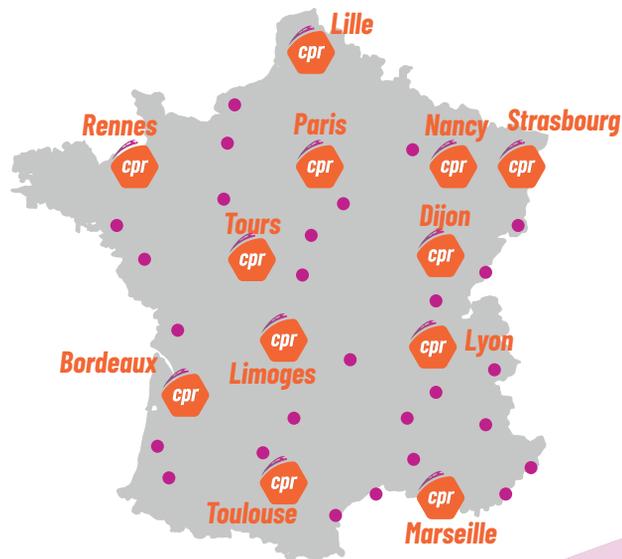


Un réseau de proximité à votre service

Pour être plus proche de vous, le réseau de proximité vous accompagne pour toutes vos opérations avec la CPR.



 Lieux d'accueil

 Lieux d'accueil sur rendez-vous



Caisse de Prévoyance et de Retraite
du Personnel Ferroviaire

www.cprpf.fr

Crédits photos : AdobeStock

DEP MGV 3352 - 03/25



#m'tdentstouslesans

Jeunes de 18 à 24 ans



#jevaischezledentistetouslesans

Vous avez entre 18 et 24 ans, vous suivez des études, vous entrez dans la vie active, vous quittez le foyer familial... c'est un tournant dans votre vie !

Mais il ne faut pas oublier les visites chez le chirurgien-dentiste pour prendre soin de votre santé bucco-dentaire.

La CPR vous propose des rendez-vous de prévention chez le chirurgien-dentiste de votre choix tous les ans, jusqu'à vos 24 ans.

Vous recevrez une invitation directement dans votre Espace personnel un mois avant votre anniversaire. Si vous n'avez pas d'Espace personnel, vous recevrez votre invitation par courrier. Le jour du rendez vous, n'oubliez pas votre carte Vitale et votre carte de complémentaire santé, si vous en avez une.



Quel est le coût de cette consultation ?

Cette consultation est prise en charge à 100 % par la CPR et les complémentaires santé sans avance de frais de votre part. Si vous n'avez pas de complémentaire santé, ce rendez-vous sera pris en charge à 100 % par la CPR.

Après cet examen, si des soins sont nécessaires, ils sont pris en charge à 100 % (traitement des caries, détartrage, scellement des sillons...) à condition qu'ils soient effectués dans les 6 mois qui suivent l'examen. En revanche, les traitements d'orthodontie et les prothèses ne sont pas pris en charge dans le cadre de ce dispositif.

Les dents, c'est pour la vie !

Quelques conseils pour les garder en bonne santé.



• Limitez les sucreries et les boissons sucrées.

Les bactéries de la plaque dentaire transforment le sucre en acides qui attaquent l'émail des dents (démminéralisation), provoquant la formation de caries.



• Arrêtez de fumer.

Fumer entraîne une destruction progressive des gencives, ce qui à terme peut provoquer la perte prématurée des dents. De plus, le tabagisme altère le goût, tache les dents et donne une mauvaise haleine.



• Brossez-vous les dents 2 fois par jour, matin et soir, de la gencive vers la dent, pendant 2 minutes.

Utilisez un dentifrice fluoré car le fluor renforce l'émail et prévient les caries.



• Choisissez une brosse à dents souple et changez-la tous les 3 mois.



N'oubliez pas le fil dentaire et/ou une brossette interdentaire pour nettoyer entre les dents, là où la brosse à dents ne passe pas.



Je prends soin de ma santé

Une bonne hygiène de santé globale est le seul moyen de prévenir les maladies de la dent et des gencives. Elle vous permet aussi d'afficher un sourire éclatant et une haleine fraîche.

Avoir une bonne hygiène bucco-dentaire et effectuer des examens réguliers vous aident à préserver votre santé.