#3
Oct. - Nov.
2026

Mutuale et vous



Dossier *made in France*

COMMENT REDONNER DU SENS À LA CONSOMMATION

Canicule 2026

CE QUE LA CHALEUR A RÉVÈLÉ DE NOS MANQUES

LA SÉCURITÉ SOCIALE

NOTRE MODÈLE FRANÇAIS À DÉFENDRE

LE MAGAZINE DE CELLES ET CEUX QUI FONT VIVRE LA MUTUELLE

Mutuale
la solidarité mutualiste

Mutuale et vous

3 – Œil choqué / Œil touché

4 – Près de vous, votre mutuelle
- L'impact du désengagement de la Sécu
- Les CAM
- MFOS / Des équipements de pointe dans nos centres de santé dentaire
- Le nouveau site pensé pour vous !
- Mutuale, première mutuelle communale à Capesterre-Belle-Eau
- Commission de secours : une aide pour les adhérents en difficulté

7 – Portraits mutualistes
La Qualité de Vie et des Conditions de Travail
Marie Boulanger et Mickaël Drouault

8 – Nos bureaux d'accueil pour nous rencontrer

9 – Actu santé, societé & protection sociale
- Canicule 2026 : Ce que la chaleur a révèlé de nos manques
- Et si demain, nous devions payer seuls ce que nous finançons aujourd'hui ensemble ?
- Santé au travail : les nouvelles priorités du Plan 2026-2030
- Infirmiers : recruter davantage, mais surtout réussir à les garder
- Le calendrier des événements Mutuale

12 – Dossier
Made in France, comment redonner du sens à la consommation

16 – Économie sociale et solidaire
Que se passerait-il sans l'Économie Solidaire et Sociale ?

17 – Prévention
Ultime et vital, le don d'organes

18 – Environnement
Ces métiers oubliés… et d'avenir

19 – Nutrition
Mangez-moi ! Les bienfaits des champignons
Quand le poulet a des ailes

20 – À voir, à lire
Jeu concours

Mutuale
la solidarité mutualiste

#°3 - OCTOBRE/NOVEMBRE 2026

Revue trimestrielle de Mutuale
6, rue Galilée - Parc A10 Sud - 41260 La Chaussée-Saint-Victor
Tél : 02 54 56 41 41

• Directeur de la publication : Éric Rafael • Conception, rédaction et réalisation : Critères - www.criteres-editions.com • Photographies : Adobe Stock, photo de couverture générée par IA, Critères • Imprimé en France (papier sans chlore) • N° de commission paritaire : en cours



Nicolas Pomiès
Vice-président



Julien Nolière
Directeur général de Mutuale

Le *Made in France*, c'est une affaire de solidarité

Chères adhérentes, chers adhérents,

Ce numéro de votre journal paraît à un moment particulier pour nous. Mutuale va participer pour la cinquième fois au salon du Made in France, aux côtés des artisans, des PME, des industriels et des travailleurs qui font vivre l'économie de notre pays. Cette présence n'a rien d'anecdotique. Elle est le prolongement naturel d'engagements que nous portons depuis toujours, et dont nous voulons, ici, vous rappeler le sens.

Être une mutuelle, c'est refuser de considérer la santé, le travail et l'économie comme trois mondes séparés. C'est pourquoi Mutuale place une grande partie de ses réserves obligatoires infligées par les directives européennes dans des entreprises françaises. Ces réserves que la réglementation nous impose de détenir pour garantir nos engagements envers vous, ce sont vos cotisations. Nous estimons qu'elles doivent travailler pour ceux qui les versent. En finançant l'industrie, l'innovation et l'emploi sur nos territoires, elles irriguent le tissu productif qui, lui-même, fait vivre la protection sociale. L'épargne d'une mutuelle n'a pas vocation à se dématérialiser sur des places financières lointaines : elle doit créer de la richesse ici, pour celles et ceux qui la constituent. À l'heure de la mondialisation des circuits financiers, nous choisissons l'économie locale et circulaire : faire tourner les cotisations dans le tissu productif français, plutôt que de les voir s'évaporer sans retour pour nos territoires. En constatant cela et en agissant en conséquence, Mutuale est d'avant-garde dans le monde de l'assurance.

Cet ancrage, nous l'avons aussi rendu visible en obtenant la certification "Service France Garanti". Ce n'est pas un label décoratif : cette certification atteste que nos emplois, notre support, nos centres de relation adhérents et nos services restent sur le territoire national. Quand vous nous appelez, vous parlez à des personnes établies en France, qui connaissent notre système de santé et vos réalités. Dans un secteur où la délocalisation du service est devenue une facilité, nous assumons l'inverse : la proximité n'est pas un coût, c'est une qualité de service.

Ces engagements s'accompagnent d'une conviction que nous assumerons toujours : notre attachement à la Sécurité sociale. Notre pays a bâti, après-guerre, un système de protection parmi les plus solides au monde, fondé sur un principe simple et puissant : la cotisation sociale. Chacun contribue selon ses moyens, chacun est protégé selon ses besoins. Nous ne voyons pas dans la Sécurité sociale un concurrent à contourner, mais un socle à renforcer. La complémentaire que nous proposons n'a de sens que comme un complément – jamais comme un substitut, ou pire, comme un accélérateur de son démantèlement. Le bien-portant porte le malade, l'actif porte le retraité : c'est cette solidarité-là que nous défendons.

Alors pourquoi le salon du Made in France ? D'abord pour rencontrer concrètement celles et ceux que nous finançons, pour donner un visage aux entreprises dans lesquelles vos cotisations sont investies, pour écouter leurs besoins de développement. Ensuite pour vous, parce que beaucoup ignorent qu'une mutuelle peut être un financeur de l'emploi local : y expliquer ce que deviennent vos cotisations, c'est notre manière de rendre des comptes. Enfin, par exemplarité : montrer qu'une complémentaire santé peut être un maillon de l'économie réelle, et non un simple agent des marchés financiers.

L'économie et la solidarité ne s'opposent pas, elles se nourrissent mutuellement. Une mutuelle n'a pas d'actionnaires à rémunérer : elle a des adhérentes et adhérents à servir, et un projet de société à porter. C'est ce que nous ferons, jour après jour, cotisation après cotisation – et c'est ce que nous avons dit de vive voix au salon du Made in France. Le Made in France, porté par une mutuelle, n'est pas un slogan : c'est une manière de prendre soin, ensemble.

Nous vous souhaitons une excellente lecture de ce numéro.

l'œil choqué



Renaître…

Parmi les conséquences des incendies désastreux de l'été dans nos forêts : l'ampleur inédite des émissions de carbone dans l'atmosphère… plus de 1,5 million de tonnes selon le bilan calculé par Copernicus, soit 4 fois plus qu'en 2025. Pour autant, et malgré les 96 000 hectares brûlés (tous terrains confondus), la forêt "phénix" se régénérera. Alors plus que jamais protégeons-la !

l'œil touché



Rebondir…

En automne, les championnats reprennent dans les 118 fédérations sportives du pays. Des petits aux vétérans, nous sommes plus de 17 millions à s'adonner à notre discipline favorite. Le basket a le vent en poupe notamment chez les ados. Sport complet et intense où l'esprit collectif s'exprime et qui donne aux jeunes joueurs des valeurs solidaires. Bref, de quoi rebondir !

AUGMENTATION TARIFAIRE :

L'impact du désengagement de la Sécurité sociale



Les différentes mesures prises entre avril et juillet ont un impact considérable sur les mutuelles, otages d'une politique qui transfère de plus en plus de dépenses de santé.

La privatisation de la santé se poursuit. *« Pour la première fois, une des mesures s'attaque à la prise en charge des personnes en affections longue durée (ALD) dont les soins liés à la maladie étaient jusqu'ici remboursés à 100 % »*, déplore Julien Nolière en évoquant les médicaments à service médical rendu faible, que l'on désignait par leur vignette orange, par exemple le Spasfon, très largement prescrit. Pour Mutuale, qui prend en charge ces médicaments dans ses contrats responsables, la mesure a un impact réel et lourd. *« On part du principe que si le médecin les prescrit, c'est que les patients en ont besoin, que c'est nécessaire au traitement. Rappelons que sont en ALD des personnes traitées pour des cancers, du diabète… »*. Et ce n'est là qu'une des mesures de désengagement de l'Assurance Maladie : il faut aussi compter avec les augmentations des forfaits hospitalisation, des transports sanitaires, des franchises…

Une accélération nette des transferts vers les complémentaires santé

Toutes ces mesures vont peser 1,5 milliard d'euros aux complémentaires santé. Pour Mutuale, cela représente 1,5 million d'euros, auquel viendra s'ajouter la "taxe exceptionnelle" de 2,05 % sur les cotisations qui devrait finalement être reconduite. *« Nous avions fait le choix en 2026 de supporter la taxe exceptionnelle en la finançant sur nos fonds propres afin de ne pas impacter la cotisation des adhérents »* rappelle Éric Rafael.

Le renouvellement de la taxe, qui représente 1,2 million d'euros, met Mutuale dans l'impossibilité de la supporter à nouveau, faute de quoi la mutuelle réduirait sa solvabilité. Les complémentaires sont soumises à des règles leur imposant un niveau de fonds de réserve.

Les mutuelles n'ont d'autres choix que de répercuter ces mesures. *« Tout nous est imposé, à la fois l'augmentation des prises en charge nous incombant et la réglementation en matière de solvabilité. »* Le tout dans un contexte d'augmentation des dépenses de santé liées au vieillissement de la population et aux dépassements d'honoraire.

Les mutuelles à but non lucratif mises à contribution comme les assureurs

« Nous sommes une mutuelle à but non lucratif : nous gérons au plus juste ; nous ne recherchons pas de profit car nous ne versons pas de dividendes à des actionnaires » rappellent Julien Nolière et Éric Rafaël. Aussi les transferts et taxes, quand cela touche indistinctement des organismes marchands qui rémunèrent des actionnaires et des organismes à but non lucratif, semblent injustes pour ces derniers. *« Sur les 17 dernières années, Mutuale a réalisé en moyenne un résultat de 60 000 euros par an, soit 0,1 % de son CA. Le peu d'excédent, nous le réinvestissons : c'est utilisé au service des adhérents. »*

Et c'est insuffisant pour absorber les derniers reports décidés par le gouvernement.



QUELS SOINS SONT CONCERNÉS ?

- **Soins dentaires :** le reste à la charge du patient après le remboursement de l'Assurance Maladie est passé de 40 % à 50 et 60 % de la base de remboursement de la Sécurité sociale.
- **Dispositifs médicaux :** le reste à charge est passé de 40 % à 50 et 60 % de la base de la Sécurité sociale.
- **Médicaments :** le reste à charge est de 85 et 95 % pour les médicaments à service médical rendu modéré (contre 70 % jusqu'alors) et entre 93 et 97 % pour les spécialités homéopathiques ou les médicaments à service médical rendu faible (contre 85 %).
- **Transports sanitaires :** le reste à charge est passé de 40 % à 50 et 60 % de la base de la Sécurité sociale.
- **Franchise médicale :** elle passe de 100 à 140 euros.
- **Forfaits hospitaliers :** Le forfait journalier en cas de séjour en psychiatrie : 17 € (contre 13,50 € auparavant) / Le forfait patient urgences de base (FPU) : 23 € (contre 19,61 € auparavant) / Le supplément "complément forfait patient urgences" : 13,04 € (contre 11,12 € auparavant).
- **Culottes et coupes menstruelles :** reste à charge : 35 et 45 % pour les femmes remplissant la condition d'âge (moins de 26 ans).

PLFSS 2027

Le PLFSS 2027, déposé à l'Assemblée nationale le 1er octobre 2026, sera sans doute modifié au cours des débats parlementaires, mais il donne le ton. L'article 12 confirme la prolongation en 2027 de la contribution exceptionnelle de 2,05 % à la charge des organismes complémentaires.

La progression des dépenses de santé (l'ONDAM) est fixée à +2 %, soit un niveau inférieur à leur évolution, estimée à +3,4 %. Le texte du PLFSS prévoit plusieurs hausses de tickets modérateurs décidées réglementairement en 2026 (voir notre encadré ci-contre) ou encore une stabilisation du barème des prestations familiales au 1er avril 2027, au lieu de leur revalorisation habituelle.

