



JANVIER 2026

Vœux - Galette – Bonnes résolutions

VOTRE AVIS sur nous COMPTE ! 😊😐😞

Nous vous adressons nos **meilleurs vœux**,
Beaucoup de réussite et d'épanouissement,
tant sur le plan professionnel que personnel,
sans oublier **une excellente santé !**

Le SAVIEZ-VOUS ?

Dans sa volonté d'information au plus près de vos préoccupations, l'UNSA-SPAEN attire votre attention car vous pouvez bénéficier d'un suivi de santé personnalisé !

En effet, vous avez accès libre au dispositif « **mon bilan prévention** » de la sécurité sociale
Quatre rendez-vous médicaux gratuits aux différents âges de la vie pour faire un point général sur sa santé, qui s'adressent aux tranches d'âge 18-25 ans ; 45-50 ans ; 60-65 ans et 70-75 ans.

Quatre types de praticiens peuvent être consultés : médecin, infirmier, pharmacien et sage-femme.
Le bilan peut être réalisé avec un médecin de votre connaissance ou un praticien habilité. La liste des professionnels de santé figure dans l'annuaire en ligne santé.fr

L'objectif du bilan est de permettre d'aborder avec le médecin les cinq points suivants :

- Antécédents médicaux familiaux et personnels.
- Habitudes de vie : alimentation, activité physique, addictions...
- Repérage de maladies chroniques et prévention.
- Bilan général de santé, courbe de poids, suivi bucco-dentaire...
- Bien-être mental et social : sommeil, vie affective, conditions de travail...



Votre bilan en trois étapes

- ① Repérage des risques individuels
- ② Priorisation conjointe d'un ou deux sujets de prévention
- ③ Rédaction d'un plan personnalisé de prévention (PPP)

Les bilans de prévention sont pris à charge à 100 % par l'Assurance maladie et sans frais à avancer.

Et vous, quelle est votre vision de l'UNSA SPAEN Grenoble ?

Pour cette nouvelle année, le syndicat **UNSA-SPAEN de Grenoble** souhaite mieux connaître vos attentes, vos priorités et votre perception de l'action syndicale.

Pour cela, nous vous proposons de répondre à un **sondage anonyme**, rapide et accessible en ligne [ICI](#)

Pourquoi participer ?

- ➔ Faire entendre votre voix, syndiquée... ou non
- ➔ Améliorer nos actions et notre communication
- ➔ Contribuer concrètement à l'amélioration des conditions de travail

Vos réponses ne seront utilisées qu'à des fins d'analyse collective.

Un grand merci par avance pour le temps que vous voudrez bien nous accorder !

Et rassurez-vous : Aucune question piège, aucune obligation, juste l'occasion de donner votre avis !

Info pratique : Il est là ! le calendrier UNSA SPAEN 2026 - [Ecrivez-nous pour le recevoir](#)



Géraldine BONNARD & Vincenzo SANZONE

REJOIGNEZ-NOUS au C4 - 459 ou **85252**

Tous les jours **sauf le mardi**.



spaen.grenoble@cea.fr