

Ecrit par le 3 avril 2025

Observatoire d'Harmonie Mutuelle : L'état d'esprit des salariés de Provence-Alpes-Côte d'Azur



Dans le Vaucluse, 80% des salariés restent optimistes sur leur avenir professionnel. Malgré cet état plutôt positif, le bilan de l'impact du travail sur la santé des salariés est mitigé. Pour 33%, le travail a un impact négatif sur leur santé physique et pour 28%, sur leur santé mentale. 38% se sont sentis trop stressés et sur le point de craquer au cours des derniers mois. Plus de la moitié des salariés souhaitent ralentir leur rythme de travail (53%). C'est, en substance ce que retient de 2024 l'[Observatoire d'Harmonie mutuelle](#) sur l'état d'esprit et les attentes des salariés en Provence-Alpes-Côte d'Azur, par l'organisme de sondage [Lead opinion](#) et sur un échantillon de 755 personnes.

«Parmi les éléments marquants, l'observatoire révèle que les salariés sont en quête de sens et souhaitent vivre une expérience professionnelle sur mesure, adaptée à leurs attentes, besoins et aspirations en

Ecrit par le 3 avril 2025

fonction des problématiques métier, analyse Robert Jimenez, directeur régional Paca chez harmonie Mutuelle. En chiffres, près d'un salarié sur deux remet en question son poste actuel et considère que son travail a de moins en moins de sens.»

Les moins de 25 ans souhaitent donner du sens à ce qu'ils vivent au travail

«Une tendance qui s'accroît chez les moins de 25 ans à hauteur de 66% des personnes consultées. En parallèle, d'autres indicateurs démontrent que le travail a un réel impact sur la santé physique et mentale. Finalement, le fait que la relation avec la ligne hiérarchique représente le 3e facteur de stress chez les salariés démontre que les managers représentent un réel pivot dans les entreprises qui influent sur l'engagement des salariés.»

Quels moyens pour réduire le stress en entreprise ?

«Plusieurs axes peuvent être explorés comme l'approche managériale des 3R : Remercier, Revaloriser et Récompenser - est un excellent point de départ pour instaurer une culture de reconnaissance et de la bienveillance. L'activité physique, et le sport en particulier, comme la course à pied, la natation et le vélo..., jouent également un rôle crucial dans la gestion du stress.»

Ecrit par le 3 avril 2025



Copyright Freepik

Mise en place d'initiatives variées

«Les entreprises peuvent mettre en place des initiatives variées, telles que l'organisation de cours pendant les heures de travail, ce qui en facilite l'accès et fédère les équipes. Cette pratique a un impact significatif : le sport réduit de 30% les dépressions liées au travail et diminue le stress et l'anxiété. Bien que plus facile à mettre en œuvre dans les grandes entreprises, des solutions existent aussi pour les plus petites, comme la participation à des abonnements à des activités en dehors du travail.»

Des attentes fortes

Les salariés émettent de fortes attentes fortes en matière de santé physique et mentale. Le travail a, ainsi, un impact négatif sur la santé physique pour 34 % des salariés et sur leur santé morale pour 35 % des salariés. Les principaux facteurs de stress des salariés cités sont tout d'abord la charge de travail ; La pression sur délais ; La relation avec la ligne hiérarchique ; Enfin, près de 58 % seulement considèrent que leur entreprise y est attentive.

Ecrit par le 3 avril 2025

Améliorer la santé des salariés

Parmi les actions évoquées pour améliorer la santé des salariés, l'amélioration des conditions de travail, à hauteur de 54 %, arrive en tête devant des actions liées au bien-être (40 %), au management (38 %), les actions de prévention des risques professionnels (24 %), l'encouragement à la pratique d'une activité physique (22 %).

Les attentes en termes d'engagements & valeurs de l'entreprise

Près de 86 % des salariés considèrent important que leur entreprise et les parties prenantes soient engagées pour un impact environnemental positif. 71 % pensent que leur entreprise a un impact environnemental positif. 80 % se sentent acteurs dans cette démarche. Et pourtant, 44 % considèrent que leur travail a de moins en moins de sens.

Les leviers d'engagement des salariés

La rémunération est le 1er facteur d'engagement cité (31 %), suivi par l'autonomie dans le travail (31 %), l'équipe (24 %), et la flexibilité des horaires (18 %). Parmi les salariés engagés, 79 % considèrent que leur manager joue un rôle déterminant dans leur engagement.

