



Rapport d'activité *retour sur 2022*

LA FÉDÉRATION NATIONALE DE LA MUTUALITÉ FRANÇAISE

.....

Un acteur clé de la protection sociale et de la santé

Créée en 1902, la Mutualité Française est le syndicat professionnel des mutuelles. Elle est le porte-parole de près de 500 mutuelles, qu'il s'agisse de mutuelles nationales, régionales ou locales, de membres d'organismes paritaires d'assurance santé, de prévoyance. Elle les représente, promeut le modèle mutualiste et anime le réseau de mutuelles et de militants. La Mutualité Française est présente en métropole et en outre-mer au travers de ses 17 Unions régionales qui portent et mettent en oeuvre ses positions auprès des décideurs locaux. Les Unions régionales sont des acteurs incontournables de l'économie sociale et solidaire de proximité.

CONTRIBUER AU DÉBAT PUBLIC ET À L'ÉVOLUTION DU SYSTÈME DE SANTÉ

La Mutualité Française est un acteur majeur du débat national autour des questions de protection sociale et de santé : PLFSS, reste à charge zéro, grand âge et autonomie, bioéthique... Elle est force de proposition sur les grands dossiers du système de protection sociale auprès des pouvoirs publics. Elle entretient notamment un dialogue avec les représentants des professions de santé et les associations d'usagers et les organisations syndicales.

Elle s'inscrit dans une démarche globale qui se nourrit de débats ouverts, d'études et de réflexions menés avec les militants mutualistes, les think tanks ou associations partenaires.

DÉFENDRE L'ACCÈS AUX SOINS POUR TOUS ET PROMOUVOIR L'INNOVATION

La Mutualité Française défend un système de santé solidaire, protecteur et universel. Elle s'engage pour l'accès aux soins pour tous en nouant par exemple des accords avec des professionnels de santé pour limiter les dépassements d'honoraires ou en contribuant à la généralisation du tiers payant pour éviter l'avance des frais de santé.

La Mutualité Française et ses mutuelles sont également partenaires d'entreprises innovantes dans des domaines variés comme la téléconsultation, les flux financiers ou l'amélioration de l'expérience des adhérents. Grâce au soutien du mouvement mutualiste, ces entreprises imaginent et expérimentent de nouvelles solutions pour la santé et la protection sociale de tous les citoyens.

REPRÉSENTER LES MUTUELLES AU SEIN D'INSTANCES NATIONALES ET INTERNATIONALES

La Mutualité Française est présente dans les principales instances et organisations de la protection sociale et de la santé : Caisse nationale d'assurance maladie (CNAM), Haut conseil pour l'avenir de l'assurance maladie (HCAAM), Conseil économique social et environnemental (CESE), Caisse nationale de solidarité pour l'autonomie (CNSA), agences régionales de santé, conseils départementaux de la citoyenneté et de l'autonomie, conseils territoriaux de santé...

Elle se mobilise également au sein de l'Association internationale de la Mutualité (AIM) et de l'Association des assureurs mutuels et coopératifs en Europe (AMICE) afin de faire reconnaître la spécificité des mutuelles.

La Mutualité Française

Chiffres clés

1^{er}

Acteur en
complémentaire santé
.....

Réseau sanitaire et social
accessible à tous
.....

Acteur privé de prévention
.....

Opérateur
en dépendance

462

mutuelles adhérentes
dont 232
mutuelles santé

**35
millions**

de personnes
protégées

+ de 2 900

services de soins
et d'accompagnement
mutualistes (SSAM)

75 000

personnes employées
en équivalent
temps plein (ETP)

23 Md€

de cotisations
perçues

4 Md€

de produits perçus
par les SSAM

12 000

militants élus

Édito de la Présidente



Fabienne Colas

—
Présidente de la Mutualité
Française Bretagne

Bienvenue chez vous !

Après le « Cure » et le « Care », le « Ker »

Généralement, en Mutualité, il est surtout question de « cure » et de « care » parce que nos préoccupations premières concernent l'accès à la santé de toutes et tous, parce que, à travers la prévention, nous cherchons à rendre les bretonnes et les bretons actrices et acteurs de leur santé, et parce que notre offre sanitaire et médico-sociale, principalement gérée par notre livre 3, requiert une prise en charge et un accompagnement de qualité. Une fois n'est pas coutume, nous allons nous focaliser sur le « Ker », mot breton qui désigne un lieu où il y a de la vie ainsi que le foyer, le chez soi. Nous souhaitons ainsi rappeler que la Mutualité est la « Maison des mutuelles » terme cher à Eric Chenut, notre président.

La Mutualité Française Bretagne : la maison commune du mouvement

En 2022, l'Union Régionale (UR) s'est attachée à être la maison commune du mouvement mutualiste à l'échelle de la Bretagne. Il s'agissait de donner à voir l'ensemble du mouvement mutualiste et d'accueillir les mutuelles dans toute leur diversité. Une attention particulière a été portée à la composition du bureau pour que les mutuelles des trois collèges (petites mutuelles, grosses mutuelles, mutuelles gérant des réalisations sanitaires et sociales) y trouvent leur place. Nous avons aussi été attentifs à la question de l'égalité femmes/hommes (santé, instances de gouvernance...). Maison des mutuelles, Maison des femmes... Nous avons également commencé une réflexion sur l'engagement d'aujourd'hui et celui de demain. Il importe de ne pas se résigner.

La Mutualité Française Bretagne : un foyer protecteur

Avoir un chez-soi est la plupart du temps réconfortant. Nous pouvons dire que la Mutualité Française, en tant que syndicat professionnel, exerce ce rôle de protection. En 2022, la Mutualité Française Bretagne (MFB) s'est employée à relayer toutes les prises de position de la Fédération et elles ont été nombreuses : moindre taxation des mutuelles, nécessaire transformation du système de santé, virage préventif, véritable réforme de l'autonomie...

Pour défendre ce que l'on est et ce que l'on fait, dire les choses ne suffit toutefois plus. Il faut aussi les démontrer, les objectiver. La MFB a participé à la définition des indicateurs de mesure de l'empreinte mutualiste en 2022 et a commencé un travail pour traduire la Raison d'être¹ de la Mutualité Française en actions concrètes.