LES CAM

On a envie d'être utile !

Les CAM, c'est-à-dire les comités d'actions mutualistes, jouent un rôle central dans le fonctionnement de Mutuale et chaque adhérent peut les rejoindre ! Explications avec Pierre Zilber, qui a été président de Mutuale et reste investi dans la vie, notamment locale, de la mutuelle.



« *Une mutuelle comme Mutuale répond à quatre grands principes : la non-lucrativité, la solidarité, l'absence d'exclusion et l'autogestion par la décision des adhérents à travers certaines instances, dont l'assemblée générale. Les CAM s'inscrivent dans ce cadre de la démocratie mutualiste, resitue Pierre Zilber, membre du CAM Auvergne. Je compare la mutuelle à un grand chêne, dont les racines sont les sections et la sève, les CAM.* » Car, à travers ces derniers, ce sont les adhérents qui agissent, proposent des actions de proximité en lien avec les valeurs de Mutuale, les organisent et nouent des liens avec le tissu associatif « *C'est là que les adhérents sont acteurs de leur mutuelle, et pas seulement des bénéficiaires* », résume Pierre Zilber. C'est aussi là que se joue un enjeu majeur qu'est celui de la continuité de la gouvernance. Les nouveaux venus permettent d'assurer cette continuité. « *Lors des assemblées de section, on demande qui veut venir nous aider, mais chaque adhérent ou conjoint d'adhérent peut postuler* » (voir adresse électronique de mise en contact ci-dessous).

Créer une dynamique locale

Pierre Zilber précise que c'est un engagement qui ne prend pas beaucoup de temps, chacun venant en fonction de ses possibilités. Concrètement, les CAM se réunissent 4 ou 5 fois dans l'année, à raison d'une demi-journée, avec remboursement des frais de déplacement et un repas pris ensemble. « *Les membres ne sont pas obligés de participer à toutes les actions. Ils peuvent être force de proposition. Ils font remonter des besoins vers le Conseil d'Administration* ». Chaque CAM dispose d'un budget pour mettre en place des actions mutualistes sur le terrain, par exemple, dans la région de Pierre, des séances de prévention ont été organisées dans les écoles sur l'alimentation ou la diététique lors du petit-déjeuner, dans les collèges sur le temps passé sur les écrans. Cela peut être aussi des actions d'éducation populaire, avec la projection de films, des débats, des partenariats avec les associations locales ou nationales (Ligue contre le cancer, Secours populaire, Établissement du sang pour préparer des collectes). Les CAM organisent ou participent à des événements sportifs qui ont vocation à aider la recherche ou la prévention. Ils sont très actifs lors d'Octobre rose notamment. « *Cela permet de créer des liens et d'être acteur de ce qui se passe dans sa région.* » Sans compter la satisfaction d'œuvrer pour le bien commun. « *Il y a des actions dont on se dit : "Ça a servi, ça a fait avancer les choses." Chaque année, on offre un spectacle de magie au service de pédopsychiatrie de Vichy où plusieurs centaines d'enfants sont suivis. Ils viennent avec leurs parents. On voit leurs yeux briller. On leur a donné quelques instants de bonheur. Ça n'a pas de prix.* »

Si, vous aussi, vous avez envie d'agir, rejoignez le CAM de votre région, écrivez à **contact-cam@mutuale.fr**

MFOS

Des équipements de pointe dans nos centres de santé dentaire

La qualité de service proposée aux patients passe aussi par les équipements de pointe dont sont dotés nos centres de santé dentaire : radio panoramique 3D, scanners numériques, moteurs d'implant…

« *Avoir des équipements de pointe répond à ce que l'on appelle le parcours patient,* explique Jésaël Rodriguez, directrice de la MFOS (Mutuelle Familiale des Œuvres Sociales : *quand un patient vient consulter, nous essayons qu'il soit traité de A à Z, sans avoir à chercher ailleurs.* »

Des équipements pour traiter le patient de A à Z

Par exemple, si le patient a besoin d'une radio panoramique, celle-ci peut être réalisée directement dans le centre, ce qui permet de présenter le plan de traitement dans la foulée. Cela évite une perte de temps à la fois pour le patient et pour les équipes. Les centres de santé sont équipés en moteurs d'implant, en radio panoramique 3D qui détermine si le patient a besoin d'une greffe d'os, tout le matériel pour l'implantologie, des caméras intra-orales qui remplacent l'alginate et permettent d'obtenir des empreintes numériques ultra-précises, tout en étant bien plus agréables pour le patient. Les centres dentaires disposent donc de plateaux techniques de pointe, où sont scrupuleusement respectés la règlementation et les protocoles d'hygiène : les thermolaveurs libèrent en outre du temps pour les assistantes auprès du praticien et du patient. « *Nous ambitionnons de nous doter à la fin de l'année d'un laser pour réaliser des actes de chirurgie plus précis.* »

Un laser, réel atout pour des soins de qualité

Le laser dentaire est aujourd'hui incontournable dans l'univers médical. Il présente de réels avantages par rapport aux techniques traditionnelles, sans toutefois les remplacer complètement. Il permet d'améliorer et d'optimiser la majorité des soins dentaires existants, depuis le traitement d'une carie jusqu'à l'acte chirurgical le plus complexe.

Les avantages d'un laser :

- L'utilisation du laser permet de réduire l'inconfort rencontré dans les traitements classiques (bistouris, fraises dentaires, et bruits liés aux instruments).
- Le rayon du laser pénètre de façon contrôlée dans les tissus, et son effet antibactérien garantit une asepsie complète.
- Le laser favorise la cicatrisation en cautérisant la plaie et en arrêtant instantanément le saignement, facilitant ainsi la formation d'un caillot sanguin (plus besoin de points de suture ni de pansements après extraction).
- Le laser diminue de manière significative les douleurs postopératoires et la formation d'œdèmes.

Et des professionnels à la pointe aussi !

Ces équipements de pointe vont bien sûr de pair avec le recrutement de professionnels de santé. « *S'il y a un besoin en orthodontie, nous avons un orthodontiste. Nous avons aussi un spécialiste en chirurgie s'il faut faire des extractions – et ainsi le traitement orthodontique n'est pas retardé – ou encore s'il faut procéder à des remontées de sinus, des greffes d'os. Nous voulons accompagner le patient de façon qu'il n'ait pas à chercher un spécialiste.* » Une prise en charge complète et bienvenue quand on sait les délais d'attente…



Ici, le praticien utilise la caméra 3D intra orale pour la prise d'empreinte d'une patiente.



Le nouveau site pensé pour vous !

Le nouveau site a été conçu pour offrir une expérience plus simple et plus fluide, pour faciliter l'accès à nos offres et à nos services, et mieux répondre aux attentes des adhérents. Qu'est-ce qui a changé ? On vous dit tout.

Conçu pour pouvoir naviguer facilement que ce soit sur ordinateur, tablette ou smartphone, notre nouveau site doit faciliter vos démarches et vous permettre de trouver ce que vous cherchez en un coup d'œil. Sur la page d'accueil, vous trouverez ainsi nos différentes solutions de protection et leurs points forts, les informations essentielles sur nos offres et services, les services et avantages liés à votre contrat, votre espace adhérent.

Le nouveau site permet également de mieux découvrir Mutuale, son histoire, ses engagements, son modèle mutualiste : nous sommes une mutuelle à mission qui place la proximité, l'expertise et la solidarité au cœur de son action.
Vous trouverez donc les actualités de la mutuelle et ses initiatives. Et parce qu'une bonne protection commence par une écoute attentive de vos besoins, le site nous permet de rester en contact et de vous accompagner : vous pouvez prendre rendez-vous en ligne avec un conseiller, soit en agence, soit par téléphone.
Après plusieurs mois de travail, Mutuale est fière de ce nouvel outil, qui a été réalisé avec Inersio, entreprise française certifiée Numérique France Garanti, et avec notre équipe projet en interne : il a entièrement été repensé pour vous !
À vous de le découvrir.

Mutuale, première mutuelle communale en Guadeloupe

Mutuale a lancé avec la commune de Capesterre-Belle-Eau "Mut'Village". La convention a été signée le 19 mai 2026, faisant de Mutuale la première mutuelle nationale à s'implanter en Guadeloupe.



Le dispositif propose aux habitants une complémentaire santé à tarifs maîtrisés, sans limite d'âge, avec des permanences de proximité. Une démarche qui illustre une tendance croissante : les communes cherchent à faciliter l'accès à une complémentaire santé alors que le coût des cotisations pèse de plus en plus lourd dans les budgets des ménages. Le maire Jean-Philippe Courtois a expliqué publiquement avoir choisi "Mut'Village" afin de diminuer le reste à charge et rendre accessible aux personnes qui ne bénéficient ni de la Complémentaire santé solidaire ni d'une prise en charge à 100 %, une offre *« calibrée pour les foyers modestes »* et adaptée aux besoins des familles.

Le maire a souligné également que Capesterre-Belle-Eau, comme la Guadeloupe, connaît un vieillissement démographique, qui entraîne des besoins de santé croissants. Aussi la mairie était-elle attachée à ce que l'offre proposée ne fixe pas de limite d'âge, contrairement à certaines complémentaires individuelles qui peuvent appliquer des restrictions ou des tarifs fortement croissants avec l'âge. Pour Jean-Philippe Courtois, *« se soigner ne doit pas être un luxe »*. La ville s'est associée à Mutuale en raison notamment de ses valeurs humaines, de son approche solidaire, de sa proximité et de son expérience auprès des collectivités. Mutuale a précisément développé "Mut'Village" pour répondre aux difficultés d'accès à une complémentaire santé, avec une logique de mutualisation et de proximité. Grâce à la fusion avec La Solidarité Mutualiste, effective au 1er janvier 2025, la mutuelle a pu intégrer notamment une implantation sur la Guadeloupe. Cinq autres communes guadeloupéennes sont à un stade avancé de réflexion pour mettre en place des dispositifs similaires avec Mutuale.

Commission de secours : une aide pour les adhérents en difficulté

Qu'est-ce que le fonds social au sein de la mutuelle ? Quelles sont ses missions ? Sur quels critères les aides sont-elles allouées ? Explications avec Danielle Brohan, membre de la commission de secours de la section Bretagne, et Justine Broussot, assistante commerciale et de direction, en charge de la gestion des dossiers de secours.

« C'est l'esprit mutualiste ! », résume Danielle Brohan, membre de la commission de secours de la section Bretagne : la commission de secours, dans chaque région, examine les dossiers d'adhérents qui ont des difficultés pour assumer le reste à charge de soins de santé.

Une aide peu connue des adhérents

« Chaque ayant droit peut bénéficier d'une aide de 1 000 euros maximum, mais nos adhérents ne connaissent généralement pas l'existence de ce fonds d'aide » explique Justine Broussot, qui constitue les dossiers de secours une fois que l'adhérent en a fait la demande à son conseiller. L'aide peut être accordée à l'adhérent ainsi qu'à ses ayants-droits. Le dossier indique la situation familiale de l'assuré, la situation professionnelle, le bénéficiaire de l'aide, les revenus et les charges du foyer. Et bien sûr la nature des soins. *« Il s'agit souvent de soins dentaires, d'appareils auditifs, d'aménagement en lien avec un handicap, dont le financement peut déstabiliser le budget du foyer »* indique Danielle. Les membres du comité examinent des dossiers anonymisés. « On a le montant de la dépense, le remboursement de la Sécu, le remboursement de la mutuelle et le reste à charge. Il est rare que l'on refuse l'aide : les adhérents n'abusent pas. » En 2025, la commission de secours a traité 39 dossiers.

Éviter le renoncement aux soins

« Les soins sont de plus en plus chers et les gens renoncent à certains soins » note Justine. La commission de secours a pour vocation d'éviter les reports ou renoncements de soin pour des raisons financières. Si vous avez une dépense de santé dont le reste à charge est encore élevé pour votre foyer, vous pouvez faire une demande auprès de votre conseiller mutualiste. Vous serez aidé dans la constitution de votre dossier : il faut par exemple avoir fait au préalable une demande d'aide auprès de la Sécurité sociale. N'hésitez pas à joindre une lettre d'appui à votre dossier pour expliquer le contexte.