En quête d'un meilleur équilibre vie pro - vie perso

Plus de 4 salariés sur 5 sont satisfaits de leur équilibre vie professionnelle - vie personnelle en y apportant toutefois quelques changements : 55 % des personnes interrogées souhaitent ralentir leur rythme de travail et 70 % seraient prêts à mettre leur travail en second plan pour privilégier leur vie personnelle. Près d'un salarié sur 2 a remis en question son poste actuel, une proportion plus accentuée dans la catégorie socio-professionnelle des employés (54 %), des moins de 25 ans (66 %) et des célibataires avec enfants à charge (54 %). Plus d'un tiers des salariés souhaitant quitter leur organisation le ferait immédiatement ou à court terme (moins de 6 mois), notamment les ouvriers, les collaborateurs de TPE (très petites entreprises) et les 25-34 ans.

Ecrit par le 3 avril 2025



Copyright Freepik

CPME 13 , ouverture d'une Commission Santé du dirigeant dans les Bouches du Rhône

La Confédération des Petites et Moyennes entreprises a décidé de l'ouverture d'une Commission Santé du dirigeant.

«Le stress, le mal-être exprimés par 42% des sondés doit nous faire amplifier nos actions déjà engagées abonde Alain Gargani, Président de la CPME Sud. Les entrepreneurs, depuis plusieurs années déjà, ont pris conscience que la qualité de vie au travail était essentielle pour le bien-être des salariés. Le monde a changé et c'est notre rôle, en tant qu'organisation interprofessionnelle, d'accélérer cette mutation dans les entreprises, de prendre en compte la nouvelle vision que portent les salariés dans le travail. Il faut absolument s'adapter, mettre en place dans l'entreprise des moments de détente, davantage de flexibilité dans le travail, les horaires si on veut fidéliser nos collaborateurs afin que la qualité de vie s'améliore pour ainsi diminuer le stress et le mal-être.»

En savoir plus sur harmonie Mutuelle

Harmonie Mutuelle, entreprise à mission depuis 2021, accompagne les entreprises avec la complémentaire santé, la prévoyance, l'épargne retraite et la prévention. Avec près de 5 millions de personnes protégées, 88 700 entreprises clientes et 150 000 entrepreneurs accompagnés, Harmonie Mutuelle met le bien-être des salariés, au cœur de son travail pour favoriser l'attractivité et la performance des entreprises. Avec son modèle redistributif (80 % des cotisations redistribuées en prestations), sa gouvernance partagée, la mutuelle confirme son ancrage territorial en Provence-Alpes-

Ecrit par le 3 avril 2025

Côte d'Azur avec 9 agences réparties dans 6 départements et organise de nombreux évènements (agoras mutualistes, ateliers de sensibilisation) au profit de ses adhérents et du grand public.



Copyright Harmonie Mutuelle

L'entreprise Les Monocyclettes remporte le 1er Prix Santé Entrepreneurs d'Harmonie Mutuelle

Ecrit par le 3 avril 2025



Harmonie Mutuelle a organisé la 5^e édition de son Prix Santé Entrepreneurs qui récompense les projets d'entrepreneurs ayant pour objectif d'améliorer leur santé, mais aussi celle de leurs collaborateurs et de leurs clients. C'est une entreprise vaclusienne qui a remporté le 1^{er} prix national.

Chaque année, Harmonie Mutuelle valorise, à travers son Prix Santé Entrepreneurs, les initiatives menées dans les territoires en faveur de la santé, de la solidarité et de la transition écologique. Ce sont six entrepreneurs qui ont été récompensés lors de l'édition 2024.

Du 1^{er} juin au 25 septembre derniers, près de 300 entrepreneurs, répartis sur l'ensemble du territoire, ont concouru afin de présenter les initiatives. Trois lauréats ont été récompensés en région Provence-Alpes-Côte d'Azur dont l'entreprise [Les Monocyclettes](#), basée à la Bastide des Jourdans. Parmi les 32 lauréats dans les différentes régions, 3 lauréats nationaux, dont l'entreprise vaclusienne, ont été choisis par le public et par les membres de la commission Harmonie Mutuelle Entrepreneurs et ont reçu un prix. Trois autres projets ont également été récompensés par le Prix 'Coup de cœur de la commission Harmonie Mutuelle Entrepreneurs', le Prix 'Coup de cœur des Experts-comptables' et le Prix 'Coup de cœur de la transition écologique'.