Diffuser les contributions mutualistes s'effectue aussi lors du travail d'influence au quotidien. L'exercice de nombreux mandats dans les instances de démocratie sociale et sanitaire, en 2022, a permis à la MFB de promouvoir les valeurs et les orientations du mouvement.

Cela passe aussi par les temps d'information, de formation et de communication. Former les délégués de nos mutuelles est indispensable. Cela nous permet de partager le même socle de valeurs et la même compréhension des enjeux. Initier des tables rondes, intervenir dans des assemblées, animer des modules de formation sont autant d'occasions de renforcer l'esprit critique des bretons. Il est peut-être un public que nous pourrions également sensibiliser. Il s'agit des salariés de nos entités respectives L1, L2, L3². Travailler dans une entreprise de l'Economie sociale et solidaire (ESS) est un moyen de donner du sens à son travail.

Dans une maison, autrefois, il y avait toujours la part du pauvre ! La lutte contre les inégalités est un engagement de longue date du mouvement. À la MFB, en 2022, nous nous sommes préoccupés de l'accès des publics précaires à nos programmes de prévention (alimentation, santé et environnement). Nous avons eu à cœur de diffuser de l'information sur le 100 % santé. Nous nous sommes impliqués dans le Pacte du pouvoir de vivre. Nous devons, à l'avenir, consolider cette orientation voire l'intensifier en privilégiant « l'aller vers ». Cet objectif est particulièrement structurant pour notre positionnement en tant qu'acteur majeur des protections sociales durables, en résonance avec notre raison d'être. C'est aussi un enjeu de cohésion sociale.

La Mutualité Française Bretagne : un lieu où il y a de la vie

Dans de nombreux logements, la cuisine ouverte continue à s'affirmer comme une valeur sûre. Si nous cherchons aujourd'hui à faire plus de lien entre nos trois livres, à juste titre, nous ne devons pas pour autant nous refermer sur nous-mêmes. En 2022, à la MFB, nous avons entrepris de nombreuses rencontres avec des têtes de réseau. Nous nous sommes aussi impliqués dans le collectif breton « Qui prend soin de nous ? ». Nous avons également continué à nous mobiliser dans les collectifs locaux et/ou alliances départementales du Pacte du pouvoir de vivre. Parce que les corps intermédiaires sont affaiblis dans notre société, ils doivent se rassembler pour interagir.

Différents temps forts nous ont permis de faire mouvement en 2022. Prenons pour exemples l'Interrégionale à Pacé près de Rennes et le Congrès de la Mutualité Française à Marseille. Nous avons pu réfléchir sur notre Raison d'être et nous sommes revenus sur les vingt-cinq propositions issues de la Conférence citoyenne sur l'aide, l'entraide et les solidarités.

Il est important d'être présent dans le paysage régional. Le titre du Congrès – « Mutualité : Territoires d'engagements pour l'entraide et les solidarités » faisait référence à la proximité, ADN du mouvement mutualiste. Si nous voulons inventer de nouvelles réponses, renouveler l'engagement et faire commun, nous devons être au plus près des besoins de la population.

À la MFB, nous ne pourrions toutefois pas innover en effectuant des travaux d'agrandissement de notre union. Nous pourrions éventuellement envisager des travaux de rénovation ! Aujourd'hui, grâce à la mobilisation de toute l'équipe des salariés, l'engagement des élus mutualistes et le soutien financier des partenaires, un travail de qualité est mené dont nous pouvons être fiers. Nous avons une belle maison !

Bienvenue chez vous !

Le rôle de la MFB est bien de faire vivre notre maison commune. J'ai donc envie de vous dire : « Passez à la maison » ou bien « Faites comme chez vous » ou bien « Vous êtes ici chez vous » ou bien encore « Bienvenue chez vous ». Merci à toutes et tous.

Fabienne Colas, présidente de la MFB

¹ Raison d'être « Se protéger mutuellement aujourd'hui, pour, ensemble, construire les solidarités de demain ».

² Livre 1 : Fédération et unions régionales ; Livre 2 : mutuelles ; Livre 3 : mutuelles gérant des établissements sanitaires et médico-sociaux

Nos missions

Animation de la vie mutualiste et formation des élus

- Fédérer les mutuelles santé : réunir, animer
- Accompagner les élus mutualistes : former, informer

Représentation externe, défense et promotion du mouvement mutualiste

- Représenter les mutuelles et leurs adhérents en portant leur voix dans le débat public
- Défendre un système de santé solidaire et équitable
- Militer pour le progrès social

Prévention et promotion de la santé

- Aider les Bretons à adopter des comportements bénéfiques pour leur santé et éviter ceux à risque
- Les accompagner tout au long de leur vie et les inciter à devenir acteur de leur santé

Quelques chiffres



Les temps forts

2022



5 février

Contribution des mandats CRSA à l'évaluation du PRS

Certains membres de la CRSA, parmi lesquels Fabienne Colas, ont été audités par une équipe de consultants pour évaluer le Projet Régional de Santé 2018-2022.

Afin de préparer la réponse de la MFB, nous avons organisé un groupe de travail avec les 3 mandats mutualistes présents dans cette instance.

15 février

Le pouvoir de se soigner en Côtes d'Armor, réalité ou fiction ?

Dans le cadre du collectif du Pacte du Pouvoir de Vivre des Côtes d'Armor, la MFB a organisé ce webinaire aux côtés de la CFDT et d'ATD Quart Monde 22, afin d'éclairer sur les problèmes d'accès aux soins dans le département et les solutions envisagées. 70 personnes (élus, associations, professionnels de santé, usagers) y ont participé.

20 mai

L'assemblée générale de la MFB

La MFB a réuni 90 délégués à l'occasion de son Assemblée Générale à Quimper.



23 juin

Sortie « Vies sauvages crépusculaires à Rennes » avec la LPO*

Accompagnés d'un guide spécialisé, une dizaine d'adhérents mutualistes sont partis à la découverte de la nature : reconnaître les plantes remarquables, écouter les derniers chants d'oiseaux, et découvrir les animaux actifs la nuit...

