



Burnout: la maladie du motivé!

Retour sur un séminaire riche en échanges d'expériences et en enseignements.

Le 15 mai dernier a eu lieu le premier séminaire CorporateCare 2008 autour du thème du burnout. Cette journée qui a rencontré un vif succès a été animée par Frédérique Deschamps, fondatrice d'une société à l'intitulé provocateur: «Burnout... une chance?»

Le burnout, Frédérique Deschamps en parle en connaissance de cause. Arrêtée à deux reprises dans son parcours par des burnouts, l'un sportif, l'autre professionnel, elle a trouvé les ressources pour rebondir. Cela lui permet d'affirmer aujourd'hui que le burnout, comme toute crise, peut être

transformé en une opportunité, pour l'individu comme pour l'entreprise. Devenue coach, Frédérique Deschamps s'applique à prendre soin des victimes de burnouts mais surtout à comprendre et prévenir ce phénomène. **Ni l'individu, ni l'entreprise ne sont coupables, mais le burnout n'est pourtant pas une fatalité.**

(suite en page 2)

Suis-je concerné par le burnout?

Quatre types de symptômes peuvent annoncer un burnout:

- ▶ Emotionnels (frustration, amertume, colère, perte de sentiments)
- ▶ Physiques (fatigue, maux de dos, de tête, angoisses)
- ▶ Intellectuels (difficultés de concentration, incapacité de prendre des décisions)
- ▶ Comportementaux (insomnies, risques d'accident, prises de drogues)

«Etre humain c'est aimer les hommes. Etre sage c'est les connaître»

Lao-Tseu

Que ce soit par le biais de ce Corporate News ou de son site

www.corporatecare.ch, les assureurs membres du Groupe Mutuel veulent mettre l'être humain au cœur de leurs préoccupations. Il est en effet le bien le plus précieux de chaque entreprise.



Depuis bientôt une année, chacun parle de la 5^e révision de l'assurance-invalidité, mais quels changements ont été introduits et quels éléments pratiques devons-nous retenir au quotidien? Quelles plus-values peut vous apporter une solution d'assurance Groupe Mutuel?

Lisez notre mode d'emploi!

Dans ce numéro, nous revenons sur l'une des conférences que nous avons organisées ce printemps. Le burnout compte parmi les maladies préoccupantes de ce siècle. Il n'y a pas de vaccin connu. Puis-je guérir d'un burnout et comment le prévenir?

Vous trouverez également ici les informations utiles concernant la révision de la loi sur l'assurance-accidents (LAA) ou l'assurance de personnes pour les employés établis à l'étranger.

N'oubliez pas enfin de faire bon accueil à l'offre hôtelière pour un séjour exclusif au Royal Plaza à Montreux, à deux pas du château de Chillon et de la région Lavaux, inscrite au patrimoine mondial de l'UNESCO.

Merci de votre fidélité. Que cette édition soit pour vous l'occasion de mieux nous connaître. Bien à vous.

Marc-André Muller
Responsable Assurances Entreprise

Burnout: la maladie du motivé! (suite)

En 1974, le psychiatre Herbert Freudenberger est le premier à parler de burnout. Il le décrit comme un «état de fatigue ou de désillusion émotionnelle provoqué par le dévouement à une cause, une habitude de vie ou une relation qui n'a pas engendré la récompense, le résultat espéré». Y sont plus particulièrement exposés, les perfectionnistes, ceux qui peinent à déléguer, ne savent pas dire non ou lient estime de soi et performances professionnelles. En entreprise, l'absence de reconnaissance, les difficultés relationnelles, un cahier des

charges mal défini ou encore une faible autonomie constituent autant de facteurs de risque. Pour agir, des outils de diagnostic externes existent qui permettent de tester le niveau de burnout et d'analyser les facteurs de stress et de ressourcement. En fonction des résultats, une intervention ciblée est ensuite possible. Au registre de la prévention, les pistes concernent une fois encore tant l'individu que l'entreprise.

Au niveau individuel, gestion du stress, connaissance de soi, capacité à dire non figurent au premier rang des recommandations.

Les entreprises devraient, elles, renforcer la reconnaissance du travail accompli, valoriser et donner un maximum d'autonomie à leurs collaborateurs, ou, pour reprendre une expression chère à Frédérique Deschamps, «prendre soin des leurs champions avant qu'ils ne se brûlent!».

Pour en savoir plus:

www.corporatecare.ch/fr/partenaires, «Burnout... une chance?»

