

INFOCAAT – PERSONNES RETRAITÉES

Novembre 2016

Dans ce numéro

- 1 Mot de bienvenue; révision de la conception du régime
- 2 Changements législatifs; mise à jour sur le programme d'assurance collective
- 3 Mises à jour de l'assureur
- 4 Mises à jour de l'assureur
- 5 Fraude au chapitre des garanties
- 6 Détermination préalable des prestations; dépenses en vertu du régime
- 7 Rappels
- 8 Sagesse et santé – Conseils pour être actif
- 9 Représentants au CCACERC

Information sur les garanties offertes aux personnes retraitées des CAAT

Bienvenue à la septième édition d'INFOCAAT – PERSONNES RETRAITÉES. Ce bulletin est rédigé par le Conseil au nom du Comité consultatif sur l'assurance collective des employés retraités des CAAT (CCACERC). Il est conçu pour vous tenir au fait des modifications apportées au régime d'assurance collective pour les personnes retraitées et pour vous fournir des renseignements utiles sur vos garanties et la façon de vous en prévaloir.

Dans cette édition, nous vous fournirons des renseignements généraux sur le régime, nous ferons le point sur les derniers changements législatifs (dont certains pourraient vous toucher) et nous vous signalerons d'autres initiatives qui pourraient vous toucher en tant que personne retraitée.

Révision de la conception du régime!

Au cours de la prochaine année, le Conseil et le CCACERC entreprendront la révision de la conception et de la structure du régime d'assurance collective offert aux retraités afin d'assurer que les garanties continuent de répondre aux besoins des participants tout en demeurant abordables.

Comme il en a déjà été question, les participants au régime recevront un avis suffisant avant que toute modification ne soit apportée au régime.



Changements législatifs

Il n'y a eu, au cours de l'année dernière, aucun changement législatif qui aurait pu toucher les personnes retraitées des CAAT qui mérite d'être souligné.

Pour des mises à jour, veuillez consulter le site Web du Conseil (www.theCouncil.on.ca).

Mise à jour sur le programme d'assurance collective : Vous pouvez maintenant évaluer vos fournisseurs de services

En août 2016, la Sun Life a ajouté une composante au processus de règlement des demandes qui permet aux participants d'évaluer leurs fournisseurs de services paramédicaux (de 1 to 5 étoiles) au moment de présenter une demande de règlement en ligne sur la version pour ordinateur de masunlife.ca. Les évaluations se font de manière anonyme et peuvent seulement être envoyées au moment de présenter une demande de règlement de frais paramédicaux en ligne en votre nom.

Ces évaluations seront intégrées à une nouvelle fonctionnalité pratique ajoutée à l'application ma Sun Life mobile afin de vous aider à trouver des fournisseurs de services paramédicaux dans votre région. De plus amples renseignements sur cette nouveauté technologique visant à favoriser votre santé et bien-être seront disponibles sous peu.

Les fournisseurs de services paramédicaux comprennent les acupuncteurs, les chiropraticiens, les massothérapeutes, les docteurs en naturopathie, les podiatres (sauf en cas d'intervention chirurgicale) et les psychologues.

Questions?

Veuillez communiquer avec le Centre de service à la clientèle de la Sun Life au 1-800-361-6212, du lundi au vendredi, entre 8 h et 20 h, heure de l'Est.



Services
paramédicaux

Mises à jour de la Sun Life

ENVOYER DES DOCUMENTS À LA SUN LIFE GRÂCE À L'APPLICATION MOBILE

Les participants au régime auront une autre option pour l'envoi de documents additionnels. Actuellement, il est possible de faire parvenir des documents additionnels par télécopieur, par courriel ou par courrier. Désormais, les participants pourront prendre une photo d'un document et le faire parvenir au moyen de l'application mobile, disponible pour les appareils Android et Apple.

*Améliorations à
ma Sun Life mobile*

Fonctionnement

Si une fois qu'un participant a présenté une demande de règlement au titre de la garantie Frais médicaux ou Frais dentaires des renseignements additionnels sont requis, il en sera informé au moyen d'une note sur le relevé de prestations ou par un représentant du Centre de service à la clientèle. Les participants peuvent avoir différents types de documents à présenter. Il peut s'agir d'une note d'un médecin ou de pièces justificatives nécessaires pour terminer le traitement d'une demande de règlement.

