

Éco-santé

#1 Agir *plus tôt*



Harmonie
mutuelle
GROUPE **vyv**

Aujourd'hui, le constat est clair, **les dépenses de santé augmentent chaque année** sous l'effet du vieillissement de la population et de la progression des maladies chroniques. Notre système de santé est sous tension : délais plus longs, accès aux soins plus difficile, soutenabilité financière menacée.

Face à ces enjeux, il **devient essentiel d'agir**. C'est dans cette perspective, qu'**Harmonie Mutuelle a lancé le mouvement de l'Éco-santé** permettant à chacun d'agir plus tôt, plus vite et autrement sur sa santé et celle des autres.

► *Le saviez-vous ?*

24 millions de Français
sont atteints d'une maladie chronique.¹

3 millions de décès prématurés
auraient pu être évités chez les moins de 75 ans par une amélioration de la prévention et des soins.²

Près de 4 cas de cancer sur 10
pourraient être évités dans le monde.³

1/3 des arrêts de travail longs
sont dus à un problème de santé mentale.⁴



► **Et si nous faisons de la prévention** *un levier de santé durable ?*

La santé ne se résume pas à l'absence de maladie, elle se construit chaque jour. En agissant plus tôt, sur les facteurs qui influencent la santé physique et mentale, il est possible d'avoir un impact durable et positif.

Les entreprises ont un rôle clé à jouer. En renforçant la prévention, elles investissent dans la santé de leurs salariés, améliorent la qualité de vie au travail et contribuent à leur performance.

¹ Insee 2021.

² OCDE, Panorama de la santé 2025.

³ CIRC et OMS 2026.

⁴ Observatoire de l'imprévoyance du Groupe VYV et Audirep 2024.

Prévenir les risques *professionnels*

Environnement de travail inadapté, exposition à des produits chimiques, stress, surcharge de travail... les risques professionnels sont une réalité quotidienne dans de nombreuses entreprises, quel que soit le secteur d'activité. Les conséquences sur la santé des salariés sont importantes : troubles musculosquelettiques (TMS), maladies respiratoires, épuisement professionnel, diminution du bien-être au travail...



La prévention des risques professionnels n'est pas seulement une obligation réglementaire, c'est un investissement durable pour protéger les salariés et les aider à acquérir les bons réflexes.

» Des programmes de prévention dédiés

Nous accompagnons les entreprises notamment à travers une démarche structurée d'évaluation des risques professionnels, ou encore en proposant des formations aux premiers secours en santé mentale.

» Une analyse des facteurs de risque des TMS

Parce que les troubles musculosquelettiques représentent 90 % des maladies professionnelles reconnues en France*, agir en amont est essentiel et permet de cibler efficacement les actions de prévention des TMS et d'en maximiser l'impact.

» Une assistance Harmonie Santé Services

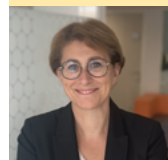
Nous proposons un accompagnement adapté à chaque situation : soutien psychologique, solutions de répit, organisation du maintien à domicile... pour prévenir les ruptures et sécuriser les parcours.

“

À travers une démarche spécifique, Harmonie Mutuelle propose aux entreprises un temps de conseil privilégié et un diagnostic en matière de Prévention et de Santé au Travail, permettant d'avoir une vision claire des axes d'actions à prioriser.

Notre mission est de décrypter les enjeux de chaque organisation et d'agir durablement sur les facteurs de santé au travail en générant un impact à long terme sur la santé des salariés et la performance durable de l'organisation.

”



Carole Bourget Martin
Directrice Prévention et Services
Entreprises d'Harmonie Mutuelle

*Assurance maladie, 2026.

Adapter les modes de vie *individuels et collectifs*

Les modes de vie ont un impact fort sur la santé puisqu'ils augmentent le risque de développer une maladie : surpoids, diabète de type 2, maladies cardiovasculaires, cancers... L'Éco-santé, c'est aussi adopter les bons réflexes pour adapter nos comportements, nos habitudes et notre hygiène de vie.



► Faire de l'activité physique

Notre société devient de plus en plus sédentaire. Selon l'ANSES, 95 % de la population française adulte est exposée à un risque de détérioration de la santé du fait d'un manque d'activité physique ou d'un temps trop long passé assis.

► Préserver sa santé cardiovasculaire

Selon Santé Publique France, les maladies cardio-neurovasculaires sont la 1^{ère} cause de mortalité en France avec près de 140 000 décès par an. Pourtant, 80 % de ces maladies pourraient être évitées. En effet, contrôler régulièrement ses indicateurs par une prise de sang ou des tests cardiaques permet de préserver sa santé, mais cela passe aussi par une alimentation équilibrée à base d'aliments les moins transformés possibles.

► Réaliser des dépistages

Éviter les maladies évitables et prendre en charge au plus tôt la maladie, c'est possible en effectuant des rendez-vous de contrôle régulièrement et des dépistages, notamment celui du cancer colorectal (2^{ème} cause de décès par cancer en France*).

*Institut national du Cancer, 2025.

L'entreprise a un rôle essentiel à jouer pour prévenir ces différents risques. C'est pourquoi, Harmonie Mutuelle propose des dispositifs de prévention simples et structurés pour accompagner les entreprises et leurs salariés.

► **Le programme de coaching individualisé**, inclut dans les garanties santé, peut aider chacun à mieux bouger et à prévenir la sédentarité.

► **La solution clé en main « Sport en entreprise »**, permet d'aider les entreprises à élaborer leur politique sportive, en partenariat avec la Fédération Française du Sport d'Entreprise.

► **Check-up santé** : nous sensibilisons les salariés, dans les locaux de l'entreprise, par de l'information ou des actions de prévention grâce à des coachings santé et des campagnes de dépistage.

► **Harmonie Santé** : un média d'informations pour les salariés et dirigeants qui propose des contenus pratiques et informatifs sur le bien-être au quotidien et sur la santé au travail (newsletter, site internet, magazine).

Ce que dit *la loi*

La loi de financement de la Sécurité sociale 2026 renforce les parcours de prévention. L'objectif est d'améliorer la prise en charge des patients atteints de maladies chroniques et en particulier de permettre un meilleur accompagnement de ceux atteints d'une affection susceptible d'évoluer vers une affection de longue durée (ALD).

La loi n° 2021-1018 du 2 août 2021 a pour objectif principal de renforcer la prévention en santé et sécurité au travail. Elle introduit plusieurs dispositions clés :

➤ **Le passeport de prévention**

Depuis le 16 mars 2026, les employeurs doivent déclarer toutes les formations en santé et sécurité au travail réalisées en interne.

➤ **Le document unique d'évaluation des risques professionnels (DUERP)**

Quel que soit l'effectif de l'entreprise, chaque employeur doit évaluer et répertorier les risques professionnels auxquels peuvent être exposés leurs salariés afin de pouvoir mettre en place des actions de prévention adaptées au sein de l'entreprise. Le DUERP doit être conservé, avec ses mises à jour, pendant au moins 40 ans.



 Ensemble, agissons plus tôt !