Ecrit par le 3 avril 2025

Les Monocyclettes, fondées par [Angélique Lecomte](#) en 2019, ont reçu le 1^{er} Prix national Santé Entrepreneurs. Cette entreprise est une marque de lingerie post-mastectomie spécialisée dans le concept de soutien-gorge mono-bonnets modulables, personnalisables et ergonomiques. Ce prix la récompense pour son engagement en faveur des femmes atteintes du cancer du sein. Angélique a également reçu un chèque de 5 000€ qui lui permettra de continuer à œuvrer pour la mise en œuvre de nouvelles gammes. « Avec le soutien d'Harmonie Mutuelle, nous allons pouvoir poursuivre nos objectifs dans ces prochains mois en créant une gamme balnéaire pour l'été prochain et en développant notre offre avec de nouveaux modèles, conclut la fondatrice des Monocyclettes. Nous envisageons également d'étendre notre offre aux femmes ayant une asymétrie mammaire naturelle, afin de leur proposer (enfin) une alternative à la chirurgie mammaire. »

[Les Monocyclettes redonnent confiance aux femmes qui ont eu un cancer du sein](#)

CPME 84, Rendez-vous chez Peugeot Avignon pour un moment d'échanges

Ecrit par le 3 avril 2025



[La CPME 84](#) (Confédération des petites et moyennes entreprises de Vaucluse), organisation au service des TPE-PME (Très petites et moyennes entreprises), commerçants et indépendants de Vaucluse, partenaire d'[Harmonie Mutuelle](#) et de Peugeot Avignon proposent un temps de rencontres professionnelles et d'échanges autour du café croissant des entrepreneurs.

Les infos pratiques

Jeudi 14 novembre. De 8h30 à 10h30. [Peugeot Avignon](#). Rue Charles Valente. Zac de la Castelette à Avignon-Montfavet. Parking gratuit à proximité, co-voiturage possible. Rencontre limitée aux 100 premières inscriptions. Une personne par structure.

Ecrit par le 3 avril 2025

PACA : appel à candidatures pour la 5^{ème} édition du Prix Santé Entrepreneurs



Engagée auprès de 6.500 chefs d'entreprises et entrepreneurs sur la région Provence-Alpes-Côte-d'Azur et Corse, Harmonie Mutuelle lance l'appel à candidatures pour une nouvelle édition du Prix santé entrepreneurs. Cette initiative a pour objectif de valoriser et récompenser les actions d'entrepreneurs en faveur de la santé et du bien-être de leurs salariés ou de leur environnement.

Les entrepreneurs des régions PACA et Corse, adhérents ou non d'[Harmonie Mutuelle](#) ont jusqu'au 25 septembre s'ils veulent participer à la 5^{ème} édition du Prix Santé Entrepreneurs organisée par l'acteur majeur de la protection sociale en France. Une dotation de 5.000 euros est prévue pour le premier prix et 1.000 euros seront attribués aux prix coup de cœur. Les lauréats régionaux seront connus le 11 octobre avant les lauréats nationaux dévoilés de 8 novembre.

Ecrit par le 3 avril 2025

Récompenser les actions à impact positif sur la santé et l'environnement

Harmonie Mutuelle, protège plus de 140 000 entrepreneurs en complémentaire santé. Engagés pour améliorer les conditions de travail et valoriser le fait que la santé et le bien-être sont des conditions sine qua non de la réussite entrepreneuriale, les adhérents élus entrepreneurs membres de la commission Harmonie Mutuelle Entrepreneurs sont à l'origine de la création du Prix Santé Entrepreneurs.

Les prix nationaux seront attribués et remis aux entrepreneurs qui ont menés des actions internes à impact positif dans le domaine de la santé. Ils seront décernés selon les critères suivants :

- La santé, le bien-être du chef(fe)d'entreprise
- La santé, le bien-être de ses salariés
- La santé, le bien-être de ses clients
- La santé, le bien-être de son environnement au sens large

« Nous sommes fiers d'accompagner les entreprises dans leurs démarches de qualité de vie au travail et d'actions en faveur de l'environnement. Chez Harmonie Mutuelle, nous sommes convaincus qu'intégrer la santé dans une démarche globale de performance est une condition de réussite et de longévité entrepreneuriales. En qualité d'Entreprise Mutualiste à Mission, engagée auprès des entrepreneuses, des entrepreneurs et de leurs salariés, nous mettons en œuvre des solutions innovantes pour les protéger et les accompagner dans leur vie professionnelle et personnelle. Avec le Prix Santé Entrepreneurs, nous valorisons les initiatives innovantes menées dans les territoires, au service de la santé, du bien-être et de la solidarité entre entrepreneurs. Une mission qui est au cœur de notre raison d'être. » a déclaré [Robert Jimenez](#), directeur régional Provence-Alpes-Côte d'Azur & Corse chez Harmonie Mutuelle.