*Ligue de Protection des Oiseaux

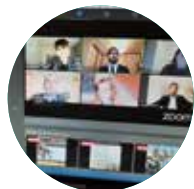
6

Janvier

11 janvier

Lien social, un atout pour la santé mentale et le bien-être ?

Au sortir de la crise sanitaire et de ses impacts sur la vie quotidienne des Français (distanciation sociale, télétravail, isolement ...), 90 personnes ont pu, à travers ce webinaire, se questionner sur l'importance des liens sociaux et humains sur la santé mentale.



Février

Avril

14 avril

Réunion inter-régionale à Rennes

Les militants mutualistes de Bretagne, Normandie et Pays de la Loire ont pu échanger avec le Président Eric Chenut sur les dossiers phares de la Mutualité Française et, plus largement, aborder les grands enjeux liés aux secteurs de la protection sociale et de la santé. Ils ont également travaillé sur la Raison d'Être de la Mutualité Française, ainsi que sur les propositions issues de la Conférence citoyenne.



29 et 30 avril

Forum des seniors à Rennes

Le Forum des seniors est le salon le plus important en Bretagne sur le passage à la retraite. La Mutualité Française en Bretagne y tenait un stand avec de nombreuses animations de prévention et deux conférences avec les audioprothésistes et opticiens d' "Ecoutez voir".



Mai

Juin

28 juin

Forum sur l'accès aux droits en santé à Paimpol

La MFB a été partenaire d'un forum santé organisé par Guingamp-Paimpol Agglomération & Leff Armor Communauté et Pôle Emploi. Sur son stand, la MFB a informé les visiteurs sur la prévention des maladies cardiovasculaires et l'accès aux droits en santé.

29 juin

Conférence Le travail, c'est la santé ? à Plérin-sur-Mer

Le collectif de prévention du suicide du Pays de St Brieuc a organisé une soirée à destination du grand public qui a réuni 40 personnes. Autour de saynètes théâtrales, une psychologue a expliqué comment le travail pouvait être source d'épanouissement ou de souffrances.



1^{er} juillet

Déménagement au Quadri, immeuble des acteurs de l'ESS à Rennes

Les 6 salariés du siège social se sont installés dans l'immeuble du Quadri. Ils ont ainsi rejoint une soixantaine d'acteurs du monde associatif, coopératif, social et solidaire de Bretagne. L'occasion de renforcer les liens avec ces nouveaux voisins, au cœur de Rennes, à deux pas du métro.



4 octobre

« Manger éco-responsable et augmenter son pouvoir d'achat » à destination des travailleurs sociaux

A travers ce webinaire, 24 travailleurs sociaux, élus, bénévoles ont bénéficié de l'expertise d'Aline Gubri, consultante en transition environnementale et ont pu recueillir des conseils accessibles pour manger durable avec un petit budget à transmettre aux usagers qu'ils accompagnent.

10 octobre

« Le bonheur à tout prix »

A travers ce webinaire, nous avons cherché à interroger cette mode du bonheur, et pu questionner nos deux grands témoins : est-il toujours possible de traverser les nombreuses transitions actuelles (démographique, écologique, démocratique, numérique, etc.) avec bonheur ?

Juillet

Septembre

Octobre

Novembre

7

13 septembre

Rendez-vous MutElles « La mer, un monde d'homme ? »

Une soirée avec le réseau des femmes en Mutualité pour donner la parole à trois femmes évoluant dans le milieu marin, comprendre leurs parcours et appréhender les difficultés qu'elles ont réussi à surmonter pour trouver leur place dans cet univers encore très masculin.



5 et 6 novembre

Participation de la MFB au mois de l'ESS

La MFB était présente sur le forum de lancement du mois de l'ESS le 4 et 5 novembre à Rennes. Six actions ont été proposées par l'équipe Prévention tout au long du mois de novembre : elles portaient sur la préparation à la retraite, la santé environnementale et l'alimentation.



1^{re} formation « Sentinelles au repérage de la crise suicidaire »

Mandaté par l'ARS pour expérimenter la création d'un réseau de sentinelles, le collectif de prévention du suicide de Dinan Agglomération a formé 9 aides à domicile de l'ADS-Côte d'Emeraude à être vigilantes aux autres. Une deuxième formation a suivi en novembre.



14 novembre

Lancement de l'action « Cœurs de femmes » à Plouaret

Ce cycle, composé de 5 ateliers, porte sur les maladies cardiovasculaires (MCV) à destination des femmes. A travers la sensibilisation des maladies cardiovasculaires et des spécificités des femmes, l'alimentation et l'activité physique, il permet d'informer, prévenir, et permettre à chacune d'agir pour sa santé cardiovasculaire.

La gouvernance et l'équipe

5

réunions du bureau



3

réunions du Conseil d'Administration

41 %
de femmes

70 %

de participation aux instances

140

délégues mandatés
par leurs mutuelles à l'AG

126 issus de mutuelles santé et
14 de groupements gestionnaires
de services de soins et
d'accompagnement mutualistes.

12

salariés

répartis sur 3 sites : Rennes,
Saint-Brieuc et Lorient.



