

ENTRE NOUS

mars 2010

Lettre d'information aux adhérents de l'Association de Prévoyance Créole

Le mot du président

Chère Adhérente, Cher Adhérent,

Notre assemblée générale du 4 mars dernier en Martinique nous a permis de conforter les choix de notre Association de Prévoyance Créole.

Notre mission est d'abord de négocier avec les assureurs pour trouver des produits qui correspondent à nos besoins tant en tarifs, qu'en services offerts à nos adhérents. Votre Conseil d'Administration et les Dirigeants de l'ADEP s'y attachent en permanence. Ensuite, nous devons constamment chercher à augmenter le nombre d'adhérents pour pouvoir, encore plus, faire pression sur les assureurs.

L'accent est actuellement mis sur notre contrat ADEP LIGHT, dont la campagne vient d'être lancée, pour permettre aux jeunes de nous rejoindre au meilleur coût. Ils pourront ensuite opter pour des formules de garanties supérieures en fonction de l'évolution de leur état de santé ou de leur situation personnelle.

Notre Association veille aussi à vous accompagner au mieux dans la gestion des problèmes de santé ou les accidents de la vie en collaboration avec ADEP.

Nous sommes aussi attentifs à trouver des solutions pour vous permettre de surveiller et cultiver votre bonne santé.

La prévention de notre bien le plus précieux, la Santé, doit être de plus en plus au centre de nos préoccupations quotidiennes. Notre Association de Prévoyance Créole va travailler à vous accompagner dans ce sens.

N'hésitez pas à en parler à vos familles et amis, plus nombreux, nous serons plus forts.

Le Président

Assemblée Générale Ordinaire Association de Prévoyance Créole

Cette année, l'Assemblée Générale s'est envolée pour la Martinique

Le 04 Mars 2010 avait lieu à Fort de France l'Assemblée Générale Ordinaire de votre Association de Prévoyance Créole. Le président avait donné rendez-vous à tous les adhérents afin d'exposer l'activité de l'association, son rôle envers les adhérents, les nouvelles actions à venir et les comptes de l'année 2009.

L'événement s'est déroulé dans la bonne humeur grâce à l'équipe ADEP Martinique qui était pour l'occasion au grand complet. L'assemblée s'est terminée autour d'un buffet offert par l'association. Vivement l'année prochaine !

Le président a présenté les projets pour l'année 2010.

La grande nouveauté ADEP 2010 : l'assurance habitation arrive aux Antilles. Désormais, nos adhérents peuvent souscrire au contrat ADEP Habitation en Guadeloupe, en Martinique et à la Réunion. Pour plus de renseignements, rendez-vous dans l'une des nombreuses agences ADEP de l'île, ou auprès de votre courtier.



11 immeuble West Side
rue F. Forest Prolongée
ZI de Jarry
97122 BAIE MAHAULT

Association régie par la loi du 1^{er} juillet 1901-N° de déclaration 9711005518

pour info

Pensez à demander vos codes d'accès pour le portail adhérent. Vous pourrez consulter toutes les informations concernant votre contrat, vos remboursements, vos droits...

Informez-vous sur www.adep.com
Connectez-vous sur login.adep.com

actualités

Forte en garanties Faible en prix



Tout nouveau depuis le 1^{er} mars 2010

le grand jeu concours ADEP Light se déroule sur votre île durant 3 mois.

Pour jouer, il vous suffit de remplir un bulletin de participation que vous trouverez dans une des 15 agences ADEP ou en le téléchargeant sur notre site www.adep.com

Déposez ensuite votre bulletin dans l'urne de l'agence ADEP la plus proche de chez vous, vous

pourrez peut-être gagner un an de mutuelle santé ADEP Light (formule 100 % Light). Profitez-en pour vous désaltérer, une canette de soda ADEP Light vous sera offerte.



Venez vite avant le 31 Mai 2010 tenter votre chance !

la minute d'Audrey

La carambole, bonne pour la santé, info ou intox ?

La carambole est un fruit dont la composition soulève beaucoup de questionnements et en particulier ses bénéfices sur la santé. Faisons le point ensemble.

La carambole est un fruit tropical issu d'un arbre nommé carambolier. Elle se consomme en l'état, en jus, en confiture, sorbet etc...



C'est un fruit à la saveur acidulée, à la couleur jaune orangée et à la forme étoilée lorsqu'il est découpé en tranches.

En ce qui concerne ses qualités nutritionnelles : c'est un fruit riche en eau et en vitamine A. Dans certains pays (Inde, Chine), il est utilisé à des fins médicales. Cependant, de nombreuses études ont été réalisées et font mauvaise presse à ce fruit riche

en acides organiques, en particulier l'acide oxalique. En effet, l'acide oxalique est l'un des acides organiques les plus forts, connu pour sa toxicité notamment au niveau rénal. C'est pourquoi, ce fruit a été interdit pour les personnes présentant une affection rénale (insuffisants rénaux, dialysés par exemple). Il n'existe par contre aucune interdiction en ce qui concerne la consommation de la carambole pour des personnes bien-portantes.

Il est recommandé de consommer 3 fruits différents par jour. Vous pouvez donc inclure une carambole ou 1 verre de jus de carambole dans votre ration de fruits journalière.

N'oubliez pas, la seule condition reste la modération !!!!

*Audrey BOULOGNE
Diététicienne*



Créol'Assistance sur le WEB

Vous avez de la famille qui vit en Métropole ? Comment être près d'eux en cas de coup dur ?



Pensez au contrat Créol'Assistance. Il permet de bénéficier de billets d'avion pour retrouver ses proches dans les moments difficiles de la vie, tel un décès.



Allez sur le site

www.creolassistance.com

vous aurez toutes les informations nécessaires pour faire votre choix et souscrire en ligne.



Mai 2010 ADEP