Rencontre entre professionnels autour d'un café à Avignon

Ecrit par le 3 avril 2025



La [Confédération des petites et moyennes entreprises de Vaucluse](#) (CPME 84) organise un 'café des entrepreneurs' ce mercredi 22 novembre à Avignon.

La CPME 84 s'est associée à [Harmonie Mutuelle](#) et à l'Ibis Styles Avignon Sud pour préparer ce rendez-vous qui a pour objectif de réunir les dirigeants de **TPE ou de PME, les commerçants, mais aussi les indépendants** pour échanger autour d'un café-croissant.

Inscription par mail à l'adresse contact@cpme84.org

Mercredi 22 novembre. De 8h30 à 10h30. Ibis Styles Avignon Sud. 2968 avenue de l'amandier. Avignon.

V.A.

Écrit par le 3 avril 2025

Harmonie mutuelle et Yvon soutiennent les jeunes femmes avec la culotte menstruelle Elia

Depuis le 1er janvier 2022, la contraception et les actes qui y sont liés sont intégralement pris en charge pour les jeunes femmes âgées de 18 à 25 ans. C'est ainsi qu'[Harmonie Mutuelle](#) et [Yvon](#) - la plateforme étudiants du Groupe VYV et de la [MGEL](#) - redistribuent 1,2M€ aux adhérentes concernées en s'associant à Elia Lingerie, une marque de culottes menstruelles bio, française et engagée.

Précarité menstruelle

Au-delà de participer concrètement à l'amélioration du bien-être des femmes en situation de précarité menstruelle, les trois partenaires ont également pour ambition de sensibiliser à l'utilisation de protections périodiques durables et économiques. Dans le Vaucluse, 93 jeunes femmes sont concernées par cette opération au cours de laquelle leur sera remis une culotte menstruelle Elia Lingerie.

Une femme sur trois

Aujourd'hui, une étudiante menstruée sur trois peine à financer ses protections périodiques. Afin de participer à la lutte contre la précarité menstruelle, Harmonie Mutuelle et Yvon proposent à plus de 130 000 adhérentes de 18 à 25 ans, de commander gratuitement une culotte menstruelle de la marque Elia. Ces culottes, conçues en coton bio, sont accessibles depuis le 3 janvier 2022 sur le site internet d'Elia en renseignant, au moment de la commande, un code personnalisé. Celui-ci est envoyé, par mail ou SMS, aux adhérentes éligibles. Il peut également être obtenu après avoir rempli le formulaire prévu à cet effet sur le site d'Harmonie Mutuelle.

Consom'acteur

Par le don d'une culotte menstruelle Elia, qui dure entre 5 et 7 ans, chaque adhérente réalisera 608€ d'économies, en 5 ans, en n'ayant plus le besoin d'acheter 1 955 protections hygiéniques jetables. Harmonie Mutuelle et Yvon permettent ainsi, à leurs adhérentes, de réaliser 122 M€ d'économies et font un pas considérable en faveur de l'environnement en évitant l'utilisation de 391 millions de protections hygiéniques.

Elia ?

C'est une entreprise française créée par [Marion Goilav](#) et [Apolline Combrisson](#). Ambition ? Créer des culottes élégantes, confortables, de formes variées capables d'absorber le flux menstruel. La fabrication conçue à partir de matières nobles serait locale et respectueuse de l'environnement. La première marque de lingerie menstruelle est lancée en 2019.

Ecrit par le 3 avril 2025

Marion Goilav et Apolline Combrisson les co-fondatrices d'Elia

La fabrication ?

Elle est réalisée dans quatre ateliers situés dans le nord Pas de Calais, le Sud-Ouest, le Sud Est et la région parisienne. Quant aux deux cheffes d'entreprise ? Elles reversent une partie de leur bénéfice à des associations, notamment dans la lutte contre l'endométriose dont souffre l'une des dirigeantes, et aussi contre la lutte contre le cancer de sein -elles ont conçues des soutien-gorges spéciales mastectomie-, les hôpitaux de Paris et la précarité menstruelle. La marque fait partie de la Convention des entreprises pour le climat.

Une alternative zéro déchet

La culotte menstruelle est une alternative aux tampons et serviettes hygiéniques, ainsi qu'à la coupe menstruelle. La culotte est rentabilisée en 3 cycles et éviterait l'utilisation de plus du million de [protections jetables](#) par femme. La bonne nouvelle ? Une culotte dure entre 5 et 7 ans, permettant d'économiser autant de protection hygiénique tout en participant au zéro déchet. Son coût ? Il va de 35€ à 49€ propose des culottes pour tous les âges dont une collection ado.

Dans le détail ?