LES AUTRES ORGANISMES QUI ASSURENT UN SECOURS

Les CPAM peuvent accorder, sous conditions, une aide financière individuelle ponctuelle lorsque les ressources d'une personne ne lui permettent pas de faire face à certaines dépenses de santé.
Il existe aussi les aides liées au handicap (MDPH). Il existe aussi des dispositifs au niveau des régions : le Finistère et le Morbihan, par exemple, disposent d'un fonds unique d'aide permettant d'aider des personnes confrontées à une difficulté financière exceptionnelle. L'aide peut notamment intervenir lorsque les ressources ne permettent plus de faire face aux dépenses essentielles. En Ille-et-Vilaine, le Fonds départemental de compensation du handicap peut intervenir après la PCH, l'Assurance Maladie et la mutuelle pour certains équipements ou aménagements.

La Qualité de Vie et des Conditions de Travail

Pour Marie comme pour Mickaël, la Qualité de Vie et des Conditions de Travail (QVCT) est essentielle et ils ne conçoivent pas une mutuelle comme Mutuale qui ne serait pas exemplaire en la matière.



La qualité de vie au travail, ça me passionne

MARIE BOULANGER

Technicienne production et membre du comité QVCT

« Lors de la réunion sur la future stratégie de Mutuale, en janvier dernier, on nous a présenté le comité QVCT et invité à le rejoindre sur la base du volontariat. La qualité de vie au travail, ça me passionne en règle générale, et dans toutes les entreprises. Avec ma collègue Alison, nous avons toutes deux rejoint le comité, qui est constitué de six personnes. On a d'abord pris connaissance de ce qui avait d'ores et déjà été fait, comme le choix de mobilier et d'accessoires de bureau plus ergonomiques, le changement des fontaines à eau et filtres, et les projets en cours, notamment l'adhésion à l'appli Kiplin grâce à laquelle on peut organiser des challenges : cela s'adresse à tout le monde, sportifs ou non, et cela nous permet de faire équipe avec des salariés qui sont en Bretagne ou en Guadeloupe. C'est un très bon moyen de se bouger et de renforcer la cohésion d'équipe.

On s'est aussi doté de pédaliers de bureau, pour le Siège et dans les agences. D'ailleurs, si on ne peut pas appliquer l'initiative partout, on modifie le projet ou on en change : l'idée c'est d'apporter à tous les salariés les mêmes conditions de travail. En plus, on peut cumuler la marche et le pédalier pour nos challenges sur l'appli. Pour le matériel de salle de repos, nous avons fait beaucoup de recherches pour trouver le modèle et un fournisseur français. Nous souhaitons par ailleurs mener des actions d'information/prévention auprès des salariés, en faisant intervenir des nutritionnistes, des kinés de la médecine du travail pour prendre des conseils en matière de postures et d'ergonomie. La qualité de vie et les conditions de travail, ça ne se résume pas à changer la souris de l'ordinateur. Cela commence dès le recrutement, en privilégiant le savoir-être, l'esprit d'équipe, la positivité, jusqu'aux actions de prévention et de sensibilisation pour que les gens prennent soin d'eux. Je suis convaincue que si on se sent bien, on travaille mieux et que si on a du plaisir à travailler, cela a des répercussions bénéfiques aussi sur la vie privée. Tout ce qui concourt au mieux vivre, tout ce qui concerne la santé m'intéresse. J'aimerais par exemple sensibiliser aux troubles musculo-squelettique ou encore aux questions de santé mentale, et apporter ma pierre à l'édifice ! »



Canapé, fauteuils cosy, lampadaire design : la salle pour les salariés du Siège a été complètement rénovée.



Il faut régulièrement remettre le sujet sur la table

MICKAËL DROUAULT

Administrateur et trésorier de Mutuale

« Je suis entré dans la mutualité en 2008 car en tant que militant, en tant qu'élu syndical, la protection sociale de mes collègues a toujours été une préoccupation. Quand on a mis en place la mutuelle dans l'entreprise où je travaillais, on a permis de couvrir aussi les salariés non-cadres, ce qui n'était pas le cas auparavant.

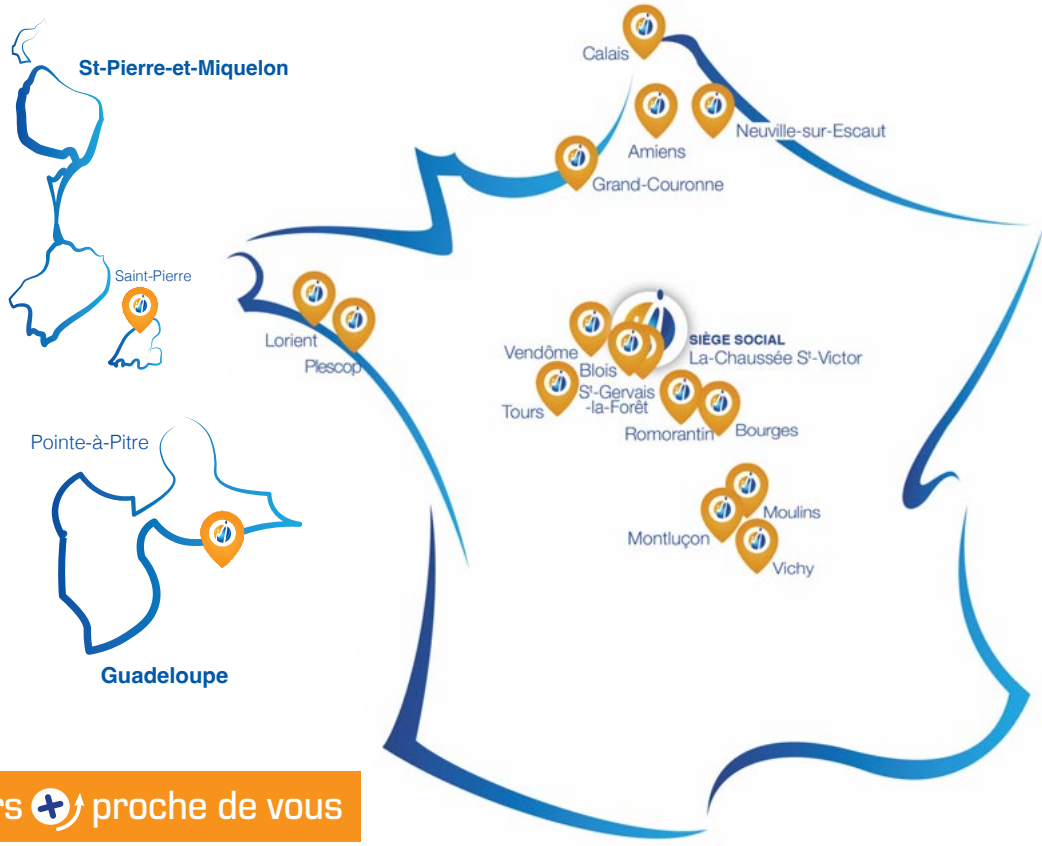
Pour moi, cela participe de la qualité de vie au travail de se savoir bien couvert. Le monde du travail a beaucoup changé mais la qualité de vie et les conditions de vie au travail restent un point de vigilance de tous les jours, parce que tous les jours on nous en demande davantage : on doit régulièrement remettre le sujet sur la table pour préserver la santé de nos collègues. Les journées de prévention sur le tabac, les postures au travail, l'alcool que l'on aborde avec Mutuale dans mon entreprise ou encore les initiatives comme la présence d'un chiropracteur avec qui les salariés peuvent prendre rendez-vous : tout cela amène de la qualité de vie au travail. Sur le sujet de la QVCT et de la RSE (Responsabilité Sociétale des Entreprises), Mutuale a une longueur d'avance et réussit, avec sa démarche participative, à rendre les salariés acteurs du projet. C'est assez rare pour être souligné. »

Nos bureaux d'accueil pour nous rencontrer

Les 18 bureaux d'accueil et de proximité de Mutuale se répartissent sur les territoires des six régions où votre mutuelle est là pour vous accueillir, vous conseiller et vous aider. Un réseau de soins, constitué de trois centres dentaires, est géré par la Mutuelle Familiale des Œuvres Sociales.

Mutuale
la solidarité mutualiste

Mutuelle Familiale des Oeuvres Sociales
La santé solidaire



Un réseau national toujours + proche de vous

BUREAUX D'ACCUEIL ET DE PROXIMITÉ

AUVERGNE

Montluçon : 73, avenue de la République - 03100 Montluçon
Moulins : 8, passage d'Allier - 03000 Moulins
Vichy : 30, boulevard Gambetta - 03200 Vichy

BRETAGNE

Lorient : 72, rue Lazare Carnot - 56100 Lorient
Plescop : 1, rue Marguerite Perey - 56890 Plescop

CENTRE - VAL DE LOIRE

Blois Verdun : 26, avenue de Verdun - 41000 Blois
Bourges : 11, avenue du 11 Novembre 1918 - 18000 Bourges
Chaussée Saint-Victor : 6, rue Galilée 41260 - La Chaussée Saint-Victor
Romorantin : 4, rue de la Tour - 41200 Romorantin-Lanthenay
Saint-Gervais-la-Forêt : 129, route Nationale
41350 Saint-Gervais-la-Forêt
Tours : 13-15, rue Marceau - 37000 Tours
Vendôme : 43, rue du Change - 41110 Vendôme

NORMANDIE

Grand-Couronne :
8, chemin de l'Antenne Les Essarts - 76530 Grand-Couronne

NORD-PAS-DE-CALAIS

Calais : 34, place d'Armes - 62100 Calais
Neuville-sur-Escaut : 2, rue du Pont - 59293 Neuville-sur-Escaut

PICARDIE

Amiens : 16, rue Jean Catelas - 80000 Amiens

ÎLE-DE-FRANCE

Paris : 32, rue de Cambrai - 75019 Paris

GUADELOUPE

Pointe-à-Pitre : 50, rue Schoelcher - 97111 Pointe-à-Pitre 05 90 21 25 77

SAINT-PIERRE-ET-MIQUELON

Saint-Pierre-et-Miquelon :
Galerie Albert Briand - B.P. 745 - 97500 Saint-Pierre-et-Miquelon 05 08 41 28 45

SIÈGE

La Chaussée Saint-Victor :
6, rue Galilée - 41260 La Chaussée Saint-Victor 02 54 56 41 41

RÉSEAU DE SOINS - MUTUELLE FAMILIALE DES ŒUVRES SOCIALES (MFOS)

CENTRES DENTAIRES

La Chaussée-Saint-Victor :
8, rue Galilée - 41260 La Chaussée-Saint-Victor 02 54 78 04 46
Romorantin :
2 bis, rue de la Résistance - 41200 Romorantin-Lanthenay 02 54 76 90 77
Vendôme :
22, rue Marcel Proust - 41110 Vendôme 02 54 89 01 01

POUR NOUS JOINDRE, NUMÉRO UNIQUE MUTUALE : **02 54 56 41 41**
RETROUVEZ-NOUS AUSSI SUR NOTRE **APPLICATION MOBILE MUTUALE**, DISPONIBLE SUR LES STORES APPLE ET ANDROID

CANICULE 2026

Ce que la chaleur a révèlé de nos manques

Jeunes salariés, femmes, santé mentale : le nouveau Plan santé au travail 2026-2030 entend mieux prendre en compte les transformations du travail et les publics les plus exposés. Présenté le 5 juin 2026, il mise davantage sur la prévention des risques avant qu'ils ne produisent leurs effets. Un changement de perspective qui pose une question essentielle : comment faire du travail un facteur de santé plutôt qu'une source de dégradation de la santé ?

Selon Météo-France, l'été 2026 est devenu le plus chaud jamais enregistré en France depuis 1900, avec une température moyenne de 24 °C, soit 3,6 °C au-dessus de la normale. Trois vagues de chaleur se sont succédées, pour un total de 53 jours, un record. Au total, 90 % du territoire a connu au moins une journée à 35 °C ou plus et 45 % au moins une journée à 40 °C ou plus.