Les membres du Bureau et du Conseil d'Administration

**Fabienne Colas**

Présidente de la MFB
Union de représentation
Groupe VYV

**Nicolas Le Boulair**

Secrétaire Général
de la MFB
Union de représentation
Groupe VYV

**Richard Chevallier**

Trésorier
de la MFB
Affinitaires et Solidaires

Les membres du bureau

Philippe Almy

VYV 3 Bretagne

Sylvie Briens

Union de représentation Groupe VYV

Michel Duval

La Mutuelle Générale

Fabrice Kas

Union de représentation Groupe VYV

Jocelyne Le Roux

Fédération des Mutuelles de France

Dominique Lemétayer

Union de représentation Groupe VYV

Corinne Olaondo

Union de représentation Groupe VYV

Régine Trefleze

Klésia Mutualité

Les administrateurs

Frédéric Balavoine

VYV 3 Bretagne

Jean-Claude Caignard

Affinitaires et Solidaires

Alain Carré

Union de représentation Groupe VYV

Philippe Chane Kon

La Mutuelle Générale

Alain Dore

Union de représentation Mutualité
Professionnelle

Jacques Ferlaux

Union de représentation Groupe VYV

Claude Gac

Union de représentation Groupe VYV

Anne-Claire Gouache

Union de représentation Groupe VYV

Alexandre Ily

Union de représentation Groupe VYV

Patrice Hervé

VYV 3 Bretagne

Stéphane Kergourlay

Union de représentations Mutuelles
Plurielles et Solidaire

Christian Le Bloas

Union de représentation Groupe VYV

Hervé Le Bourhis

Affinitaires et Solidaires

Marie Le Corre

Adréa Matmut

Christian Le Dentu

Intériale Mutuelle

Anthony Le Gall

Union de représentation Groupe VYV

Isabelle Le Guen-Schaeffer

Affinitaires et Solidaires

Patricia Le Guérinel

Mutualité Bretagne Retraite Seniors

Elisabeth Le Medec

Union de représentation Groupe VYV

Anne-Yvonne Ollivier

Union de représentation Groupe VYV

Pascal Renault

Union de représentation Groupe VYV

Brigitte Ronco

Union de représentation Malakoff
Humanis

Georgette Rouxel

Union de représentation Groupe VYV

Daniel Simonneau

Les Mutuelles Macif

Laurence Vieuxville

Union de représentation Groupe VYV

Animation de la vie mutualiste

La formation des militants

La MFB a organisé 11 formations pour les élus mutualistes de la région sur 4 sites : Brest, Rennes, Saint-Brieuc et Lorient

- 3 formations en distanciel
- 8 formations en présentiel

Les membres du Conseil d'Administration de la MBF ont suivi la formation « l'administrateur mutualiste, un acteur essentiel de la gouvernance » afin d'appréhender le rôle spécifique de l'administrateur et la responsabilité qu'il est susceptible d'encourir.

Ces formations portaient sur des sujets variés tels que : la santé environnement, initiation au système de santé, actualité de l'assurance santé et point sur la loi de financement de la sécurité sociale, gagner en aisance etc.



Nicolas Le Boulaire
Président
de la commission
Formation

L'engagement mutualiste à de l'avenir

Le modèle mutualiste, fondé sur des valeurs de solidarité et de non-lucrativité, forme chaque année ses militants bénévoles sur des sujets techniques ou généralistes.

L'animation du réseau

La MFB fédère les élus autour d'enjeux sociétaux et s'appuie sur un processus démocratique. Ainsi, l'union régionale mobilise régulièrement ses élus dans des groupes de travail ou réunions pour contribuer aux travaux nationaux.

Janvier - Septembre

Un groupe de travail sur la biodiversité qui s'est réuni 5 fois et qui a travaillé à la mise en place d'actions de sensibilisation à la biodiversité.



AGIR pour la
BIODIVERSITÉ
BRETAGNE

5 février et 30 août

Deux groupes de travail sur l'évaluation du PRS 2018-2022.

15 participants.

8 février

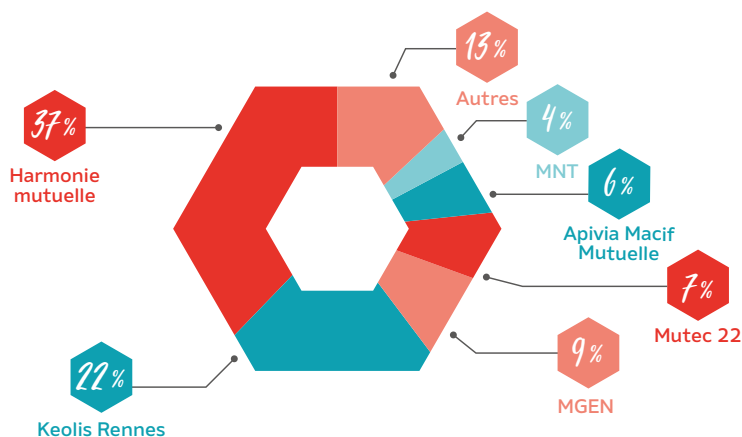
Un groupe de travail pour préparer un webinaire sur l'accès aux soins dans les Côtes d'Armor avec le Pacte du Pouvoir de Vivre.



Juin

Contributions des délégations territoriales au projet de résolutions pour le Congrès de la Mutualité Française.

73 participants



Autres (9 participants) : Alv'heol, MNH, Mutuelle Générale, MGEFI, MIASC, union MATMUT, Affinitaires et solidaires, VYV 3 Bretagne

Défendre et représenter le mutualisme

La coordination des mandats

La Mutualité Française participe aux débats publics et est force de propositions sur toutes les questions de santé et de protection sociale. Pour porter la parole mutualiste, l'Union régionale détient 64 mandats de représentation dans une soixantaine d'instances régionales ou locales.

Les mandatés, rôles et contributions en 2022

Les mandatés font régulièrement la promotion du mouvement mutualiste, et défendent ses positions dans les instances dans lesquelles ils siègent.



Nos représentants ont pris la parole à plus de 40 reprises, principalement à la CRSA, dans les instances de l'assurance-maladie, et au CESER. Les sujets les plus abordés : l'accès aux soins, l'importance du lien social, la santé mentale, l'usage du numérique, la santé au travail, le PLFSS... Les positions de la FNMF sont régulièrement relayées au sein des instances bretonnes.