Révision de la loi sur l'assurance-accidents (LAA). Continuité et confirmation des grands principes d'assurance

Le 30 mai 2008, le Conseil fédéral a adopté le message concernant la révision de la LAA. Avant son entrée en vigueur – prévue pour le 1^{er} janvier 2011 – les propositions ci-dessous sont encore soumises à discussion par les chambres :

**Degré minimum d'invalidité**

La proposition d'élever le degré minimum d'invalidité donnant droit à une rente à 20% n'a pas été retenue. Le Conseil Fédéral propose de maintenir le minimum actuel de 10%.

Lésion assimilée

La nouvelle interprétation de la notion de lésion corporelle assimilée à un accident est assouplie.

Ajustement des rentes à l'âge AVS

Pour les assurés atteignant l'âge de l'AVS, les rentes d'invalidité sont réduites en fonction de l'année de l'accident. Ils se placent ainsi sur un pied d'égalité avec les autres salariés.

Liberté pour les administrations publiques

Les administrations publiques ont la possibilité de choisir, tous les trois ans, entre la Suva et les autres assureurs.

Domaines d'activité de la SUVA maintenus

Le monopole partiel de la Suva est maintenu. L'étendue du domaine d'assurance (obligation d'assurance ou non à la SUVA) devra être encore précisé pour quelques types d'entreprises. Les autorisations de pratiquer les assurances complémentaires à la LAA et la gestion de fortune ne lui ont pas été attribuées. Par contre, la Suva a obtenu la gestion des cliniques de réadaptation et le droit de traiter des sinistres pour des tiers.

Plus d'informations sur:

www.bag.admin.ch
dans la barre de recherche,
tapez «LAA»
ou par mail à:
corporatecare@groupemutuel.ch

Votre newsletter

le complément indispensable au Corporate News

Fin 2007, nous lançons un grand concours ouvert à toute personne s'inscrivant à notre Newsletter CorporateCare. Il y a quelques mois, nous avons eu le plaisir de remettre le premier prix à la gagnante, M^{me} Yip, Head HR de [Swissquote Bank](http://www.swissquote.com), qui a gagné trois jours de détente pour deux personnes

aux Bains de la Gruyère à Charmey, d'une valeur de Fr. 1'500.-. Un grand bravo à elle!

Vous ne bénéficiez pas encore des avantages de notre newsletter? Inscrivez-vous aujourd'hui encore sur www.corporatecare.ch/fr/newsletter



5^e révision AI: du nouveau pour les employeurs

1. En tant qu'employeur, puis-je annoncer directement l'un de mes collaborateurs à l'AI ?

Oui, dès 30 jours d'arrêt de travail ou en cas d'absences répétées. Pour toutes ces situations qui ont été communiquées à l'assureur, le Groupe Mutuel se charge de cette démarche.

2. La 5^e révision a-t-elle une influence sur la relation employeur/AI ?

En tant qu'employeur, vous serez contacté plus tôt et plus souvent par l'AI. Dès qu'une situation est annoncée, l'AI étudiera avec vous les possibilités de réinsertion.

3. Et pour mes collaborateurs devant faire appel aux services de l'AI ?

Vos collaborateurs attendront moins longtemps une décision de l'AI. Dès le dépôt d'une demande, des mesures d'intervention précoce pourront être organisées. Celles-ci peuvent durer de 6 à 12 mois, délai maximal pour qu'une décision soit rendue.

4. Quelle aide concrète les employeurs peuvent-ils attendre de l'AI ?

Coaching, financement de mesures en entreprise ou encore prise en charge d'une éventuelle augmentation des prestations d'assurance : les employeurs bénéficient d'un soutien actif de la part de l'AI.

Quel soutien vous apporte le Groupe Mutuel ?

► Une couverture additionnelle pour favoriser la réinsertion

Nous pouvons vous offrir une couverture additionnelle de 180 jours pour vos collaborateurs ayant épuisé leur droit aux prestations et à qui vous proposez une activité adaptée.

Contactez-nous aujourd'hui encore si vous souhaitez ajouter cette prestation exclusive à votre contrat.

entreprise@groupemutuel.ch

► Une instruction ciblée et coordonnée
Dès l'instant où une incapacité de travail nous est annoncée, vous n'avez pas de souci à vous faire! Le Groupe Mutuel se charge de l'ensemble des démarches et de la coordination avec l'assurance invalidité notamment.

Afin d'éviter des lacunes de couverture, le Groupe Mutuel demande en principe aux personnes qui atteignent 6 mois d'incapacité de travail de déposer une demande de prestations AI. Vos collaborateurs et vous-mêmes êtes ainsi assurés d'une prise en charge optimale.