Deux matières innovantes : la première en fibre d'eucalyptus pour drainer et sécher puis un tissu imperméables, les deux encapsulés dans du coton bio, le tout ne faisant qu'1,5cm d'épaisseur. La promesse ? Une culotte ultra-absorbante (jusqu'à 100ml de sang soit l'équivalent de 8 tampons), Pas d'humidité, pas d'odeur, plus de fuite, une protection de 12h. Après utilisation ? La culotte se rince à l'eau froide avant d'être mise en machine pour un lavage à moins de 40°.

Nouveauté ?

La marque fait même des maillots de bain menstruels. Comment la marque est née. C'est en 2018 alors que Marion Goilav est en voyage à l'étranger qu'elle remarque que la plage est souillée par des protections hygiéniques. Adeptes du zéro déchet, elle prend la décision de monter sa boîte, bientôt rejointe par Apolline Combrisson, jeune maman adepte du bio.

(Vidéo) Harmonie Mutuelle Paca-Corse, Robert Jimenez nommé directeur de région

[Robert Jimenez](#) vient d'être nommé directeur de région chez Harmonie mutuelle Provence-Alpes-Côte-D'azur et Corse. Sa feuille de route ? Consolider l'activité des trois marchés :

Ecrit par le 3 avril 2025

particuliers, entrepreneurs et entreprises ; développer l'activité multi métiers et nouer des liens avec les acteurs socio-économiques ainsi que les élus locaux.

Harmonie mutuelle

Depuis le début d'année, Harmonie Mutuelle poursuit sa transformation en devenant d'ici cet été une 'Entreprise mutualiste à mission'. La mutuelle s'organise autour de 12 régions opérationnelles -calquées sur les régions administratives françaises- chapeautées par 3 directions exécutives. L'un des principaux enjeux de cette nouvelle organisation managériale, pour les directeurs régionaux, est l'ancrage territorial, la structuration d'une politique commerciale prenant en compte les spécificités locales au gré de lobbying et d'une activité multi métiers capables d'accroître le rayonnement de la marque et de ses valeurs.

Le groupe Vyv

Harmonie Mutuelle, membre fondateur du [Groupe Vyv](#), propose des solutions de solidarité donnant à chacun les moyens d'être acteur de sa santé dans une société plus inclusive, équitable et solidaire, en s'engageant, notamment, aux côtés des entreprises et des entrepreneurs soucieux de la protection et du développement de leur capital humain. Ses offres assurantielles en santé, prévoyance, épargne-retraite trouvant une résonance dans la création de lien social et la mise en relation avec des pairs, des experts et des partenaires.

En chiffre

Harmonie Mutuelle accueille plus de 4,8 millions d'adhérents, gère un système de redistribution financière -sous forme de prestations santé et de placements alimentant l'économie réelle -, réalise des investissements -fonds d'amorçage, fonds capital développement- et développe des solutions digitales et technologiques santé. La mutuelle emploie 4 880 salariés et diligente 2 000 représentants élus, au cœur des territoires et des réseaux locaux, ainsi qu'aux côtés des professionnels de santé et des partenaires économiques et sociaux. Le groupe Vyv est le 1^{er} acteur mutualiste de santé et de protection sociale.

www.groupe.vyv.fr

M.H.

CPME 84 et Harmonie mutuelle proposent

Ecrit par le 3 avril 2025

une pitch party aux entreprises

La **CPME 84** et **Harmonie mutuelle** proposent une Pitch party mercredi 26 mai de 9 h à 10h30 en webinaire.

«Chefs d'entreprise, vous avez besoin de relancer et redynamiser votre activité ? La CPME 84 (Confédération des petites et moyennes entreprises) et Harmonie Mutuelle s'associent pour vous soutenir et vous donner une meilleure visibilité ! Vous aurez 1 min 30 pour vous présenter et parler de votre entreprise en visioconférence !» Le nombre de place est limité aux 50 premières inscriptions. Le lien est communiqué après inscription. 04 90 14 90 90. contact@cpme84.org & www.cpme84.com. Le webinaire a lieu ce mercredi 26 mai de 9h à 10h30.

La CPME 84

Organisation patronale, privée, indépendante, apolitique et interprofessionnelle, la CPME représente exclusivement les PME et TPE (Très petites, petites et moyennes entreprises). Elle défend et représente leurs intérêts et met en œuvre des actions de sensibilisation et de formation pour les accompagner dans leur développement. Elle anime un réseau d'adhérents, en valorisant l'échange d'expériences entre dirigeants afin de briser leur isolement et de proposer des solutions à leur mesure.

M.H.