Les principales instances au sein desquelles siègent les mandatés



Fabienne Colas siège au CESER pour la MFB

« C'est important de siéger au CESER de Bretagne. Cela nous permet d'être associé aux « forces vives » de la région. Peu d'instances réunissent en un même lieu des représentants des entreprises privées, des organisations syndicales de salariés, des organisations et associations participant à la vie collective de la région. Nous donnons notre avis sur la politique du Conseil régional dans des domaines variés : économie, transports, environnement, jeunesse... C'est un véritable fablab de la démocratie locale. Nous pouvons aussi réaliser des études et formuler des propositions pour enrichir la réflexion des élus. Dans la commission société, environnement et qualité de vie, nous terminons aujourd'hui une étude sur la santé mentale et le bien-être des jeunes en Bretagne. Je suis co-rapporteuse de cette étude. La MFB a été auditionnée : nous avons pu présenter les propositions de la Fédération sur la santé mentale, parler de notre expérience d'animation de collectifs de prévention du suicide et enfin, évoquer notre rôle d'acteur de prévention et promotion de la santé. Aujourd'hui, nous pouvons mobiliser les membres de ce réseau pour organiser des tables rondes et parler des sujets de société qui nous tiennent à cœur : l'accès à la santé, l'engagement citoyen, la défense de l'égalité femmes / hommes, l'ESS, etc. »

Les affaires publiques

Le mouvement mutualiste, mouvement social et acteur global de santé, est incontournable du débat public. Ainsi, les publications de la Fédération (notes de positionnement, propositions, communiqués de presse...) sont régulièrement transmises aux partenaires et décideurs concernés, parmi lesquels

les parlementaires bretons. L'union régionale leur a transmis une vingtaine de documents. Chaque événement est également l'occasion de valoriser le rôle des mutuelles au sein du système de santé, d'interpeller les pouvoirs publics, d'illustrer la capacité du mouvement à éclairer les débats publics.

Rendez-vous élus et députés et visites d'établissements mutualistes

21 janvier

Tristan Bréhier (conseiller régional)
Lors de cette rencontre, les missions de la MFB, l'Observatoire sur la santé mentale et les propositions de la Mutualité ont été présentés. Ont également été abordés d'autres sujets comme le 100% santé, la conférence citoyenne sur l'aide et l'entraide.

17 juin

Eric Bothorel (député des Côtes d'Armor)

26 septembre - 12 décembre

Didier Le Gac (député du Finistère) et visite de l'EHPAD du Ponant

21 octobre - 19 décembre

Jean-Charles Larssonneur (député du Finistère) et visite de l'EHPAD du Ponant

7 novembre

Annaïg Le Meur (députée du Finistère)
Les rencontres avec ces 4 députés se sont déroulées conjointement avec VYV3 Bretagne. De nombreux sujets ont été évoqués : grand âge, prévention, financement de la perte d'autonomie, prévoyance, attractivité des métiers et financement des structures dans le sanitaire et le médico-social, données de santé, oubliés du Ségur...



Annaïg Le Meur



Jean-Charles Larssonneur



Didier Le Gac

Temps fort pour interpeller sur des sujets de société

Lien social, un atout pour la santé mentale et le bien-être ?

Au sortir de la crise sanitaire et de ses impacts sur la vie quotidienne des Français (distanciation sociale, télétravail, isolement ...), 90 personnes ont pu, à travers ce webinaire, se questionner sur l'importance des liens sociaux et humains sur la santé mentale.



11 janvier

15 février

Le pouvoir de se soigner en Côtes d'Armor, réalité ou fiction ?

Dans le cadre du collectif du Pacte du Pouvoir de vivre des Côtes d'Armor, la MFB a organisé ce webinaire aux côtés de la CFDT et d'ATD Quart Monde 22, afin d'éclairer sur les problèmes d'accès aux soins dans le département et les solutions envisagées. 70 personnes (élus, associations, professionnels de santé, usagers) y ont participé.



7 mai

Lancement du Pacte du Pouvoir de vivre dans le Finistère

Lancement d'un cycle de webinaires sur l'accès aux soins

La Mutualité Française Bretagne et la Mutualité Française Normandie se sont associées pour proposer une série de webinaires pour éclairer sur le remboursement des frais de santé, le 100% santé et le dispositif Mon Psy. 240 personnes ont participé aux 5 dates proposées.



13 septembre

19 mai



Animation d'un cours sur la protection sociale auprès des étudiants de Sciences Po Rennes

10 octobre

« Le bonheur à tout prix »

À travers ce webinaire, nous avons cherché à interroger cette mode du bonheur, et pu questionner nos deux grands témoins : est-il toujours possible de traverser les nombreuses transitions actuelles (démographique, écologique, démocratique, numérique, etc.) avec bonheur ?

28 novembre

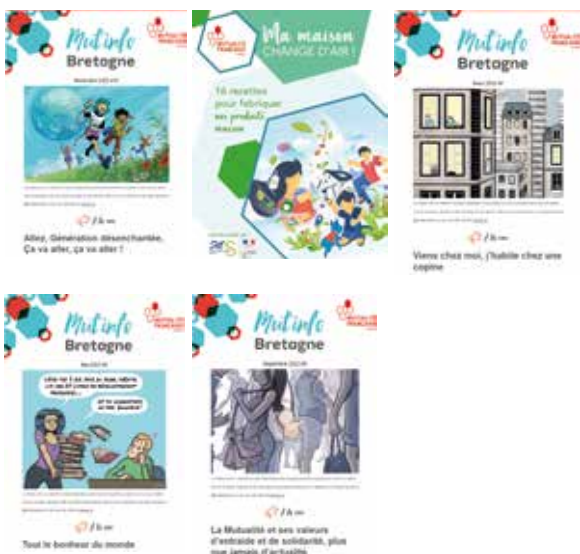
Animation d'un cours sur la protection sociale à l'UBS

Les étudiants de Master 2 en Banque, Finance et Assurance ont ainsi pu être sensibilisés aux différentes composantes de la protection sociale française et à son fonctionnement. Ils ont également pu appréhender les différences entre les mutuelles et les autres acteurs de la complémentaire santé.

Valoriser et faire connaître la Mutualité Française

Lettre d'information

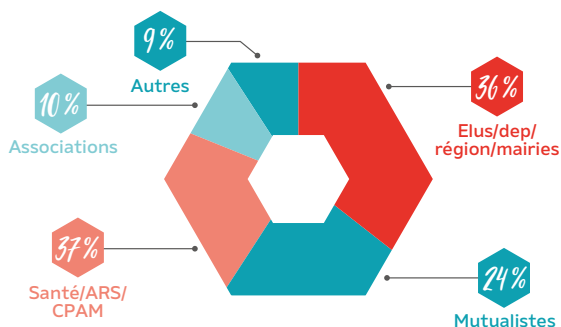
En 2022, cinq numéros de Mut'Info Bretagne ont été diffusés à 3 500 contacts. Le Collectif rennais d'illustrateur·e·s et auteur·e·s BD « La Vilaine » réalise un dessin pour chaque lettre.