Chaque demande de renseignements supplémentaires comporte un numéro de référence. En utilisant ce numéro de référence, les participants peuvent envoyer les photos des documents requis, en sélectionnant les photos dans leur galerie ou en les prenant à partir de l'application mobile. Sans ce numéro, il n'est pas possible d'utiliser la fonctionnalité; cela permet d'assurer que seuls les documents requis sont envoyés.

Vous avez des questions?

Veuillez communiquer avec le Centre de service à la clientèle de la Sun Life au 1-800-361-6212, du lundi au vendredi, entre 8 h et 20 h, heure de l'Est.



Mises à jour de la Sun Life

FOURNISSEURS DE SERVICES RADIÉS

Méfiez-vous
des fausses
cliniques

Pour protéger notre régime de garanties collectives contre la hausse des coûts liés aux demandes de règlement douteuses, il est parfois nécessaire de refuser les demandes de règlement provenant de praticiens, de cliniques, d'établissements ou de fournisseurs d'articles médicaux particuliers. La Sun Life désigne cette pratique par le terme « radiation ».

La Sun Life met périodiquement à jour la liste des fournisseurs radiés. Lorsqu'un fournisseur est radié, la Sun Life cesse de traiter les demandes de règlement portant sur les services ou articles obtenus auprès de ce fournisseur. Pour consulter la liste à jour des fournisseurs radiés, veuillez ouvrir une session sur le site Web protégé par un mot de passe à www.masunlife.ca et choisissez le lien correspondant aux fournisseurs radiés.

Si vous n'avez pas l'accès aux services en ligne, vous devrez d'abord vous y inscrire.

Comment vous inscrire aux services en ligne

- Assurez-vous d'avoir en main votre numéro de contrat et votre code de participant.
- Allez à www.masunlife.ca et choisissez **Inscrivez-vous maintenant.**
- Choisissez l'option **Inscription – garanties collectives.**
- Fournissez tous les renseignements demandés et continuez.

Pour obtenir de l'aide en vue d'accéder aux services en ligne, veuillez appeler la Sun Life au **1 800 361-6212**.

La fraude au chapitre des garanties collectives

Pourquoi la fraude au chapitre des garanties est-elle grave pour vous?

La fraude augmente le coût des régimes de garanties et conduit à des primes plus élevées pour nous tous. La fraude peut avoir des répercussions graves et entraîner :

- une augmentation du coût des primes pour vous et pour tous les participants au régime;
- des accusations criminelles;
- une faute déontologique.

Conseils pour réduire la fraude au chapitre des garanties

Qu'est-ce que la fraude au chapitre des garanties?

La fraude au chapitre des garanties est une déclaration fausse ou trompeuse qui est faite volontairement et qui entraîne le versement de prestations pour le règlement de frais non admissibles. Elle implique notamment le remboursement de frais non admissibles en votre nom ou au nom d'une ou de plusieurs personnes à votre charge.

Conseils pour prévenir la fraude involontaire

- Apprenez à connaître votre régime.
 - Sachez quels traitements, produits, médicaments et services sont pris en charge par votre régime et assurez-vous de comprendre les plafonds établis.
- Ne substituez jamais les produits ou les services.
 - Si un fournisseur de services vous suggère de substituer à un article pris en charge un autre qui ne l'est pas, rejetez l'offre. Les substitutions courantes comprennent :
 - un soin du visage ou un traitement thermal au lieu d'un massage thérapeutique;
 - des chaussures de sport au lieu d'orthèses;
 - des lunettes de soleil de créateur au lieu de verres correcteurs d'ordonnance;
 - le blanchissage des dents au lieu de soins dentaires normaux.
- Ne signez jamais de formulaires de demande de règlement à l'avance.
 - Ne signez qu'un formulaire de demande de règlement complet à la fois. Ne signez jamais de formulaires en blanc. Assurez-vous de toujours comprendre ce qui est présenté pour votre compte.

Comment vous pouvez aider

Si vous ou les personnes à votre charge soupçonnez une fraude, veuillez appeler la ligne téléphonique sans frais de la Sun Life, accessible partout en Amérique du Nord, au 1-888-882-2221 ou communiquer avec la Sun Life par courriel à clues@sunlife.com. Votre identité restera confidentielle. C'est notre régime, nous avons tous le devoir de le protéger.

➤ Le saviez-vous?

