



**Stratégie
mutualiste en
prévention
et promotion
*de la santé***

2023
-
2026

STRATÉGIE MUTUALISTE EN PRÉVENTION ET PROMOTION DE LA SANTÉ

Notre système de santé et de protection sociale fait face aux enjeux du vieillissement, de l'augmentation des maladies chroniques, du changement climatique, de la démographie médicale... Il est urgent de modifier notre approche de la santé en investissant massivement dans les domaines de la prévention, du premier recours, et dans l'accompagnement des personnes vulnérables et de leurs aidants, afin de favoriser l'émergence d'actions de protection sociale durable.

Premier acteur privé de la prévention, la Mutualité Française œuvre au quotidien pour la santé publique dans notre pays. L'objectif est d'améliorer, avec l'ensemble des acteurs concernés, l'état de santé général et le bien-être de nos concitoyens, en particulier des plus fragiles.

La Mutualité Française défend le déploiement d'une approche préventive à tous les âges, dans l'ensemble des lieux de vie (crèches, écoles, domiciles, milieux professionnels, établissements et services médicaux et sociaux) et dans une logique de parcours de santé.

Avec sa nouvelle stratégie 2023 - 2026, la Mutualité Française renforce son impact en prévention, autour de quatre priorités, avec comme fil conducteur la lutte contre les inégalités de santé.

4

PRIORITÉS POUR UNE PRÉVENTION ACCESSIBLE À TOUS LES ÂGES DE LA VIE



1/
**BOUGER, MANGER
POUR UNE
MEILLEURE SANTÉ**



2/
**PRENDRE SOIN
DE SA SANTÉ
MENTALE
ET DE CELLE
DES AUTRES**



3/
**VIVRE DANS UN
ENVIRONNEMENT
PLUS SAIN**



4/
**METTRE LA SANTÉ
AU TRAVAIL
AU CŒUR DE LA
POLITIQUE DE
SANTÉ PUBLIQUE**

La Mutualité Française, 1^{er} acteur privé de prévention

- **35 millions de personnes** couvertes par une garantie santé d'une mutuelle.
- Un réseau de soin et de services partout en France de **2 927 structures** assurant des missions de prévention, notamment de sensibilisation et dépistage des cancers et maladies chroniques.
- Un réseau de professionnels en prévention et promotion de la santé de plus de **100 experts** présents au sein des régions métropolitaines et ultra-marines dont les actions ont bénéficié à **1 million de personnes** en 2022.



1 / BOUGER, MANGER POUR UNE MEILLEURE SANTÉ

Sédentarité et inactivité physique sont des facteurs de risque majeur de mort prématurée, avec un risque de décès augmenté de 20 à 30%. Seuls 5% des adultes ont une activité physique protectrice de leur santé et 17% de la population est en situation d'obésité.

Les actions de la Mutualité Française

- **Inciter les Français à la pratique d'une activité physique et sportive, dans la sphère privée et professionnelle**

Illustrations



- Implication concrète auprès des Français, y compris des plus éloignés de la prévention, en mettant en place des temps d'échanges et de tests dans les lieux de soins et de vie (centre de santé, travail...). Par ailleurs, la Mutualité Française innove et s'adapte aux évolutions de la société en proposant des actions ciblant spécifiquement les personnes sédentaires.
- Développement de la pratique sportive en milieu professionnel *via* de nombreuses actions des mutuelles auprès des employeurs. Certaines mutuelles incluent d'ailleurs dans leurs garanties la prise en charge de séances d'activité physique individuelles ou collectives.



Les actions de la Mutualité Française

● Sensibiliser les médecins à la prescription d'exercice physique

Illustration



- Information autour de l'activité physique adaptée auprès des professionnels de santé, plus particulièrement de ceux exerçant dans les 59 centres de santé médicaux et polyvalents mutualistes.