Un concours lors de notre lettre d'information a permis de faire gagner une illustration dédiée par l'auteur Noë Monin alias Vanoxymore.



Lecteurs de Mut'Info Bretagne



5 numéros

(1^{re} parution • Février 2021)

14 % Taux d'ouverture moyen

soit 537 personnes, et taux de clic 20,2 %

1557 clics

pour la lettre d'information sur le thème « Nouvelle Génération »

Dans les médias

50 articles sont parus dans la presse régionale et locale dont 38 concernant la Prévention et Promotion de la santé.

3 interviews dans les radios locales : la santé mentale sur COBFM, Nesting et la pollution de l'air intérieur sur RadioLaser et la pollution de l'air intérieur sur France Bleu Armorique.

Site Internet et Réseaux sociaux

Site internet

80 articles publiés

15 vidéos diffusées : interviews d'experts, rétrospectives, décryptages, etc.

15 195 visites

Réseaux sociaux



+ 64 % d'abonnés

424 nouveaux abonnés sur 740

Meilleure publication

Visite du centre mutualiste pluridisciplinaire des Gageulles à Rennes par Eric Chenut



Meilleur tweet

Interrégionale à Pacé



Septembre

Lancement de la Chaîne MFB sur Youtube

La prévention et la promotion de la santé



Fabrice Kas

Président de la commission régionale
Prévention et promotion de la santé

Mieux vaut prévenir que guérir !

Cet adage populaire deviendra-t-il réalité ? 2022 a vu l'apparition d'une nouvelle nomination pour le ministère de la santé en ajoutant de la prévention ! Faire de la promotion de la santé un nouvel axe dans le système de santé français est une nécessité. De nombreuses recherches montrent l'utilité de la prévention pour la santé des femmes, la santé mentale et la santé environnementale. Les actions du service Prévention et Promotion de la Santé vont dans ce sens et vous pourrez les découvrir lors de la Vitrine Prévention de l'assemblée générale.

Prévention des maladies chroniques

Cancers, maladies respiratoires, maladies cardio-vasculaires... autant de maladies, et bien plus encore, dont on peut largement réduire l'impact par la prévention. La MFB y a travaillé activement en 2022 par le biais d'actions sur la santé environnementale, l'activité physique et l'alimentation durable.

82
interventions

716
personnes
rencontrées

236
participants
aux webinaires



- Ma maison change d'air !
- Je protège mon intérieur, et ça commence ici ! (webinaires)
- Chez moi je dis stop aux polluants
- Les sorties nature
- Ateliers étiquettes alimentaires
- Ma fourchette change d'assiette !
- Je mange durable, et ça commence ici !
- Je me renforce après 60 ans !
- Votre santé sur mesure
- Cœur de femmes



Un livret fabrication en Facile à Lire et à Comprendre

Nous avons souhaité rendre accessible aux publics vulnérables certaines actions en travaillant sur ses contenus d'animation et outils. Nous avons notamment adapté notre livret de recettes de produits ménagers et de cosmétiques distribué lors des actions « Ma maison change d'air ! » pour le rendre plus simple d'utilisation et plus clair. Il s'agit du premier document Facile à Lire et à Comprendre (FALC) produit dans le cadre du contrat pluri-annuel avec l'ARS.



Cœur de femmes

La Mutualité Française Bretagne a créé l'action « Cœur de Femmes ». Il s'agit d'un cycle de 5 ateliers à destination des femmes sur les risques cardiovasculaires. Il est composé d'un atelier de prévention et de sensibilisation aux maladies cardiovasculaires ainsi que de deux ateliers sur l'activité physique et deux ateliers sur l'alimentation. Les maladies cardiovasculaires sont la première cause de mortalité chez la femme, et pourtant, de nombreuses maladies pourraient être évitées en adoptant une bonne hygiène de vie. A travers ce projet, les femmes sont mieux informées sur les facteurs de risques, mais surtout sur les spécificités féminines. Notre but : informer, prévenir et agir sur la santé cardiovasculaire des femmes.



Webinaire : Qualité de l'air intérieur, du radon dans ma maison ?

Engagée depuis de nombreuses années sur la thématique de pollution intérieure, la Mutualité Française Bretagne a souhaité sensibiliser la population à une problématique environnementale bretonne, le radon. Présent naturellement dans l'écorce terrestre, le radon, gaz radioactif, incolore et inodore, peut s'avérer nocif pour la santé à des concentrations trop fortes. Dans ce cadre, en partenariat avec l'association Approche Eco Habitat, un webinaire a été proposé et a réuni 130 personnes.

15



Bien-être & santé mentale

45
interventions

846
personnes rencontrées

142
participants
aux webinaires

Pour les professionnels, élus, bénévoles :

- 5 animations de collectifs d'acteurs de prévention du suicide
- 1 webinaire « Espoir mode d'emploi »
- 14 formations au repérage de la crise suicidaire et à la postvention (l'accompagnement des personnes endeuillées par suicide)
- 2 formations sentinelles (repérage de la crise suicidaire)
- Des outils pour informer, partager et faire réseau (site internet, padlet, vidéos, plaquettes)
- 1 sensibilisation des élus sur l'annonce d'un décès brutal
- 2 temps de sensibilisation des professionnels
- **801 participants mobilisés ou formés**



Expérimentation sentinelles

L'Agence Régionale de Santé a missionné la MFB en 2022 pour expérimenter la création d'un réseau de sentinelles au repérage de la crise suicidaire sur le collectif Misaco de Dinan Agglomération. Ainsi, en lien avec les membres du collectif et après avoir pris connaissance de la méthodologie québécoise, 2 structures ont souhaité former leurs équipes à être vigilantes aux personnes en souffrance : l'ADS Côte d'Emeraude et l'association Steredenn. Les 18 sentinelles formées en 2022 ont rendez-vous en mai 2023 pour un temps de regroupement afin d'échanger sur leurs expériences et se sentir appartenir à un réseau.

