange.fr](mailto:franck.graveleau049@orange.fr)

7 Rue Othon Peconnel - 87000 LIMOGES



LIMOUSIN



Automatismes  
Menuiserie PVC - Alu  
Portail & clôture  
Porte de garage  
Volet roulant & battant  
Alarme  
Store

**REMISE 10% SUR PORTAIL-CLOTURE (PVC)  
AUTOMATISME**

*Sur présentation de la carte d'adhérent de l'amicale du  
personnel du CHU de LIMOGES*

*Hors promotion en cours*

*Valable sur une sélection de ces produits (voir en magasin)*

Z.A. La Bische  
Rond-point de Rilhac-Rancon  
87570 RILHAC-RANCON  
Tél. 05 55 39 92 38 - FAX 05 55 39 92 79  
bftlimousin@orange.fr

Wonderbox<sup>+</sup>  
COLLECTIVITÉS



**-12%\***

OFFRE  
ADHÉRENTS  
Amicale du personnel  
CHU Limoges

**SUR PLUS DE 80 COFFRETS :**

Séjour, bien-être, gastronomie, sport et aventure...

**COMMANDEZ AUPRÈS DE VOTRE AMICALE**

\*Offre valable toute l'année, non cumulable avec toute autre promotion Wonderbox. L'abus d'usage est déconseillé pour la santé. À consommer avec modération. MULTIPRESS SAS - WONDERBOX - Capital social : 15 800€ - RCS Paris 479 578 780 - siège social : 31 avenue des Champs-Élysées 75001 Paris - 000750031.



Réalisation - Édition ANCE

118/130 Avenue Jean Jaurès - 75171 Paris Cedex 19

directionance@gmail.com

Tél. : 01 79 73 44 30

www.ance-communication.com - www.promotions-ance.com

# IRON GYM

SINCE 1992

## MUSCULATION-FITNESS CARDIO-COURS CO

HORAIRES D'ACCUEIL ET DE COACHING

Lundi au Vendredi: 9H30 - 21H - Samedi: 9H30 - 13H

HORAIRES LIBRE ACCES

7j/7 7H30 - 22H

31 rue François Chénieux

Tél: 05 55 79 74 23

Instagram: @irongymlimoges

Facebook: [www.facebook.com/irongymlimoges](http://www.facebook.com/irongymlimoges)

Lady Fit Zen  


## 100% FÉMININ FITNESS-CARDIO-COURS CO

HORAIRES D'ACCUEIL ET DE COACHING

Lundi au Vendredi: 10H - 14H / 16H - 21H Samedi: 10H - 13H

HORAIRES LIBRE ACCES

8H - 22H

19 rue Charles-Michels

Tél: 09 84 15 80 09

<https://www.lady-fit-zen-limoges.fr/>

Instagram: @ladyfitzenlimoges

Facebook: [www.facebook.com/lady-fit-zen-limoges](http://www.facebook.com/lady-fit-zen-limoges)

# cuisinella®

A l'écoute de vos envies

- CUISINES
- RANGEMENTS
- TABLES & CHAISES
- SALLES DE BAINS
- ÉLECTROMÉNAGER

**Pose offerte pour 1€ de plus**

**valable durant l'année 2019**

**sur présentation de la carte de l'amicale du CHU dès l'accueil en magasin**



Étude BVA Group - Viséo CI - mai à juillet 2018 - Plus d'infos sur [escda.fr](http://escda.fr) - 1

\* fabricant français en CA - étude du CSIL - E004 Mai 2018

## FEYTIAT

IMPASSE CLEMENT ADER FORUM DU LIMOUSIN

TÉL. 05 55 08 02 87