DÉTERMINATION PRÉALABLE DES PRESTATIONS

Obtenir une estimation des frais

*Renseignements utiles
pour obtenir une
estimation des frais
couverts pour votre
traitement*

Qu'il s'agisse de services ou d'équipements médicaux ou encore d'un traitement dentaire, si les frais sont susceptibles de dépasser 300 \$, il est recommandé de soumettre une estimation des coûts ainsi qu'une description des services ou équipements qui vous sont prescrits à la Sun Life avant d'obtenir le traitement ou le service. Cette démarche, appelée détermination préalable des prestations, permet de vous informer, vous ainsi que votre fournisseur de services, du montant couvert (le cas échéant).

Le demandeur doit s'assurer que son dentiste envoie une estimation des frais pour que la Sun Life puisse informer à l'avance le demandeur et le dentiste du montant couvert (le cas échéant) au titre du régime.

Ainsi, le demandeur peut discuter des traitements possibles avec le dentiste avant de commencer, et prévoir cette dépense à son budget.

La détermination préalable des frais ne constitue pas une garantie. Dans certains cas, la prestation versée différera du montant approuvé lorsque le dentiste a soumis son estimation. (Par exemple : Le demandeur a entre-temps reçu des soins dont le coût vient en excédent du maximum remboursable annuellement par le régime, ou les soins donnés sont différents de ceux qui figuraient dans l'estimation.)



Dépenses en vertu du Régime des garanties collectives offertes aux retraités des CAAT

ASSURANCE-MALADIE COMPLÉMENTAIRE 2015 – VENTILATION DES DÉPENSES PAR CATÉGORIE :

- ❖ 55,2 % - Médicaments d'ordonnance
- ❖ 20,2 % - Services paramédicaux
- ❖ 11,0 % - Services et équipements médicaux
- ❖ 7,7 % - Hôpitaux au Canada
- ❖ 4,8 % - Lentilles cornéennes/lunettes
- ❖ 0,1 % - Autres services médicaux

ASSURANCE DENTAIRE 2015 – VENTILATION DES DÉPENSES PAR CATÉGORIE :

- ❖ 43,6 % - Parodontie et endodontie
- ❖ 24,3 % - Chirurgie dentaire et restauration
- ❖ 16,0 % - Restaurations majeures
- ❖ 15,8 % - Diagnostic et prévention
- ❖ 0,4 % - Orthodontie

RAPPELS IMPORTANTS!

MODIFICATION DE VOTRE CHOIX DE RÉGIME

Le 1^{er} février 2017 (et le 1^{er} février de chaque année par la suite) sera votre prochaine occasion de changer le régime d'assurance-maladie complémentaire (RAMC) auquel vous êtes inscrit. Si vous êtes actuellement inscrit au RAMC 1, vous pouvez passer au RAMC 2 ou au RAMC 3. Si vous êtes inscrit au RAMC 2, vous pouvez seulement passer au RAMC 3. Cependant, si vous êtes inscrit au RAMC 3, vous n'avez pas la possibilité de le remplacer par une autre couverture.

De plus, le 1^{er} février 2017, si vous êtes présentement inscrit à l'Assurance dentaire 1, vous aurez la possibilité de passer à l'Assurance dentaire 2. Si vous décidez de choisir la couverture prévue au titre de l'Assurance dentaire 2, vous ne pourrez pas souscrire l'Assurance dentaire 1 à une date ultérieure.

*Vous pouvez modifier
votre choix de régime
le 1^{er} février de chaque
année*

CHANGEMENTS DANS VOTRE SITUATION PERSONNELLE

Si votre état matrimonial change pendant que vous êtes à la retraite, vous devez le signaler au collègue dans les 31 jours suivant ce changement. Si vous ne faites pas radier de votre régime d'assurance collective un conjoint ou une conjointe non admissible, vous devrez rembourser au régime toute demande de règlement qui vous a été payée après la date à laquelle cette personne a cessé d'être admissible. Il est donc primordial que vous teniez votre dossier à jour et que vous informiez votre collègue de tout changement touchant votre état matrimonial.

*Informez
immédiatement votre
collègue de tout
changement
concernant votre état
matrimonial*

ÉDITIONS PRÉCÉDENTES

Pour consulter l'édition ou les éditions précédentes d'INFOCAAT – PERSONNES RETRAITÉES, veuillez visiter le site Web du Conseil à www.theCouncil.on.ca. Cliquez sur **Renseignements – Garanties**, puis cliquez sur **Garanties – Retraités**. Ceci vous amènera à la page qui contient un éventail de renseignements à l'intention des personnes retraitées, y compris INFOCAAT.