Un bilan sanitaire particulièrement lourd

Entre le 17 juin et le 2 juillet, Santé publique France estime 5 764 décès toutes causes en excès, soit 36,2 % de plus par rapport au nombre attendu pendant les périodes concernées. Les personnes de 75 ans et plus représentent à elles seules 3 719 décès en excès, soit les deux tiers du total. La mortalité a augmenté dans les différents lieux de décès, notamment à domicile, à l'hôpital et en EHPAD.
L'épisode du 27 juillet au 20 août a encore provoqué au moins 817 décès en excès dans les 79 départements concernés, selon l'estimation publiée le 16 septembre. Sachant que ces chiffres ne constituent pas encore le bilan définitif…

EHPAD, écoles : des bâtiments mal adaptés

Depuis la canicule de 2003, les EHPAD ont considérablement renforcé leur organisation : plans bleus, surveillance des résidents, hydratation, pièces rafraîchies, protocoles d'urgence. Mais cet été a rappelé que les bâtiments, quasiment tous construits avant les années 1990, sont souvent mal adaptés.
Selon une enquête réalisée par la FNADEPA en 2023, 91 % des chambres individuelles d'EHPAD ne sont pas climatisées. Pendant la canicule de juin 2026, la fédération a rapporté des températures pouvant atteindre 35 °C dans certaines chambres le jour et 30 °C la nuit. Une seule pièce rafraîchie ne peut évidemment pas résoudre toutes les difficultés, notamment pour des résidents très âgés, à mobilité réduite ou souffrant de troubles cognitifs.
La question est donc celle de la rénovation thermique : isolation, protections solaires extérieures, végétalisation, ventilation, rafraîchissement passif, systèmes réversibles, climatisation. Or les financements disponibles sont une question récurrente. Notons qu'il n'existe pas d'obligation réglementaire imposant ces adaptations thermiques. Même constat pour les établissements scolaires, dont une grande partie du parc a été conçue pour répondre au climat du XXe siècle. Là non plus, pas d'isolation, pas de ventilation, pas de protection solaire.



Depuis fin septembre, la colère des lycéens retentit dans le pays. Une de leurs revendications, la chaleur insoutenable des salles de classe mal isolées, pouvant monter jusqu'à plus de 36°C…

Du personnel et des adaptations du travail à prévoir

La canicule a aussi montré des lacunes en personnel, avec des effets boule de neige : avec la fermeture des écoles, des professionnels travaillant auprès des personnes âgées ou à l'hôpital ont dû rester chez eux pour garder leurs enfants. Il faudrait pouvoir dans ces cas-là mettre en place un service minimum d'accueil dans les écoles pour ces professionnels.
La chaleur est donc à la fois un problème sanitaire et une question d'organisation collective. Les hôpitaux, qui souffrent déjà d'un manque de personnel, ont été surchargés par l'afflux de patients. Les soignants qui eux aussi ont dû travailler avec ces températures extrêmes…
La canicule a également mis en lumière une question longtemps considérée comme saisonnière : peut-on continuer à travailler normalement lorsque les températures deviennent extrêmes ? Les travailleurs du bâtiment, de l'agriculture, de la logistique, du nettoyage, des transports ou de la livraison sont particulièrement exposés quand leur activité se déroule à l'extérieur ou dans des locaux très chauds. L'Insee observe d'ailleurs que la part des entreprises du bâtiment et des travaux publics signalant des conditions climatiques défavorables à leur activité a augmenté pendant l'été 2026.
Mais adapter les horaires ne suffit pas toujours, il faut aussi penser l'organisation du travail, les pauses, l'hydratation, l'aménagement des postes, la ventilation et, lorsque nécessaire, la suspension des activités les plus exposées.



Chez les personnes âgées, la sensation de soif diminue, les mécanismes de refroidissement de l'organisme (transpiration, dilatation des vaisseaux sanguins) fonctionnent moins efficacement, ce qui rend la chaleur particulièrement dangereuse.

Pas tous égaux face aux canicules

Enfin la canicule a montré que tous les Français n'étaient pas égaux face à la chaleur : 37 % des ménages modestes déclarent souffrir de la chaleur dans leur logement en été, contre 20 % des ménages les plus aisés.
Un ménage disposant de ressources suffisantes peut davantage investir dans l'isolation, les protections solaires, la climatisation. Il y a ceux qui ont un jardin. Ceux qui peuvent partir en vacances.
A contrario, les personnes qui vivent dans des logements mal isolés, sous les toits, dans des quartiers très minéralisés subissent beaucoup plus fortement les températures.
La leçon à tirer de l'été 2026 est sans doute là : on ne peut se contenter de dire aux individus de se protéger ; il faut donner à la société les moyens de protéger tous les individus, en particulier les plus fragiles, les plus exposés et les plus desavantagés.

Et si demain, nous devions payer seuls ce que nous finançons aujourd'hui ensemble ?

La mobilisation du 19 novembre vise à défendre la protection sociale, c'est-à-dire ce qui permet à chacun de faire face à la maladie, au chômage, à la vieillesse, au handicap ou aux difficultés familiales sans être seul face au risque. Un fort recul de la protection sociale serait dommageable pour la grande majorité des Français…

Que perdrait-on si les piliers de la protection sociale s'affaiblissaient fortement ? Des dépenses de santé largement supportées par les ménages, une offre de soins moins accessible dans certains territoires et une dégradation dans les domaines les moins rentables (urgences, psychiatrie, maternités, soins aux personnes précaires, permanence des soins). Côté retraite, une dépendance plus importante à l'épargne individuelle et aux ressources personnelles pour financer la vieillesse. Côté chômage, une protection moindre et plus courte en cas de perte d'emploi. Côté handicap, une aggravation des inégalités selon les ressources et le patrimoine personnel. Alors que la protection sociale repose sur le principe selon lequel chacun contribue selon ses moyens et reçoit selon ses besoins, on assisterait à un recul de plus de 80 ans et à une généralisation de la logique de privatisation de la santé, déjà à l'œuvre. Le risque est de rendre dépendant des revenus, du patrimoine, l'accès à des biens essentiels : se soigner, vieillir dignement, élever ses enfants, faire face à la perte d'emploi ou vivre avec un handicap. En 2024, chaque Français a bénéficié en moyenne de 13 650 € de prestations de protection sociale, toutes catégories confondues. Des sommes que de nombreux foyers ne seraient pas en mesure d'assumer. La protection sociale n'est pas une dépense dont on pourrait se passer : c'est une protection contre les risques auquels personne n'échappe et dont les conséquences sont dramatiques pour les moins bien lotis. Mobilisons-nous !

SANTÉ AU TRAVAIL

Les nouvelles priorités du Plan 2026-2030

Jeunes salariés, femmes, santé mentale : le nouveau Plan santé au travail 2026-2030 entend mieux prendre en compte les transformations du travail et les publics les plus exposés. Présenté le 5 juin 2026, il mise davantage sur la prévention des risques avant qu'ils ne produisent leurs effets. Un changement de perspective qui pose une question essentielle : comment faire du travail un facteur de santé plutôt qu'une source de dégradation de la santé ?

Depuis 2004, le Plan santé au travail constitue la feuille de route de l'État, des organisations syndicales et des organismes de prévention en matière de santé et de sécurité au travail. Le PST 2026-2030 entend renforcer cette logique de prévention primaire : agir sur l'organisation du travail, les risques professionnels et les conditions d'exercice avant que l'accident, la maladie ou l'épuisement ne survienne. Le plan entend également renforcer les démarches de qualité de vie et des conditions de travail (QVCT) et le dialogue social.



Depuis 2001, les accidents du travail augmentent continuellement chez les femmes (+26%), alors qu'ils ont largement diminué pour les hommes sur la même période (-40%).

Ne plus attendre que le travail rende malade

Ce nouveau plan a le mérite de prendre en compte que l'amélioration de la santé au travail ne consiste pas simplement à proposer aux salariés de mieux gérer leur stress, mais qu'elle passe par des changements structurels autour de la charge de travail, des horaires, de l'autonomie, des moyens disponibles, des relations professionnelles et de l'organisation du travail.

Les jeunes et les femmes, des travailleurs à mieux protéger

Le premier public explicitement ciblé est celui des jeunes travailleurs et des intérimaires, notamment parce qu'ils sont particulièrement exposés aux accidents du travail graves et mortels. Le PST 2026-2030 prévoit de renforcer leur accueil dans les entreprises ainsi que la formation initiale et continue à la santé et à la sécurité au travail. Le plan prévoit une meilleure prise en compte des différences entre femmes et hommes dans l'évaluation des risques professionnels, l'adaptation des équipements de protection individuelle et la lutte contre les violences sexistes et sexuelles au travail. La prévention a longtemps été pensée à partir d'un salarié masculin. Or les équipements de protection, l'ergonomie des postes ou l'organisation du travail doivent être adaptés à la diversité des travailleurs. Les femmes sont très présentes dans certains secteurs particulièrement exposés aux contraintes physiques ou psychosociales, comme le soin, l'aide à la personne, le nettoyage ou le secteur social.

Santé mentale : du discours à la prévention

Le PST 2026-2030 fait de la promotion de la santé mentale et de la prévention des risques psychosociaux (RPS) une priorité. Il prévoit notamment de renforcer les formations de secourisme en santé mentale en milieu professionnel et de déployer une charte d'engagement lancée en 2025. Mais prévenir les risques psychosociaux, c'est aussi agir sur leurs causes organisationnelles. Il en va de même sans doute pour l'autre priorité de ce plan : l'absentéisme, car il est souvent un indicateur de santé au travail et de dysfonctionnement dans l'entreprise. Le PST entend précisément inscrire la prévention de l'absentéisme dans une logique de prévention et d'accompagnement plutôt que dans une seule logique de contrôle.

Le travail face à de nouveaux défis

Autre évolution importante : le travail doit désormais être pensé dans un environnement climatique déréglé, avec les risques qui y sont associés. Les épisodes de fortes chaleurs exposent les travailleurs dans les domaines du bâtiment et des travaux publics, de l'agriculture, de l'industrie, des transports. La question climatique devient donc aussi une question de conditions de travail. Les risques professionnels changent. Le PST identifie également les transformations numériques et les conduites addictives parmi les enjeux émergents auxquels les acteurs de la santé au travail doivent mieux répondre. Ces grandes orientations devront être déclinées localement à travers les Plans régionaux au travail (PRST) afin de tenir compte des réalités économiques et professionnelles des territoires. Reste que la santé au travail se joue avant tout dans les entreprises, les ateliers, les bureaux, les chantiers, les hôpitaux, les commerces et les établissements médico-sociaux. La véritable réussite du plan se mesurera donc à une chose : non pas au nombre d'actions de prévention organisées, mais au nombre de salariés qui auront réellement moins de risques de tomber malades à cause de leur travail.

INFIRMIERS

Recruter davantage, mais surtout réussir à les garder

D'ici 2050, la France vise un contingent de 820 000 infirmières en emploi. Mais ce chiffre ne doit pas masquer l'essentiel : avec le vieillissement de la population, les besoins de soins progresseront encore plus vite. La véritable équation n'est donc pas seulement de former davantage. Il faut aussi attirer, fidéliser et donner envie de rester à celles et ceux dont la profession est centrale dans notre système de santé.

Au chevet des patients, dans les services hospitaliers, les Ehpad, les centres de santé, les établissements médico-sociaux ou au domicile : les infirmiers constituent la profession de santé dont les effectifs sont les plus importants en France. En 2024, l'Insee en recensait 598 915. Et pourtant, la profession est en tension. Selon une étude publiée par la DREES en décembre 2024, le nombre d'infirmières en emploi a progressé entre 2013 et 2021 de 8 %, atteignant près de 600 000. D'ici 2050, la France vise 821 000 infirmiers, soit une progression de 37 %, que la DREES juge toutefois insuffisante compte tenu du vieillissement de la population qui accentue mécaniquement les besoins : davantage de maladies chroniques, de polypathologies et de dépendance, donc davantage de soins infirmiers. La DREES estime qu'il faudrait parvenir à 32 900 diplômées par an, contre environ 25 000 en moyenne ces dernières années, pour répondre aux besoins.