● Concourir à la réduction des chutes chez les seniors

Illustrations



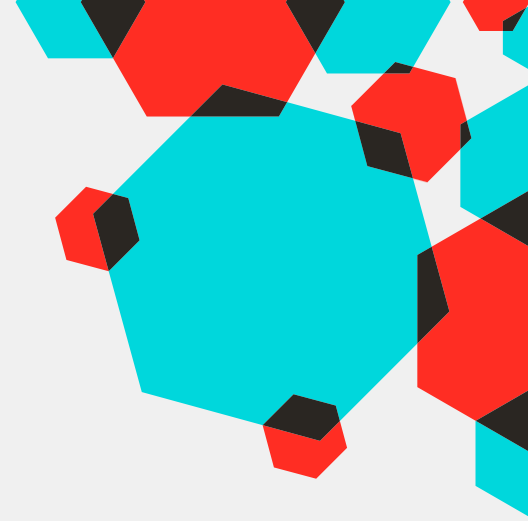
- Renforcement du plan antichute grâce à l'expertise et la proximité des accompagnants mutualistes à domicile et la généralisation du programme Icope, développé par l'Organisation mondiale de la santé (OMS), pour retarder la dépendance des seniors en repérant précocement les facteurs de fragilité.
- Co-construction d'un programme d'ateliers à distance avec l'Assurance retraite (Cnav), Activ'et vous, destiné à encourager les personnes âgées de 60 à 72 ans en situation de vulnérabilité à la pratique d'activité physique et à une bonne alimentation dans leur quotidien (1^{ère} édition du 7 mars au 9 mai 2023).

● Prévenir l'obésité, dès le plus jeune âge

Illustrations



- Mise en œuvre d'ateliers d'information et de sensibilisation au sein des 250 établissements et services mutualistes de la petite enfance, afin de sensibiliser les professionnels et les parents.
- Création, en partenariat avec l'association Banlieues Santé, d'un kit pédagogique sur l'alimentation et les bons comportements à adopter pour favoriser une bonne santé. Réalisé avec une diététicienne de la Mutualité Française, ce kit comprend une vingtaine de vidéos, des quiz et des recettes de cuisine. Il s'insère aujourd'hui dans le programme « Femmes ressources » de Banlieues Santé.



2 / PRENDRE SOIN DE SA SANTÉ MENTALE ET DE CELLE DES AUTRES

Depuis la crise sanitaire, la santé mentale des Français se dégrade : 15 % montrent des signes d'état dépressif, 23 % des états anxieux, 69 % déclarent avoir des problèmes de sommeil et 1 % des pensées suicidaires.

Les actions de la Mutualité Française

- ◆ **Déstigmatiser les maladies et troubles mentaux auprès du grand public**

Il est essentiel de développer les connaissances autour de ces problématiques en formant les citoyens aux premiers gestes de secours en santé mentale.

Illustration



- ◆ Déploiement du partenariat avec l'Union Nationale de Familles et Amis de personnes Malades et/ou handicapées psychiques (UNAFAM) pour mieux faire connaître le handicap psychique et valoriser les actions de soutien pour les familles et l'entourage des personnes vivant avec des troubles psychiques.



Les actions de la Mutualité Française

Illustration



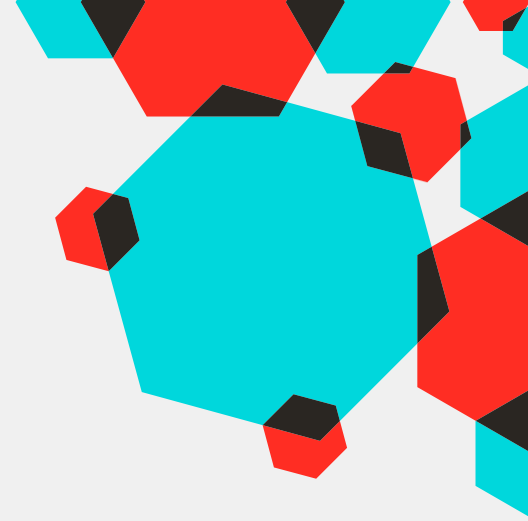
- Constitution d'un réseau de formateurs mutualistes de premiers secours en santé mentale, en partenariat avec l'association Premiers Secours en Santé Mentale (PSSM France). Ces formateurs, accrédités par PSSM France, pourront à leur tour former des collaborateurs au sein des mutuelles et des services de soins et d'accompagnement mutualistes. Des formations seront également réalisées auprès des adhérents des mutuelles dans le cadre de contrats collectifs conclus avec les employeurs, ou en réponse aux demandes de collectivités locales et autres acteurs du territoire.