Pour le grand public :

- 3 cycles d'ateliers « Prendre soin de soi »
- 4 temps de sensibilisation pour les étudiants ambassadeurs de l'Université
- 3 conférences pour parler jeunesse, santé au travail et santé mentale
- Une conférence « Je suis resté-e chez moi » pour vulgariser le sujet de la santé mentale et expliquer ce qu'il recouvre.
- **187 participants**



Prendre soin de soi

Sur le territoire breton, 6 cycles « Prendre soin de soi » à destination des seniors ont été mis en place en 2022. Cette action, sous forme de 4 à 5 ateliers, aborde différentes techniques psychocorporelles (automassage, techniques de respiration et de détente...) afin de développer une meilleure estime de soi et favoriser le maintien de l'autonomie.

Ce projet permet également de renforcer les ressources internes et externes de chacun pour préserver sa santé mentale. Ces cycles ont accueilli 61 personnes. Ce projet a bénéficié d'un soutien de la Conférence des Financeurs de trois départements.

Bien vieillir

24

interventions

496

personnes rencontrées

54

participants aux webinaires

- Théâtre-débats de prévention
- Accompagnement des proches aidants
- Cafés de la vue et de l'audition
- En route pour la retraite !
- Journées de repérage vue et audition
- Programme Icope : pour un vieillissement en bonne santé



Le programme ICOPE : pour un vieillissement en bonne santé

Une initiative est portée par la Mutualité Française (MFB et Mutualité Retraite Vv3 Bretagne) pour promouvoir les actions du bien vieillir sur le territoire de santé n°3 en s'appuyant sur le programme ICOPE (Integrated Care For Older People d'après « I cope » en anglais, « Je fais face ») de l'Organisation Mondiale de la Santé (OMS). ICOPE s'adresse aux personnes de plus de 60 ans, autonomes et vivant à domicile.

À partir de tests simples et ludiques, on évalue 6 fonctions essentielles : locomotion, nutrition, audition, vision, mémoire et bien-être psychologique. Il est possible de le réaliser en auto-évaluation ou par un professionnel avec l'appui d'outils numériques. Si une fragilité est repérée, une évaluation approfondie est réalisée et un suivi personnalisé est mis en place. L'expérimentation a commencé sur l'île de Groix et se poursuivra sur d'autres territoires morbihannais en 2023 grâce à des financements des Conférences des financeurs.



En route pour la retraite en distanciel

Une première en Bretagne, les ateliers en ligne « En route pour la retraite ! »

Huit Bretons, futurs retraités et jeunes retraités, ont participé aux ateliers en ligne « En route pour la retraite » pour les accompagner dans cette transition entre deux périodes de vie très différentes. Le passage de l'activité professionnelle à la retraite est un moment important : moment attendu voire idéalisé pour les uns, transition plus difficile pour les autres... ; cette étape de la vie est capitale pour chacun. Trois axes ont été travaillés : la retraite et ses représentations pour l'aborder sereinement, favoriser la continuité du lien social et l'engagement citoyen et préserver sa santé et son bien-être.

Des actions sur mesure pour les mutuelles, les établissements mutualistes et les partenaires