Un turn over important à l'hôpital

Deux leviers sont identifiés : augmenter durablement le nombre de places en formation de 14 %, ou réduire de moitié le taux de perte des étudiants en cours de formation. Outre l'abandon de la formation, il faut aussi compter avec les difficultés à retenir les infirmiers à l'hôpital. Après dix ans d'exercice, seuls 54 % exercent toujours à l'hôpital. 11 % sont passés à un autre type d'employeur. 14 % ont changé de métier. 10 % exercent comme infirmières libérales. 2 % en libéral en complément d'une activité salarié. Bref, une infirmière hospitalière sur deux n'est donc plus infirmière hospitalière dix ans après son entrée dans le métier. Les conditions de travail constituent un élément central. 64 % des professionnelles de santé déclarent effectuer des mouvements douloureux ou fatigants, contre 44 % de l'ensemble des salariés en France. Près de sept sur dix déclarent devoir rester longtemps debout. La charge mentale est également forte : 46 % déclarent travailler souvent ou toujours sous pression, contre 29 % de l'ensemble des salariés, et 65 % estiment penser souvent ou toujours à trop de choses à la fois, contre 49 % de l'ensemble des salariés. À cette pénibilité physique et mentale s'ajoute la dimension émotionnelle de leur profession. Or, passé le mouvement de reconnaissance pendant la pandémie de Covid-19, les soignants estiment ne pas recevoir l'estime que mériteraient leurs engagements et leurs efforts.



Près d'une infirmière hospitalière sur deux a quitté l'hôpital ou changé de métier après dix ans de carrière.

Une profession centrale dans la prise en charge

Un sentiment de déréliction qui perdure alors que les infirmiers ont vu leur rôle s'élargir avec la loi de 2025 relative à l'évolution du métier infirmier : soins techniques, surveillance clinique, éducation à la santé, prévention, coordination des parcours, accompagnement des maladies chroniques, soins à domicile, santé mentale. Mais élargir les responsabilités sans améliorer suffisamment les conditions d'exercice peut-il suffire ? En avril 2026, un nouvel accord conventionnel a prévu une revalorisation progressive des actes techniques infirmiers, avec une hausse globale annoncée proche de 10 %, afin notamment de renforcer l'attractivité de l'exercice libéral.

Le calendrier de vos événements avec Mutuale

Rapprochez-vous de votre section pour connaître les actions organisées dans votre région !

AUVERGNE
- **Octobre :** Ouverture du bureau d'accueil et de proximité de Moulins
- **Décembre :** Noël à l'unité pédopsychiatrique de Vichy- spectacle de magie

BRETAGNE
- **17 et 18 octobre :** Course "Les Marcels" à Plescop
- **27 octobre :** Salon "Savourez votre retraite" à Vannes
- **28 et 29 novembre :** Fête de l'Humanité Bretagne à Lanester

CENTRE-VAL DE LOIRE
- **23 octobre :** Soirée des 20 ans de Magie à L'hôpital à l'Olympia, à Paris

CHER
- **21 octobre :** Assemblée de section à Saint-Florent-sur-Cher à 18 h

INDRE-ET-LOIRE
- **4 octobre :** Repas des ainés de La Riche
- **2 décembre :** Congrès des maires d'Indre-et-Loire au Palais des Congrès de Tours

LOIR-ET-CHER
- **4 octobre :** Marche Rose à Vineuil
- **15 octobre :** Congrès des maires de Loir-et-Cher à la Halle aux Grains de Blois
- **Novembre :** Ouverture du bureau d'accueil et de proximité de La Chaussée Saint-Victor

NORMANDIE
- **27 et 28 novembre :** 4e édition du festival "Caméra au poing" à Rouen
- **3 décembre :** Empreinte Expo à Rouen – salon des solutions durables

PAS-DE-CALAIS
- **5 novembre :** Salon "Rencontres Entreprises et Territoires (EET)" à Calais

PICARDIE
- **20 novembre :** Ciné-débat *La Rage au cœur* à Amiens, avec l'UFAL 80 et la LSR 80
- **26 novembre :** Nuit de l'Orientation à Amiens

Made in France

COMMENT REDONNER DU SENS À LA CONSOMMATION

Quatre-vingt-quatre pour cent des Français considèrent que consommer français permet de soutenir l'économie locale et 65 % y voient un geste militant. Acheter français, ce n'est pas seulement une question de provenance. C'est aussi un choix économique, social, environnemental et, pour une part croissante des consommateurs, un acte citoyen. Surtout que les crises successives et les tensions géopolitiques ont rappelé la fragilité de certaines chaînes d'approvisionnement. Alors, que produit réellement notre acte d'achat ? Jusqu'où le *Made in France* peut-il contribuer à changer notre modèle de consommation ? Et même, à changer notre environnement social et environnemental ?

La part des biens produits en France dans notre consommation a considérablement réduit au gré de la désindustrialisation et de la mondialisation des échanges. Selon une étude publiée en 2025 par l'Insee et la Banque de France, la part de valeur ajoutée française dans la demande intérieure est passée de 89 % en 1965 à 78 % en 2019, soit une baisse de 11 points. Certains domaines sont mêmes sinistrés, comme le textile, dont 80 % des achats finaux sont désormais importés. En 1986, le Sénat déplorait déjà la suppression de 220 000 emplois dans le textile français entre 1974 et 1983.

Acheter français, c'est faire travailler le territoire

Réindustrialiser ou relocaliser une partie de ces productions, c'est certes œuvrer pour l'emploi sur le territoire mais les effets d'entraînement vont bien au-delà : l'étude Insee-Banque de France estime ainsi qu'un euro de valeur ajoutée supplémentaire dans l'industrie manufacturière française peut générer environ deux euros de valeur ajoutée au total, grâce aux effets sur les fournisseurs et sur les activités connexes. Ainsi la relocalisation d'une activité générant 1 milliard d'euros de valeur ajoutée pourrait créer environ 24 400 emplois, dont 10 500 directement et 13 900 indirectement. Cette simulation économique illustre le poids des effets d'entraînement des relocalisations. Le Conseil d'orientation pour l'emploi avait également estimé qu'une relocalisation de 10 % des biens actuellement importés et consommés par les ménages français pourrait représenter 11,2 milliards d'euros de production supplémentaire et environ 150 000 emplois, et ce quand bien même le produit portant la mention « Fabriqué en France » incorpore des matières premières ou des composants importés. Une production localisée remet l'usine au centre du village.

Des emplois, mais aussi des cotisations et des services publics

Produire localement mobilise des salariés, des sous-traitants, des transporteurs, des prestataires et des services. Cela génère donc de l'activité économique et des revenus qui participent, directement ou indirectement, au financement de notre protection sociale et des services publics. Quand j'achète un jeans français, je contribue à maintenir une dynamique productive dont la collectivité bénéficie à travers les impôts, les cotisations. Le secteur industriel français représente lui-même un poids considérable : l'administration économique recensait 3,2 millions de salariés directs dans l'industrie en 2021, pour une contribution d'environ 13 % au PIB.

EN CHIFFRES

- **78 % :** c'est la part de valeur ajoutée française dans la demande intérieure française en 2019, contre 89 % en 1965 (source : Insee).
- **3,48 milliards :** c'est le nombre d'articles textiles, linge de maison et chaussures mis sur le marché français en 2024, soit 886 000 tonnes (Ademe).
- **24 400 emplois :** c'est l'ordre de grandeur simulé par la Banque de France pour la relocalisation d'une activité industrielle représentant 1 milliard d'euros de valeur ajoutée (Banque de France).

Le textile : l'exemple emblématique de la surconsommation

Le vêtement est probablement l'un des meilleurs exemples de la contradiction entre notre envie de consommer autrement et nos habitudes d'achat. En France, 3,48 milliards d'articles d'habillement, de linge de maison et de chaussures ont été mis sur le marché en 2024, soit 886 000 tonnes de produits. Cela représente environ 53 articles par personne et par an si l'on rapporte les volumes à la population française. La frénésie de renouvellement de nos garde-robes est encouragée par la fast fashion avec ses collections renouvelées en permanence (jusqu'à 7 200 nouveaux modèles par jour), ses prix extrêmement bas, ses coûts d'envoi quasi nuls. Le problème n'est donc pas seulement le lieu de fabrication, principalement en Asie, mais c'est aussi la quantité produite et consommée. Acheter un vêtement français mais aussi inutile que ceux de Shein, peu durable et rapidement jeté, ne constitue pas une consommation plus responsable.

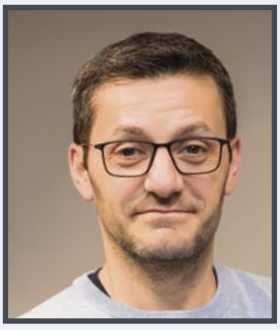
Des consommations lourdes pour l'environnement

Le textile cumule plusieurs impacts : extraction des matières premières, consommation d'eau et d'énergie, utilisation de produits chimiques, transport,



MUTUALE, UNE MUTUELLE MADE IN FRANCE

Depuis des années, Mutuale est vigilante à ses achats, à l'emploi en proximité et au minimum en France. C'est même devenu une stratégie globale qui fait sens au regard des convictions que défend la mutuelle : quand on défend l'emploi en France, on fait fonctionner notre système de protection sociale puisque cela génère des cotisations qui viennent financer la Sécurité sociale. Un cercle vertueux !





Éric Rafaël, Président de Mutuale
et **Julien Nolière** Directeur général de Mutuale

« Nous sommes une mutuelle issue de l'industrie, créée par des ouvriers qui travaillaient à l'usine », rappelle Julien Nolière pour expliquer pourquoi Mutuale est historiquement et naturellement, sensible à la question du *Made in France*. *« Nous, on part du principe qu'une société doit produire sur son territoire »,* renchérit Éric Rafaël. Or, en France, l'industrie est tombée sous les 10 % de PIB. *« Mutuale met 30 % de ses placements financiers dans l'économie réelle, c'est-à-dire non pas via des banques, mais en direct avec les entreprises, en prenant des parts, en participant à la stratégie. C'est ainsi, par exemple, qu'on a décidé, avec d'autres mutuelles, d'acheter le bâtiment pour Scop-Ti, ce qui a permis de maintenir la filière thé en France, avec une orientation plus écologique, plus bio que ce que faisait Lipton. »* Mutuale est favorable d'ailleurs à ces investissements mutualisés. *« Si l'ensemble des assureurs et des mutuelles plaçaient ne serait-ce que 10 % de leur fonds, explique Julien Nolière, cela apporterait 300 milliards : l'industrie serait sauvée, la protection sociale avec. La boucle serait bouclée. Notre stratégie globale est fondée sur cette idée d'un cercle vertueux : on défend un système de protection sociale et, dès lors, on défend le Made in France, qui contribue à la protection sociale. »*

Une façon efficace d'œuvrer pour le bien commun

Au sein de l'écosystème du MIF (*Made in France*), Mutuale est désormais bien identifiée, crédible dans sa vision sociale. *« Les chefs d'entreprise apprécient notre combat. On œuvre pour le bien commun. En tant qu'entreprise de l'ESS (*Économie Sociale et Solidaire)*, on ne peut pas se résoudre à être simplement assureur, à simplement rembourser des prestations, indique Julien Nolière. On veut avoir une utilité sociale, poursuit Éric Rafaël. La santé n'est pas un marché. Il faut tenir bon sur ce point. S'il n'y avait pas eu des utopistes pour croire dans la Sécurité sociale, elle n'aurait pas été créée. À force de marteler notre message, ça fait son chemin. Acheter un jeans français, ça revient à cocher d'autres cases, notamment sur l'environnement. Mais il ne s'agit pas seulement de consommer mieux. Il faut consommer moins. »* Pour Mutuale, le *Made in France*, c'est un état d'esprit !



EN CHIFFRES

- **85 % :** des Français achètent du *“Made in France”*.
- **89 % :** souhaitent en consommer davantage.
- **64 % :** des Français, depuis le Covid-19, estiment avoir augmenté leur consommation de produits faits en France.
- **47 % :** des entreprises favorisent des fournisseurs français.



Les équipes de Mutuale seront, comme les années précédentes, au rendez-vous de cette nouvelle édition du salon *Made In France* à Paris du 12 au 15 novembre 2026.

émissions de gaz à effet de serre et production de déchets. Selon l’Ademe (Agence de la transition écologique), le secteur représente à l’échelle mondiale environ 4 à 8 % des émissions de gaz à effet de serre. Il faut aussi compter avec les pesticides utilisés pour le coton, avec les matières fossiles nécessaires aux fibres synthétiques, aux teintures et aux apprêts, ainsi qu’avec les microplastiques libérés par certains textiles lors du lavage.