Vous voulez en savoir plus ? La brochure «Détection et réinsertion précoces: Un guide pour l'employeur» est à votre disposition à l'adresse www.corporatecare.ch/ai. Et comme rien ne vaut un conseil personnalisé, nos spécialistes CorporateCare (corporatecare@groupemutuel.ch) se tiennent bien sûr à votre disposition.



Assurance de soins sans frontière: la solution pour vos employés établis à l'étranger

L'internationalisation des affaires implique des collaborateurs mobiles, travaillant aux quatre coins du monde. Pourtant, lorsque l'un de vos employés est détaché dans un pays tiers, il est confronté à des problèmes de couverture pour son assurance de soins.

Afin d'éviter tout désagrément ou mauvaise surprise, le Groupe Mutuel et Allianz Worldwide Care allient leurs compétences pour proposer **une solution optimale à tous vos employés détachés à l'étranger qui y élisent domicile pour un temps.**

Ainsi, grâce au libre passage, vos travailleurs bénéficient d'une couverture d'assurance auprès du Groupe Mutuel lorsqu'ils résident en Suisse et d'une couverture d'envergure mondiale auprès d'Allianz Worldwide Care lorsqu'ils s'établissent à l'étranger. Cette offre est valable sur la base d'un niveau de couverture correspondant chez les deux partenaires, selon les équivalences établies.

Intéressés? Plus d'information sous www.groupemutuel.ch/fr/awc ou par téléphone auprès de M^{me} Béatrice Maye au 058 758 36 46.



P.S.: **Corporate News** est là pour vous. N'hésitez pas à nous faire part de vos remarques, questions ou de votre point de vue par courriel à: corporatecare@groupemutuel.ch ou par lettre:

**Groupe Mutuel
M. Marc Mariéthoz
Rue du Nord 5
1920 Martigny
D'avance merci.**



Le Royal Plaza de Montreux face au lac, des étoiles

Le Royal Plaza de Montreux, une belle enseigne que le Groupe Mutuel a le privilège de compter au nombre des ses clients «Entreprises». Une relation dont peuvent profiter nos autres assurés.



Cinq étoiles sur son fronton, l'hôtel Royal Plaza de Montreux est le seul établissement de sa catégorie situé directement au bord du lac Léman. Il suffit de quelques pas, dans ce lieu entièrement et élégamment rénové, pour vous trouver enlacé par l'un des plus beaux panoramas du monde. Au-delà de la baie vitrée, le Léman et les Alpes françaises, l'un comme les autres jouant de leurs reflets au gré des saisons.

Situé à quelques mètres de l'Auditorium Stravinsky et du Centre de congrès de

Montreux, le Royal Plaza Montreux offre 147 chambres, dont 1 Suite Présidentielle, 5 Suites Exécutives, 17 Junior Suites et 44 chambres Deluxe. De plus, le Royal Plaza Montreux dispose de trois restaurants ainsi que 2 bars possédant chacun leur propre terrasse.

Pour vous détendre, rendez-vous au Spa Atlantis, équipé d'une piscine intérieure, d'une salle de fitness, d'un sauna, d'un hammam, d'un jacuzzi et d'un solarium. Les mains expertes de nos masseuses et esthéticiennes ainsi que les conseils de notre coach sportif vous apporteront repos et remise en forme.

Le Royal Plaza Montreux possède son propre centre de conférence, idéal pour vos séminaires et vos réunions, qui peut accueillir jusqu'à 300 personnes.

Nous vous proposons plusieurs arrangements dont la formule «Forfait Conférence Résidentiel 2008». Cette formule comprend notamment :

- ▶ Chambre double à occupation simple
- ▶ Somptueux buffet petit déjeuner Américain
- ▶ Accès à notre Spa Atlantis
- ▶ Riviera card
- ▶ Salle de conférence plénière

- ▶ Lunch composé de 3 plats ou buffet (hors boissons)
- ▶ Le service, TVA et la taxe de séjour CHF 430.-/par personne

Avant, pendant et après votre événement, notre coordinatrice commerciale sera votre unique contact sur place afin que nos prestations soient à la hauteur de vos attentes et que vous gardiez un souvenir mémorable du Royal Plaza Montreux.

Renseignements et réservations :

M^{me} Emeline Lacroix
Coordinatrice Commerciale
Tel: +41 21 962 50 08
Emeline.lacroix@royalplaza.ch
www.royalplaza.ch

Offre spéciale

Pour les clients du Groupe Mutuel, la formule «Forfait Conférence Résidentiel 2008» représente une économie de Fr. 100.- par personne, comparé au tarif standard.