57

actions spécifiques

1062

personnes rencontrées

426

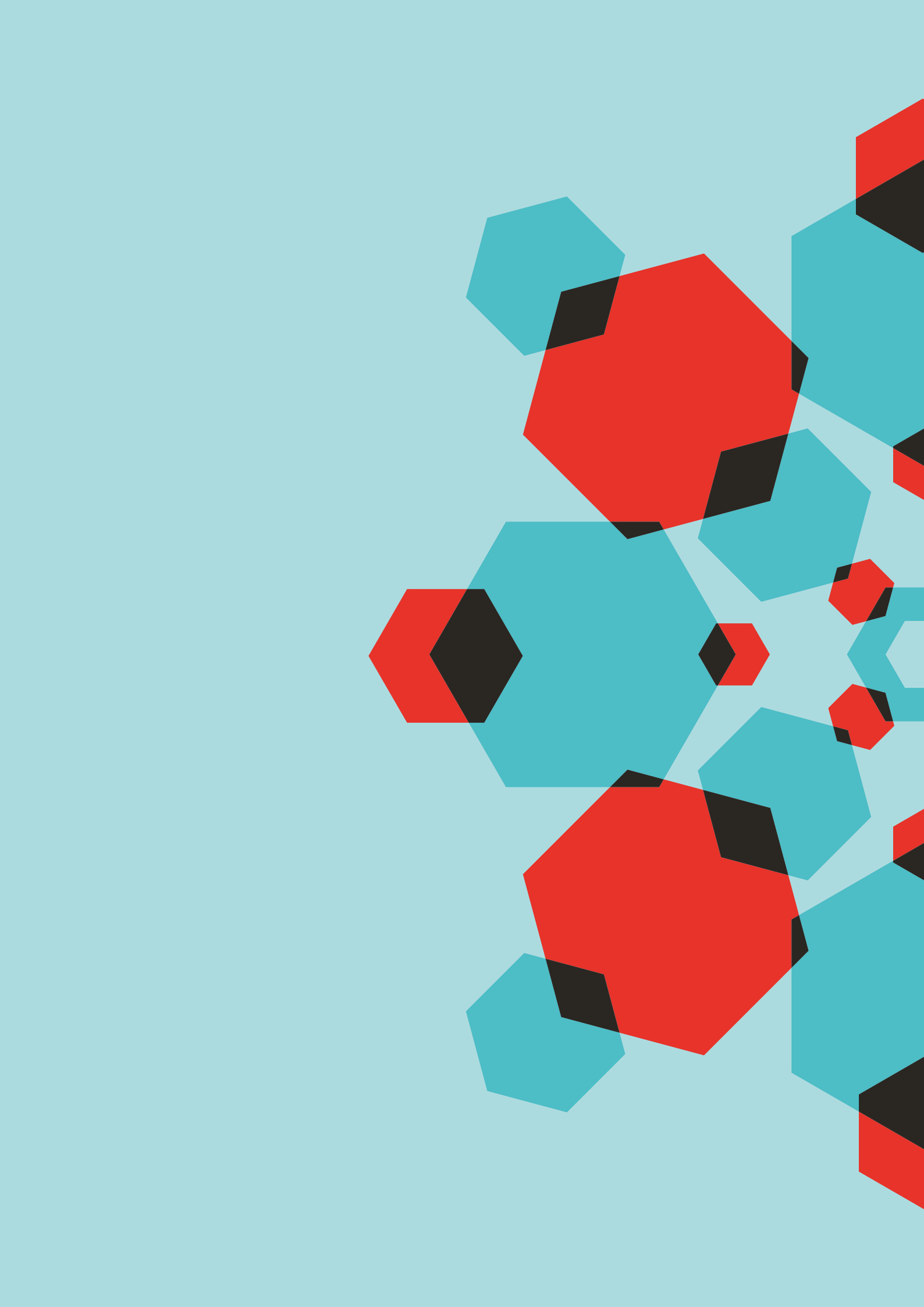
participants aux webinaires

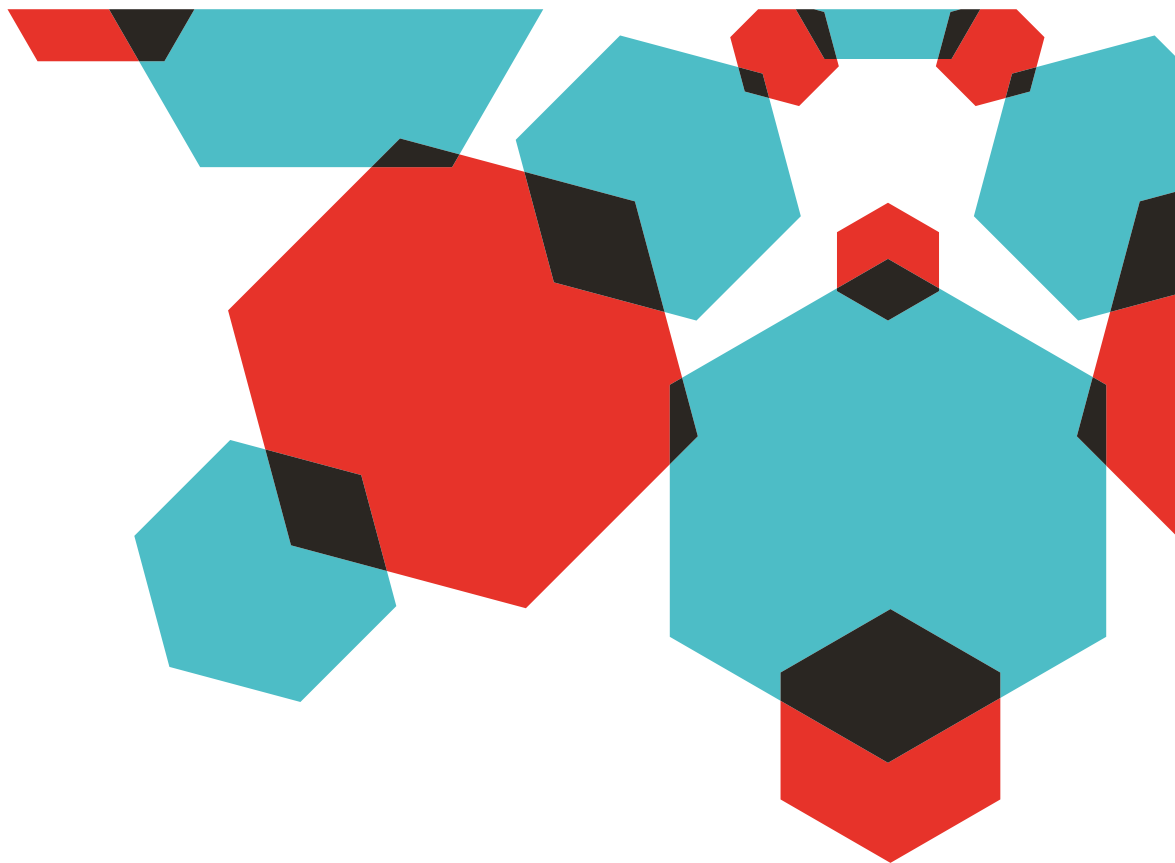
- 4 forums et 3 théâtre-débats sur le bien vieillir
- 9 interventions en présentiel et distanciel sur la vue et l'audition
- 2 formations sur la santé buccodentaire
- 5 conférences, ateliers ou webinaires sur l'alimentation
- 7 interventions et formations sur la santé mentale et la prévention du suicide
- 5 interventions sur la santé environnementale en présentiel et en distanciel
- 2 actions à destination des aidants
- 6 interventions sur le sommeil
- 2 interventions sur les bonnes postures au travail



Dans le cadre des journées « Qualité de Vie au Travail » proposées par les mutuelles avec les contrats Entreprises, l'union régionale a pu déployer différentes actions pour les mutuelles, qui ont, à chaque fois, rencontré leur public. Ainsi, nous avons pu proposer des rencontres « Prenons soin de ceux qui aident », des journées de repérages « Longue vie à la vue », des ateliers de sophrologie « Libération des Tensions », des ateliers d'ergothérapie « La bonne posture pour une bonne journée », des ateliers « Amélioration de la Qualité du Sommeil »...

Autant d'actions qui montrent la diversité des compétences des UR et la diversité des besoins dans le monde de l'entreprise.





bretagne.mutualite.fr

Mutualité Française Bretagne
47, avenue des Pays-Bas . 35 200 Rennes
06 74 70 03 07 • accueil@bretagne.mutualite.fr

 **@Mutualité-Française-Bretagne**  **#MutBretagneUR**
 **dailymotion.com/MutFrBretagne**  **linkedin.com/company/mutualite-francaise-bretagne/** **[https://](https://www.youtube.com/channel/UC5m8-1GJYr69Qi5j2xUCwag)**
 **www.youtube.com/channel/UC5m8-1GJYr69Qi5j2xUCwag**

Mutualité Française Bretagne • Union régionale relevant du Livre I du Code de la Mutualité
Numéro d'immatriculation au registre national des mutuelles ou Siren : 443 873 930
Édition : mai 2023