L’Union européenne considère par ailleurs le textile comme la quatrième source de pression sur l’environnement et le climat. Vient ensuite la question des déchets : en France, sur les 886 000 tonnes de textiles, linge de maison et chaussures mises sur le marché en 2024, seules 289 000 tonnes ont été collectées, et parmi les 197 000 tonnes triées par les opérateurs, 56,8 % ont été orientées vers le réemploi et 34,4 % vers le recyclage.

Produire en France, plus qualitatif, moins carboné

Alors certes, même produit en France, le textile reste polluant et envahissant. Production française ne signifie pas nécessairement protection de l’environnement, même si on diminuait de facto les émissions mondiales en réduisant les transports et en s’orientant vers des productions moins carbonées. Il s’agit de sortir d’une logique de consommation déraisonnable.

Acheter moins, privilégier la qualité, faire réparer et conserver ses vêtements plus longtemps permet de réduire l’impact environnemental. Produire en France, ce doit être en même temps exiger des conditions de travail plus respectueuses des travailleurs, de leur exposition à des substances toxiques et donc plus respectueuses de l’environnement. Au passage, c’est aussi s’assurer qu’aucun enfant ne fabrique nos baskets. D’ailleurs, on associe aujourd’hui

MIF expo
Le Salon du Made in France

SALON MIF EXPO PARIS 2026

VENEZ NOUS RETROUVER AU STAND G69 !

Mutuale sera au salon du *Made in France*, porte de Versailles à Paris, les 12, 13, 14 et 15 novembre 2026. Sur son stand G39, les visiteurs pourront découvrir la mutuelle, ses engagements, ses savoir-faire Made in France !

Ils pourront également profiter de la sélection de thés et infusions bio *1336* de la coopérative française *Scop-Ti*.





1083 et ses jeans, *Le slip français*, *À demain Le linge français*, *Grosfillex* pour les meubles, *Comme avant* pour les cosmétiques… Les marques du *"Made in France"* sont nombreuses et couvrent de nombreux domaines. L'occasion de favoriser les entreprises françaises quand on souhaite renouveler ses affaires !

le *Made in France* à des critères de durabilité, de réparabilité, de sobriété des matières, aux conditions de travail, au transport et à la transparence sur la chaîne de production.

Préserver les savoir-faire et les métiers

L'enjeu, on le voit, est donc également culturel et social. Il y a la production et la façon de produire. Avec la disparition d'une filière industrielle, au-delà de la fermeture d'une usine, on perd des compétences et des savoir-faire. Cela a été le cas dans le textile qui a perdu les deux tiers de ses effectifs en vingt ans. On craint pour d'autres secteurs, dans l'attente de repreneurs de fleurons français comme *Duralex* ou la verrerie *Arc* à Arques.

Le contexte est préoccupant : 71 753 entreprises françaises ont fait l'objet d'un redressement ou d'une liquidation judiciaires sur les douze mois à fin juin 2026. Aussi, relocaliser ou maintenir localement, c'est parfois sauver une compétence avant même de sauver une entreprise, c'est sauvegarder le savoir-faire par la sauvegarde de ceux qui le détiennent. *Duralex* avait été repris par ses salariés en SCOP pour conserver l'outil industriel et les compétences liées au verre trempé, à l'instar de l'ancien site Fralib lorsqu'Unilever avait voulu délocaliser les thés *Éléphant*. *Scop-Ti* et sa marque *1336* continuent de produire thés et infusions en France. Il s'agit parfois de savoir-faire de niche, voire innovant, comme la céramique électrotechnique, spécialité de Ceralep, également reprise sous forme de SCOP par ses salariés.

Quand consommer devient un acte économique et citoyen

Le *Made in France* ne doit finalement pas être réduit à un argument marketing ou à une forme de patriotisme économique. Il peut être une manière de redonner du sens à l'acte d'achat : soutenir l'emploi, préserver des savoir-faire, maintenir des filières, contribuer aux recettes sociales et fiscales, réduire certaines dépendances stratégiques et, dans certaines conditions, diminuer l'empreinte environnementale. Il ne se résume pas aux seuls biens de consommation : on parle aussi de services.

Choisir un prestataire français, c'est aussi contribuer au maintien du tissu économique local, qu'il s'agisse de services informatiques, de maintenance, de restauration, d'artisanat, de tourisme. Nombre d'opérateurs (banque, téléphonie) ont rapatrié en France leur plateforme téléphonique dans le cadre de démarches qualité.

Le label "Service France Garanti" couvre des entreprises très diverses (Mutuale est d'ailleurs la première mutuelle à avoir été certifiée), présentes sur le territoire et qui participent à l'effort national, aussi bien économique, social ou environnemental. Mais, au-delà des services et des biens de consommation – dont l'alimentation, de l'agriculture à la transformation agroalimentaire –, la filière française est aussi souhaitable dans d'autres domaines, comme la santé : on a vu, pendant la pandémie de Covid-19, que la France n'était pas souveraine dans sa production de médicaments, de principes actifs et dispositifs médicaux et même d'équipements hospitaliers.

Un sujet qui montre que, derrière chaque achat, mais aussi derrière chaque investissement public ou privé, se joue la question de ce que nous voulons encore savoir faire collectivement !

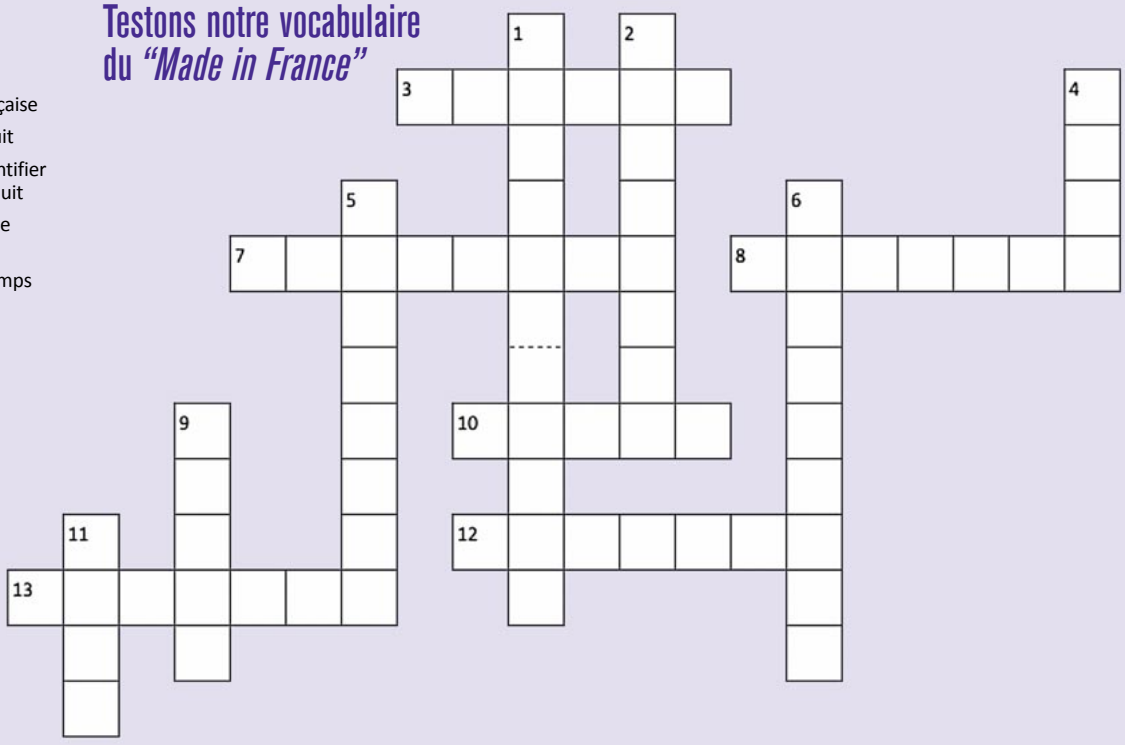
Testons notre vocabulaire du *"Made in France"*

HORIZONTALEMENT

3. Pays où sont fabriqués les produits *"Made in France"*
7. Interjection associée à la fierté française
8. Lieu ou pays d'où provient un produit
10. Signe ou mention permettant d'identifier certaines caractéristiques d'un produit
12. Personne qui fabrique ou transforme des objets grâce à son savoir-faire
13. Qui est conçu pour durer dans le temps

VERTICALEMENT

1. Il en faut pour être artisan
2. Prix Nobel d'une science qui permet de dépenser moins
4. Paris en est la capitale
5. Quand la planète devient la priorité
6. Secteur regroupant les activités réalisées grâce au travail et au savoir-faire des artisans
9. Qui est produit près du lieu où il est vendu ou consommé
11. Le royaume du très haut de gamme, spécialité française



Que se passerait-il sans l'Économie Solidaire et Sociale ?

Emplois, services, territoires… quel est le poids de l'ESS en France sur le plan économique, social et territorial ? Sait-on vraiment ce qu'il en coûterait si les entreprises de ce secteur n'existaient pas ? Réponses avec Jérôme Saddier, figure de l'ESS, président du Crédit Coopératif et de Coop FR (organisation fédérative des coopératives françaises).

Nos concitoyens ignorent totalement le poids de l'ESS dans notre environnement économique et même dans nos modèles sociaux. Si on fermait toutes les structures de l'ESS, il y aurait moins de solutions de garde pour les tout-petits, moins de structures d'accueil pour les personnes âgées, moins d'offre de soins, il n'y aurait plus beaucoup de banques ouvertes ni d'assurances, ni a fortiori de mutuelles. Beaucoup de commerces seraient fermés, notamment dans la grande distribution. De même, les établissements culturels, les clubs sportifs et le milieu associatif en général seraient touchés.

Une économie loin d'être marginale

Beaucoup de services considérés aujourd'hui comme naturels, qui font partie de notre quotidien, ont été créés par des entreprises de l'ESS. D'ailleurs, l'ESS a préexisté à bien des formes économiques qui paraissent aujourd'hui comme la norme, notamment les organisations corporatives religieuses ou d'artisans



au Moyen Âge. Certaines innovations sociales ont pour origine des initiatives collectives citoyennes.
L'exemple le plus connu est celui des mutuelles qui ont été créées pour fournir un revenu de remplacement aux ouvriers malades (et donc sans salaire) et qui ont littéralement inventé la Sécurité sociale. C'est encore elles aujourd'hui qui façonnent le système de santé dans leurs différentes missions. L'assurance de biens est aussi une invention de l'ESS : c'est la Maif qui a créé la première assurance auto. La banque coopérative (Crédit coopératif, Banque Populaire, Crédit Agricole, Crédit Mutuel) à la fin du XIXe siècle a permis aux commerçants, aux petits entrepreneurs et aux familles d'accéder au crédit. Dans le domaine du médico-social, nombre d'innovations en matière de prises en charges viennent des mutuelles, notamment en santé mentale et orthogénie. Les coopératives agricoles ont été fondées pour garantir un débouché à la production et donc assurer un revenu aux agriculteurs. La France est l'un des pays du monde où il y a le plus de structures de l'ESS, même si on en trouve partout ailleurs, adaptées à la culture des pays : au Royaume-Uni, le poids du mouvement coopératif est très important, au point que le Premier ministre en est issu. Parmi les grands pays coopérateurs, citons la Corée du Sud, le Japon, l'Inde ou encore les États-Unis où un tiers de l'électricité est produite par des coopératives citoyennes. Selon les pays, les formes sont plus ou moins statutaires.
En France, nous avons une culture très juridique, donc des statuts très formels, même si, au départ, les coopératives sont des réponses d'auto-organisation dans le cadre de la première révolution industrielle, lorsque la population s'est organisée pour faire face aux pénuries alimentaires et à l'explosion des inégalités. Sous Napoléon III, l'État a voulu imposer des statuts agréés pour prendre le contrôle.