En savoir plus :



Retrouvez notre reportage « *La Mutualité Française forme ses premiers secouristes en santé mentale* » en scannant le QR Code.





3 / VIVRE DANS UN ENVIRONNEMENT PLUS SAIN

Notre santé dépend à 80 % de nos comportements et de notre environnement écologique et social. Les facteurs environnementaux sont directement responsables de 10 % du taux de mortalité en France.

Les actions de la Mutualité Française

- ◆ **Agir dès les 1 000 premiers jours**

Prévenir dès le plus jeune âge en sensibilisant les futurs et jeunes parents aux perturbateurs endocriniens.

Illustration



- Intervention d'experts auprès des 24 000 futurs parents dans les maternités mutualistes, notamment *via* le programme Femme Enceinte Environnement (FEE), et auprès de 2 000 jeunes parents au sein des crèches mutualistes.



Les actions de la Mutualité Française

◆ Améliorer l'environnement du plus grand nombre

Illustrations



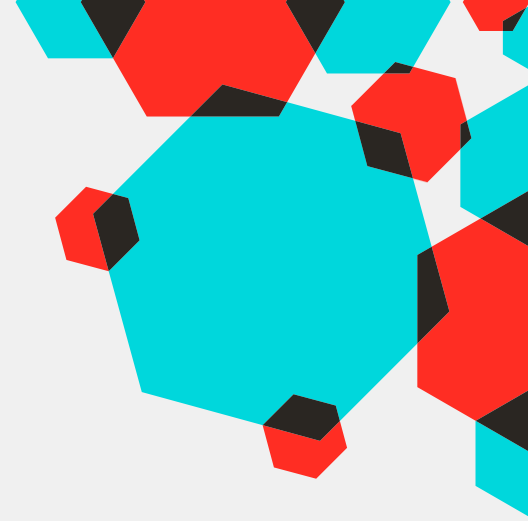
- Intervention de conseillers environnement intérieur mutualistes pour réaliser des diagnostics individualisés et des ateliers de sensibilisation, proposés depuis plusieurs années par la Mutualité Française auprès du grand public, notamment sur l'amélioration de la qualité de l'air dans les lieux publics et privés.
- Participation active aux travaux des pouvoirs publics en s'impliquant dans l'élaboration et le suivi du Plan National Santé Environnement (PNSE) au niveau national et régional.

◆ Développer la prévention sur les risques émergents

Illustration



- Développement d'actions de sensibilisation aux zoonoses (maladies ou infections naturellement transmissibles de l'animal à l'homme) liées au changement climatique ou des actions plus globales de compréhension des nouveaux enjeux et des risques climatiques.



4 / METTRE LA SANTÉ AU TRAVAIL AU CŒUR DE LA SANTÉ PUBLIQUE

Les maladies professionnelles ont connu une progression extrêmement marquée au cours des dernières années. Burn-out, dépression, fatigue psychologique, mais aussi maux physiques, comme les troubles musculo-squelettiques (TMS) qui sont à l'origine de 88 % des maladies professionnelles.

Les actions de la Mutualité Française

◆ Améliorer les conditions de travail des salariés

Illustration



- Utilisation d'un exosquelette passif afin de préserver le dos des soignants mutualistes intervenants à domicile. Cette expérimentation dans les établissements mutualistes (SSIAD/SAD*) pourra être déployée à terme à l'ensemble des actifs exposés aux TMS des filières de soins mutualistes.

*SSIAD : Service de soins infirmiers à domicile/SAD : Service autonomie à domicile



Les actions de la Mutualité Française

- **Accompagner les secteurs d'activités professionnels dans le déploiement d'outils et d'actions de prévention**

Illustration



- Mise en place de conférences et d'accompagnements personnalisés des actifs, en lien avec les managers et la médecine du travail, en tenant compte du contexte de chaque entreprise ou collectivité : une démarche de qualité de vie et des conditions de travail (QVCT) est proposée via un questionnaire validé par l'Agence régionale pour l'amélioration des conditions de travail (ARACT) intégrant, par exemple, la prévention des TMS, les risques psycho-sociaux, les addictions, le sommeil...

Observatoire de la santé au travail

Retrouvez l'Observatoire de la Mutualité Française sur la santé au travail sur notre site internet : www.mutualite.fr