La sagesse et la santé : Conseils pour être actif

- Trouver une activité pratique qui vous plaît, comme la natation ou le vélo.
- Chaque minute compte – augmentez votre niveau d'activité physique par tranches de dix minutes à la fois. Plusieurs peu font beaucoup!
- Le temps consacré à l'activité physique peut aussi avoir un côté social : cherchez des activités de groupe ou des cours offerts dans votre collectivité, ou invitez des parents ou des amis à être actifs avec vous.
- Marchez chaque fois que vous en avez l'occasion.
- Prenez l'escalier plutôt que l'ascenseur, si possible.
- Portez vos sacs d'épicerie jusque chez vous.

· Commencez lentement · Soyez à l'écoute de votre corps · C'est un pas dans la bonne direction

Bienfaits de l'activité physique pour la santé

- Améliore l'équilibre
- Réduit le nombre de chutes et de blessures
- Contribue à prolonger l'autonomie
- Contribue à prévenir les maladies du cœur, les accidents vasculaires cérébraux (AVC), l'ostéoporose, le diabète de type 2, certains cancers et la mort prématurée

Parce qu'elles font bouger de façon continue, les activités aérobiques, comme **tondre le gazon, suivre un cours de danse ou se rendre au magasin en vélo**, procurent une sensation de chaleur et font respirer profondément.

Les activités de renforcement, comme **le yoga ou les poids et haltères**, permettent aussi de garder des muscles et des os forts et de prévenir la perte osseuse. Elles améliorent aussi l'équilibre et la posture.

Qu'est-ce qu'une activité aérobique d'intensité modérée?

L'activité aérobique d'intensité modérée essouffle et fait augmenter la fréquence cardiaque. Vous devriez être capable de parler, mais pas de chanter.

Parmi les activités d'intensité modérée, citons entre autres la marche rapide et le vélo.

Qu'est-ce qu'une activité aérobique d'intensité élevée?

L'activité aérobique d'intensité élevée accélère beaucoup la fréquence cardiaque, et vous ne pouvez prononcer que quelques mots avant de devoir reprendre votre souffle.

Le jogging et le ski de fond sont quelques exemples d'activités d'intensité élevée.

Qu'est-ce qu'une activité de renforcement?

Les activités de renforcement des muscles développent la musculature. Lors d'activités de renforcement des os, les muscles poussent et tirent sur les os, ce qui contribue à rendre les os plus forts.

Monter des marches, creuser dans le jardin, soulever des poids et des haltères ainsi que faire des redressements brachiaux et des demi redressements assis sont des exemples d'activités de renforcement des muscles.

Le yoga, la marche et la course sont quelques exemples d'activités de renforcement des os.

Les [Directives canadiennes en matière d'activité physique](#) ont été conçues par la Société canadienne de physiologie de l'exercice.



COMITÉ CONSULTATIF SUR L'ASSURANCE COLLECTIVE DES EMPLOYÉS RETRAITÉS DES CAAT (CCACERC) :

Représentantes des personnes retraitées au CCACERC :

Leslie Millson-Taylor – nommée par le SEFPO, personnel scolaire
Sheila Hirsch-Kalm – nommée par le SEFPO, personnel de soutien
Susan Alcorn MacKay – nommée par l'APACO

Personnes-ressources au CCACERC :

Kim Macpherson – SEFPO – kmacpherson@opseu.org
Diane Posterski – APACO – diane.posterski@ocasa.on.ca
Stephen Lee Kam – Conseil – stephen.leekam@thecouncil.ca

Sources :

Une nouvelle fonctionnalité permet aux participants d'évaluer les fournisseurs de services paramédicaux (18 août 2016). *Intérêts en brefs*, numéro 594. Consulté le 21 novembre 2016, dans le site de la Sun Life : http://www.sunlife.ca/Canada/sponsor/Group+benefits/Plan+sponsor+communications/Focus+Update?vgnLocale=fr_CA

Conseils pour être actif. (2012). Consulté le 21 novembre 2016, dans les [Directives canadiennes en matière d'activité physique](#), conçues par la Société canadienne de physiologie de l'exercice.