Un modèle économique différent

L'ESS s'est progressivement institutionnalisée, avec des statuts spécifiques pour les associations, pour les coopératives, pour les mutuelles. La loi Hamon de 2014 a introduit une définition fondée sur un modèle entrepreneurial afin d'englober tout le monde malgré les différences statutaires. Les valeurs de l'ESS sont communes à tous ces statuts : propriété collective, gestion démocratique, absence de recherche de profit. Il y a néanmoins des nuances : le milieu associatif travaille à l'intérêt général avec, souvent, le recours à des subventions publiques, tandis que les coopératives recherchent l'intérêt collectif et se situent dans la concurrence. Mais toutes incarnent une autre façon de faire de l'économie, au service des besoins humains essentiels.
L'économie dite "solidaire" est apparue plus tardivement, dans les années 1970-1980, comme un regroupement de structures essentiellement associatives ayant comme finalité la réparation des dégâts du capitalisme sur les personnes et sur la nature. En cela, elle est une mouvance plus militante. Pour mieux nous faire connaître, ESS France a lancé la marque "ESS, l'économie en mieux" afin de mieux identifier les acteurs de l'ESS, les entreprises dont l'objet social n'est pas le profit – ce qui n'empêche pas d'être rentable – mais la satisfaction d'un besoin collectif. Dans l'ESS, nous pensons que l'agir collectif est plus durable et plus en phase avec les besoins populaires. Dans un monde qui favorise le repli sur soi, avec le délitement démocratique, le fait d'avoir des formes collectives, qui débattent sur les besoins à satisfaire, les moyens à mettre en œuvre et l'affectation des résultats, et qui se soucient de l'impact de leur activité sur la société et l'environnement, c'est plutôt réconfortant. C'est utile pour notre démocratie.

MUTUALE UN ACTEUR ENGAGÉ DE L'ÉCONOMIE SOCIALE ET SOLIDAIRE

Le saviez-vous ? Mutuale n'est pas une entreprise comme les autres : elle appartient à l'Économie Sociale et Solidaire (ESS), ce mouvement qui place l'humain avant le profit.

L'ESS est née des mutuelles. Dès le XIXe siècle, des ouvriers s'organisent en "sociétés de secours mutuels" pour mutualiser les risques de la vie : maladie, accident, vieillesse. Ce sont ces mutuelles ouvrières qui ont inspiré Robert Owen et Charles Gide, puis nourri la Charte de la mutualité de 1898 et, aujourd'hui, la loi ESS de 2014. La mutualité est ainsi l'une des pierres fondatrices du mouvement.
Mutuale poursuit cet héritage. Votre mutuelle n'a pas d'actionnaires à rémunérer. Les cotisations que vous versez servent uniquement à financer vos remboursements (et malheureusement à payer plus 16 % de taxes) et nos missions d'intérêt général. Chaque euro est réinvesti dans la solidarité entre adhérents : les bien-portants aident les moins bien portants, les jeunes soutiennent les aînés. Notre gouvernance est démocratique : c'est l'assemblée générale des délégués, élus parmi vous, qui oriente les grandes décisions de la mutuelle. Votre voix compte, et vous pouvez prendre part à cette vie collective. Être adhérent de Mutuale, c'est donc bien plus qu'être assuré : c'est agir pour une société plus juste, plus solidaire et plus humaine. Une économie au service de tous, voilà ce que nous construisons ensemble, chaque jour, grâce à vous.

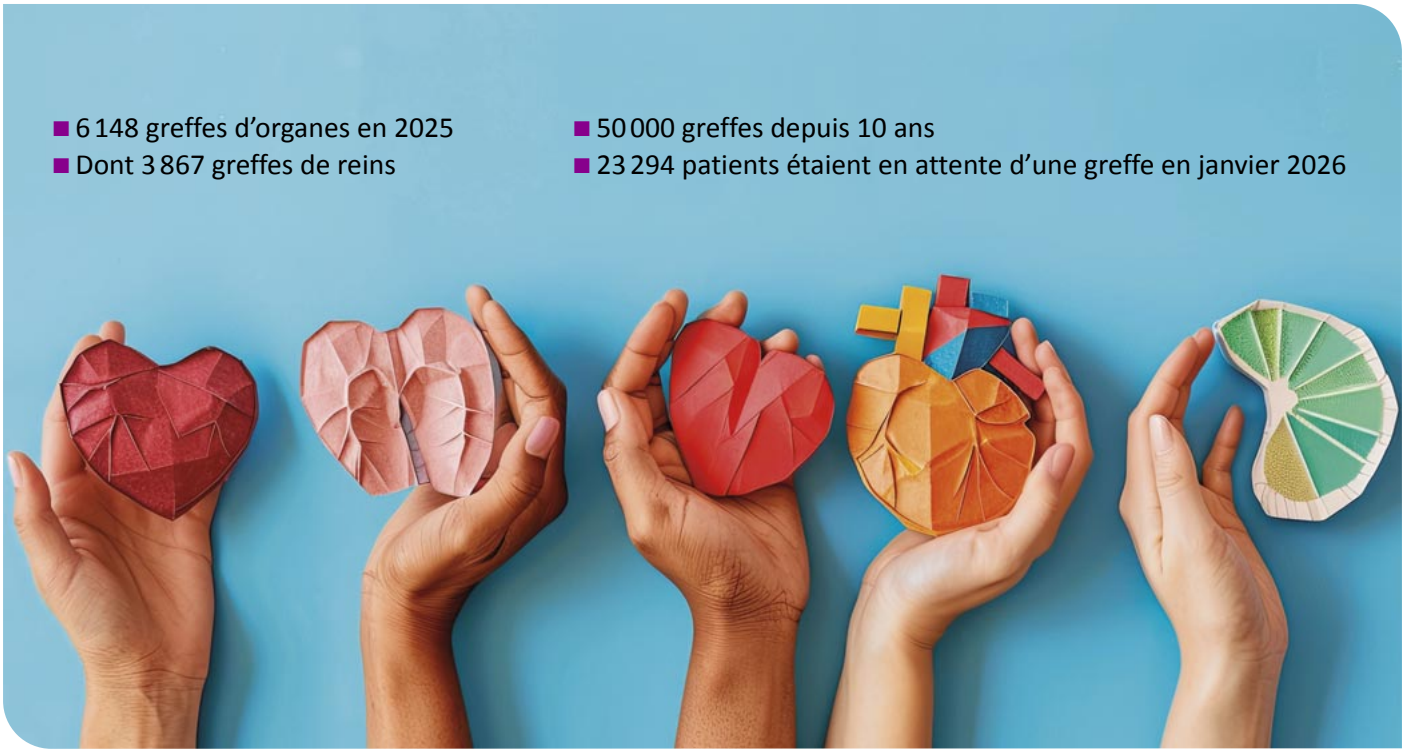
QU'EST-CE QU'UNE BANQUE COOPÉRATIVE ?



Le capital du Crédit Coopératif appartient à ses clients. Il n'y a pas d'actionnaires extérieurs et les parts sociales ne changent pas de valeur, de sorte qu'il n'est pas possible de spéculer, ni de faire une OPA sur le Crédit coopératif. C'est le principe d'égalité qui préside. Autre spécificité : la banque ne propose que des investissements socialement responsables. Dans les années 1970, à la demande de ses clients, elle a refusé de financer l'industrie de l'armement qui se compromettait dans les mines anti-personnel. Dans les années 1980, l'industrie nucléaire militaire et civile a été exclue. Il en va de même pour l'industrie du tabac, les producteurs de pesticides… Nous avons été les premiers à investir dans l'agriculture et la distribution bio, les énergies renouvelables. Sur bien des sujets, nous avons été des pionniers car nous sommes une banque qui fait des choix.

Ultime et vital, le don d'organes

Et si votre décision pouvait un jour sauver jusqu'à sept personnes ? Pour que ce soit possible, encore faut-il que vos proches connaissent votre volonté. Ambassadrice du don d'organes, Mutuale s'est engagée à informer ses adhérents sur le don d'organes et sur la nécessité d'en parler à ses proches.



Chaque année, des milliers de personnes attendent une greffe qui peut leur sauver la vie. Dans les heures qui suivent un décès, plusieurs organes et tissus peuvent être prélevés pour soigner d'autres personnes : reins, foie, cœur, poumons, pancréas ou encore cornée.
Un seul donneur peut permettre de sauver jusqu'à sept vies et d'améliorer durablement celle de plusieurs autres patients.

Lever les doutes pour mieux décider

Par manque d'information ou par crainte, certaines familles hésitent ou refusent le prélèvement. Pourtant, cette démarche est strictement encadrée par la loi et réalisée dans le respect du donneur et de ses proches.
En France, le principe est celui du consentement présumé : chacun est considéré comme donneur après son décès, sauf s'il a exprimé son opposition de son vivant, notamment en s'inscrivant sur le registre national des refus ou en l'ayant clairement fait savoir à ses proches.
Chaque année, près de 1 000 patients décèdent faute de greffons. D'où l'importance d'encourager les échanges et de rappeler qu'un don peut offrir une seconde chance à plusieurs personnes.

MUTUALE EST AMBASSADRICE DU DON D'ORGANE

Le 27 mars dernier, la mutuelle a officialisé son adhésion à la charte "Ambassadrice du don d'organes", portée par le collectif Greffes+, dont l'objectif est de faire reculer le taux de refus au don. Une initiative destinée à informer, à susciter le dialogue et à rappeler l'importance d'exprimer clairement sa position sur le don d'organes auprès de ses proches.

Vos proches connaissent-ils votre décision ?

Sur les rares cas où le décès est compatible avec le prélèvement, 37 % des familles répondent par un refus du don, certaines n'ayant pas été informées du souhait du défunt. Que vous soyez favorable ou non au don d'organes, le plus important est de faire connaître votre choix.
En en parlant avec votre entourage, vous leur évitez d'avoir à deviner votre volonté dans un moment particulièrement difficile. Prendre quelques minutes pour aborder le sujet aujourd'hui, c'est leur apporter une réponse claire demain !

Sources : dondorganes.fr / Fondation greffe de vie

PETITE HISTOIRE DU DON D'ORGANE

La première greffe remonterait… au IIIe siècle ! Sur une fresque de Fra Angelico est représentée la greffe d'une jambe. Il faudra cependant attendre le début des années 1900 pour que les médecins tentent de réaliser les premières transplantations d'organes sur les animaux, puis 1933 pour transplanter un rein à une jeune femme de 26 ans.
La première greffe de cœur, opération qui paraissait impossible, a été réalisée par Christian Barnard en 1966. Et depuis, la médecine ne cesse d'évoluer et de s'améliorer…



Ces métiers oubliés… et d'avenir



La prochaine fois que la fermeture Éclair de votre veste casse, que votre grille-pain ne fonctionne plus ou que votre vélo déraille, posez-vous une question simple : faut-il vraiment les jeter ?

Ils étaient considérés comme des métiers du passé. Aujourd'hui, ils pourraient bien être parmi les plus utiles pour construire l'avenir. Cordonniers, couturiers, horlogers, réparateurs d'électroménager, mécaniciens de vélo, restaurateurs de meubles… À l'heure de la transition écologique et des préoccupations liées au pouvoir d'achat, ces artisans retrouvent une place essentielle.

Réparer, un geste qui a du sens

Les habitudes évoluent. Selon l'Ademe (Agence de la transition écologique), en 2024, 36 % des consommateurs choisissaient de faire réparer leurs objets, tandis que la part de ceux qui les remplacent recule. Plus révélateur encore, 96 % des personnes ayant fait réparer un objet se déclarent satisfaites du résultat. Faire réparer est souvent plus économique que racheter ; c'est aussi un moyen de prolonger la durée de vie des objets, de limiter le gaspillage et de soutenir l'économie locale. Derrière chaque réparation, il y a un professionnel dont le savoir-faire bénéficie directement au territoire.

Des métiers au cœur de la transition

L'économie circulaire ne repose pas seulement sur le recyclage : elle a besoin de personnes capables de diagnostiquer une panne, de remplacer une pièce ou de redonner vie à un objet. Sans eux, impossible d'allonger la durée d'usage de nos biens. Longtemps jugés désuets, ces métiers répondent à des défis actuels de durabilité, d'écologie pour une économie en bonne santé. Paradoxalement, alors que les besoins augmentent, beaucoup d'entre eux peinent à recruter et à transmettre leurs compétences aux nouvelles générations.

Repenser notre rapport au travail

Miser sur ces anciens métiers est aussi une façon de repenser le travail. Dans son ouvrage Éloge du carburateur, le philosophe Matthew B. Crawford rappelle que le travail manuel est tout sauf un travail moins intellectuel. Trouver l'origine d'une panne, comprendre le fonctionnement d'un appareil… chaque réparation appelle des compétences techniques, de l'observation, de l'expérience et une capacité d'analyse. L'ère du numérique a fait perdre à de nombreuses professions leur caractère concret, et la satisfaction de voir le résultat de son travail. Les reconversions vers les métiers manuels sont d'ailleurs de plus en plus fréquentes. Un métier ne se résume pas à un diplôme ou à un écran. Il peut être manuel, exigeant, créatif et utile à la société.

Des métiers qui évoluent avec leur époque

Réparer en 2026 ne ressemble plus à réparer en 1980. Les appareils sont plus complexes, les technologies évoluent rapidement et les artisans doivent sans cesse actualiser leurs compétences et leurs connaissances.
À cela s'ajoutent de nouvelles exigences : gérer sa présence sur les réseaux sociaux, développer un site Internet, fidéliser sa clientèle ou encore proposer des services de prise de rendez-vous en ligne. Ces métiers allient désormais expertise technique, numérique et savoir-faire.

Et si réparer devenait un réflexe ?

Bien sûr, tout ne peut pas être réparé. Certains produits restent conçus pour être remplacés, faute de pièces détachées ou parce que leur réparation est devenue trop coûteuse. Mais à chaque fois que la réparation est possible, elle mérite d'être envisagée. Derrière un appareil réparé se trouve l'idée d'une société plus durable, qui valorise les compétences plutôt que le tout-jetable, qui prend mieux soin de ce qui l'entoure. La prochaine fois qu'un objet tombera en panne, la question ne sera peut-être plus : *« Par quoi vais-je le remplacer ? »*, mais : *« Qui pourrait lui donner une seconde vie ? »*.

Sources : Ademe / Ifop.

LES REPAIR CAFÉS, BIEN PLUS QU'UN ATELIER

Il existe des Repair Cafés en France, en Belgique, en Allemagne, aux Pays-Bas, au Royaume-Uni, aux États-Unis et même en Inde et au Japon. Avec ses 4 000 Repair Cafés, le réseau estime à 72 000 le nombre d'objets réparés par mois ! Ces lieux permettent de rencontrer des bénévoles, souvent d'anciens artisans ou des retraités, qui mettent leur expérience au service des autres, qui expliquent leurs gestes, transmettent des astuces et redonnent confiance à ceux qui n'ont jamais osé ouvrir un appareil. Un moyen de faire se croiser les générations et de montrer que l'expérience a de la valeur… et qu'elle se partage !

Mangez-moi ! Les bienfaits des champignons

Ils sentent bon les balades en forêt, les poêlées à l'ail et au persil… et pourtant, les champignons ont bien plus à offrir que leur saveur. Longtemps cantonnés au rôle d'accompagnement, ils sont excellents pour la santé.

Si vous cherchez un aliment à la fois gourmand et léger, les champignons cochent toutes les cases. Avec seulement 20 à 30 kcal pour 100 g, ils rassasient grâce à leurs fibres, tout en apportant très peu de matières grasses. Leur autre atout est moins connu : exposés aux ultraviolets, ils produisent de la vitamine D, précieuse pour les os, pour les muscles et pour les défenses immunitaires. Ils fournissent aussi des vitamines du groupe B ainsi que du cuivre, du phosphore, du potassium et du sélénium.

Chaque variété a ses atouts

Les champignons de Paris, cremini et portobello sont particulièrement riches en sélénium, un oligoélément essentiel qui participe aux défenses antioxydantes de l'organisme, au bon fonctionnement du système immunitaire et à la protection des cellules contre les dommages oxydatifs.
Le shiitake, très utilisé dans la cuisine asiatique, apporte davantage de vitamine B6, nécessaire à la formation des globules rouges, au métabolisme des protéines et au fonctionnement normal du système nerveux.



Les pleurotes contiennent des quantités intéressantes de potassium, un minéral qui contribue au maintien d'une pression artérielle normale.
Les cèpes, enfin, se distinguent par leur richesse en composés antioxydants. Autant de bonnes raisons de varier les espèces au fil des saisons !

Un bon complément pour réduire la viande

Les champignons donnent du goût et de la texture aux plats. Ils permettent donc de réduire facilement la quantité de viande dans une recette.
En revanche, ils ne la remplacent pas sur le plan nutritionnel : ils apportent seulement 2 à 4 g de protéines pour 100 g, contre 20 à 25 g pour la viande. Mieux vaut les voir comme un complément que comme un substitut.

CUEILLIR, OUI… MAIS AVEC PRUDENCE !

Cueillir des champignons est un vrai plaisir… à condition de savoir ce que l'on ramasse. Chaque année, des centaines d'intoxications sont liées à une mauvaise identification.
En cas de doute, ne consommez jamais un champignon et faites-le vérifier par un pharmacien ou par une association mycologique. Pensez aussi à préserver la ressource : cueillez avec modération, respectez les propriétés privées et laissez une partie des champignons sur place pour favoriser les récoltes futures.
En cas d'intoxication : contactez le centre antipoison (ORFILA) au 01 45 42 59 59, ou trouvez celui de votre région sur le site service-public.gouv.fr

LA RECETTE DU POULET AUX CHAMPIGNONS

■ 4 filets de poulet ■ Beurre ■ 3 échalotes ■ 200 g de champignons de Paris ■ 10 cl de vin blanc ■ 3 cuillères à café de fond de volaille, diluées dans 15 cl d'eau chaude ■ 15 cl de crème fraîche, sel, poivre.



- Faites dorer les filets dans un peu de beurre. Réservez-les.
- En gardant la même poêle, faites revenir les échalotes avec les champignons de Paris, auparavant émincés.
- Déglacez avec le vin blanc et versez le fond de volaille dilué. Laissez réduire quelques minutes à feu doux.
- Rajoutez la crème fraîche, salez, poivrez et mélangez. Placez-y les filets de poulet et les réchauffer quelques instants.

Quand le poulet a des ailes

Braisé, grillé, pané, "crousty"… Le poulet est en passe de détrôner pizza et burger au royaume de la fast food. Au point d'alarmer les communes où les enseignes se multiplient. Si le poulet est une source de protéines abordable, tout en restant une viande dite "maigre", se pose néanmoins la question de la qualité, de la provenance et des habitudes alimentaires.

Avec 25 kg consommés par habitant en moyenne en 2024, le poulet détrône les autres viandes et a vu sa consommation bondir de 10 % en un an. À la maison comme dans les enseignes de poulet frit, cette viande maigre a de nombreux atouts : abordable, facile à cuisiner, riche en protéines et généralement moins grasse que d'autres viandes. Le poulet affiche aussi une empreinte environnementale plutôt favorable par rapport au bœuf ou au porc. Bref, sur le papier, la volaille a tout bon.

Grand écart des valeurs nutritionnelles

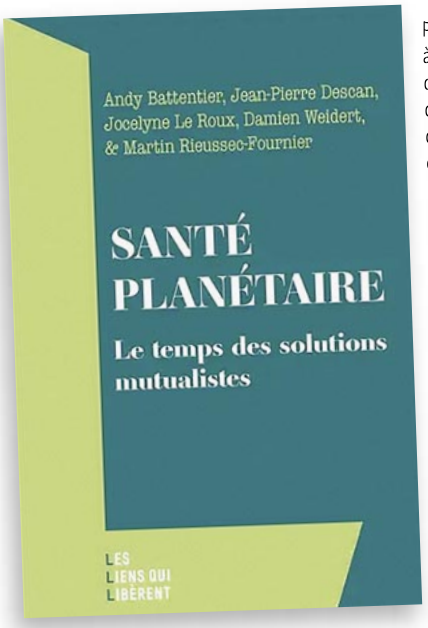
Une fois pané, frit, mis en sauce et accompagné de frites, c'est tout de suite moins light. La panure ajoute des glucides ; la friture fait grimper la quantité des matières grasses, sachant que la chair du poulet absorbe 30 à 50 % de l'huile utilisée ; les sauces chargent l'addition en sel et en sucre. Le Nutri-Score rappelle d'ailleurs cette réalité. Entre un filet de poulet nature et un produit transformé à base de poulet, le profil nutritionnel peut être très différent, avec des calories qui vont du simple (150 kcal) à quasiment le double (280 kcal).

Français, le poulet ? Pas toujours

Autre bémol : l'origine. Seules 13 % des volailles consommées en France sont bio ou Label Rouge. Et dans la restauration rapide, les poulets d'origine française sont encore loin d'être la norme. Un détail qui a pourtant son importance. Derrière un morceau de poulet frit avalé en quelques bouchées, il y a toute une chaîne de production : élevage, alimentation, transport, transformation… Rentabilité oblige, l'élevage est intensif et les animaux gavés d'antimicrobiens et d'antibiotiques. Dans le cadre de l'accord commercial entre l'Union européenne et les pays du Mercosur, certaines restrictions sont appliquées. Ainsi, depuis le 3 septembre, le Brésil ne pourra plus exporter de volailles. La filière volaille française estime à 2 200 le nombre de bâtiments à construire d'ici 2035 pour répondre à la demande et assurer l'autosuffisance dans ce domaine.

Santé planétaire
Le temps des solutions mutualistes

Éditions Les liens qui libèrent



Parce que les mutuelles ont été à l'origine de notre système de protection sociale, parce qu'elles se sont saisies d'emblée des questions de santé publique, elles sont sans doute les mieux placées pour proposer des solutions au défi immense que représentent la crise écologique et ses différentes dimensions : pollution, effondrement de la biodiversité, réchauffement climatique. Autant de sujets qui altèrent notre santé et nos conditions de vie, et qui se traduisent par une épidémie de maladies chroniques, elles-mêmes dangereuses pour notre système de santé, déjà ébranlé par les différentes attaques quant à son financement. L'ouvrage revient sur la genèse des mutuelles depuis le XV[e] siècle en France et en Belgique pour mieux penser la place de l'action mutualiste et ainsi mettre en œuvre un nouveau modèle alimentaire et agricole résiliant et favorable à la santé publique.

Encore des patates !?
Pour une Sécurité Sociale de l'Alimentation

Edité par l'ISF Agrista, avec le concours de Mutuale



Cette bande dessinée propose de suivre le cheminement qui a amené le collectif de bénévoles de l'ISF AgriSTA à se mobiliser pour la défense d'une sécurité sociale de l'alimentation.
Avec une conviction : la transformation du monde agricole vers un modèle de production respectant les travailleurs, les consommateurs et l'environnement doit aller de pair avec le respect du droit à l'alimentation de toutes et de tous.
Une conviction que partage Mutuale, qui est fière d'avoir soutenu cette publication pour mieux faire comprendre cette revendication.

JEU CONCOURS MUTUALE MADE IN FRANCE



Gagnez une boîte de thé *1336*

Lisez attentivement notre journal et renvoyez vos réponses à :
Mutuale - 6, rue Galilée - 41260 La Chaussée Saint-Victor.
ou par courriel à l'attention du Service Communication :
contact@mutuale.fr en indiquant vos nom,
prénom, numéro d'adhérent, adresse postale, numéro de téléphone et adresse électronique.
Concours par tirage au sort parmi les bonnes réponses.
Date limite de participation : 31/12/2026.
La gagnante du précédent concours est Madame Lucienne Lorin.

1. Quel professionnel de santé vaut-il mieux aller voir pour vérifier si ses champignons sont comestibles.
☐ Un psychologue ☐ Un pharmacien ☐ Un dermatologue

2. Quel est le pourcentage de personnes satisfaites par leur réparation d'objets ?
☐ 96 % ☐ 67 % ☐ 45 %

3. À quand remonterait la première greffe, celle d'une jambe ?
☐ XX[e] siècle ☐ XII[e] siècle ☐ III[e] siècle

4. Que signifie ESS ?
☐ Économie Sociale et Solidaire ☐ École Sans Sciences ☐ Écologie Sensible et Sociale

5. Comment appelle-t-on un logement mal isolé, où l'on a chaud en été et froid en hiver ?
☐ Un habitat grille-pain ☐ Une passoire thermique ☐ Un logement thermodynamique

6. Quel site de produits Made in France a subi un piratage qui a fait fuiter le numéro de téléphone du Premier ministre ?
☐ Le Slip français ☐ 1083 ☐ 1336