

Complémentaire santé : choix difficile mais obligatoire pour les entreprises

RÈGLEMENTATION Depuis janvier 2016, les entreprises doivent proposer à leurs salariés une couverture des frais médicaux. Voici comment la choisir et la faire évoluer.

PAR MARION PERRIER

Satisfaire ses salariés, tout en maîtrisant son budget et en respectant la loi, c'est le casse-tête auquel sont confrontées les entreprises en matière de couverture santé. Née de l'Accord National Interprofessionnel (ANI) de 2013, la généralisation de la complémentaire santé leur impose ainsi depuis janvier 2016 de proposer à l'ensemble du personnel une couverture de ses frais de santé. Celle-ci est financée au moins pour moitié par la société et comprend un panier minimal de garanties définies par la loi.

Depuis 2015, pour être considérés comme « responsables », ces contrats de complémentaires santé doivent également respecter des plafonds de remboursement. En contrepartie, ils offrent des avantages : l'employeur est exonéré de charges sociales sur sa cotisation et le salarié peut déduire la sienne de son revenu imposable. « Mais cela a limité la capacité des mutuelles à proposer et bâtir elles-mêmes des offres originales », regrette Philippe Mixe, président de la Fédération nationale indépendante des mutuelles.

La majorité des entreprises remplissent aujourd'hui leurs obligations. Nombreuses sont celles qui ont été au-delà, même si beaucoup ont vécu cette réforme comme une contrainte. Côté salariés, « on a parfois constaté une hausse sensible du reste à charge pour les assurés », souligne également Jean-Marc Esvant, directeur des assurances de personnes chez Verlinge.

PAS DE DÉRAPAGE DES TARIFS

Un bon point néanmoins : au niveau des tarifs, près de deux ans après l'entrée en vigueur de la réforme, les spécialistes n'ont pas constaté de hausse. Les offres très attractives proposées par certains acteurs pour s'imposer sur ce marché pouvaient pourtant faire craindre un réajustement. « Il est encore un peu tôt pour cela. En revanche, on observe parfois des problèmes en ce qui concerne la qualité des services », précise Vincent Harel, directeur de l'activité santé et prévoyance chez Mercer, mutuelle destinée aux PME.

Il peut donc être utile de faire évoluer son contrat et surtout de bien le choisir dès le départ. Comparateurs en lignes et courtiers peuvent aider



Au-delà du prix, certains critères comme l'existence d'un réseau de soins peuvent créer la différence entre les multiples offres de mutuelles.

le chef d'entreprise à se décider. Mieux vaut d'abord analyser les besoins spécifiques des salariés. « Il faut aussi tenir compte de la situation géographique : la santé n'a pas le même coût partout », souligne le spécialiste. Opter pour un contrat

prévoyant la possibilité pour les salariés de souscrire des options supplémentaires peut leur permettre de personnaliser leur couverture. Au-delà du prix, certains critères comme l'existence d'un réseau de soins, d'agences de proximité ou

d'un interlocuteur dédié pour l'entreprise peuvent faire la différence. Qu'il s'agisse de souscrire un premier contrat ou d'en changer, elle doit en tout cas respecter un formalisme strict et conserver tous les justificatifs qui en témoignent.

Faites de vraies pauses pour mieux travailler

BIEN-ÊTRE Laisser le cerveau vagabonder librement dans le cadre de micro-coupures permet de préserver son énergie mentale, de se régénérer et de se montrer plus efficace ensuite.

PAR AUDREY MINART

SÛREMENT avez-vous déjà observé votre employé ou votre collègue en pleine séance d'observation du ciel... Peut-être vous êtes-vous dit qu'il n'était pas très productif ce jour-là ? Et bien sachez que vous êtes probablement dans l'erreur ! D'après Cyril Couffe, docteur en psychologie cognitive et neuropsychologie, chercheur à Grenoble École de management et auteur d'une récente étude sur les bienfaits des pauses au travail, il est sans doute toujours, dans ces moments-là, en pleine activité cérébrale.

Laisser librement vagabonder son esprit ne signifie pas que notre cerveau s'arrête de fonctionner. Au contraire, c'est grâce à ces quelques moments où l'on ne pense à rien de particulier et où l'on relâche sa concentration que l'on active notre réseau cérébral « par défaut ». Celui-ci permet de préserver ses capacités attentionnelles et parfois même de trouver des solutions à ses problè-

mes. De petites respirations quotidiennes qui peuvent également se révéler incontournables pour éviter la surcharge mentale, à l'origine de pathologies telles que le burn-out.

REGAGNER EN CONCENTRATION ET EN CRÉATIVITÉ

Mais attention ! Jeter un œil à ses SMS ou à Facebook ne permet pas de se « régénérer ». « Notre définition de la vraie pause, c'est celle qui est vide, absente de tâche », précise Cyril Couffe. Dans son étude, trois groupes ont été constitués pour réaliser une tâche complexe pendant 45 minutes. Le premier ne pouvait pas prendre de pause, le deuxième pouvait en prendre deux d'une minute pour réaliser une autre tâche et le troisième avait aussi le droit à deux pauses, mais pendant lesquelles il pouvait se laisser aller à une « errance mentale ». Résultat ? Les performances des membres des deux premiers groupes diminuaient tout au long des 45 minutes et leurs résultats finaux étaient similaires. Mais ceux du troisième se sont ré-



Une étude démontre qu'une « errance mentale », sans activité parasite comme la consultation des SMS ou des réseaux sociaux, est bénéfique pour le salarié.

vélés 10 % meilleurs. « D'après cette étude donc, nous avons juste besoin de deux fois 60 secondes pour être plus efficaces. »

Des résultats qui vont à l'encontre de ceux qui pourraient assimiler pause et oisiveté. Un frein qu'essaie justement de lever My Mental Energy Pro, une start-up intervenant auprès de plusieurs entreprises, entre autres Air France, et dont Cyril Couffe est membre du Comité scientifique. « Ces pauses permettent vraiment de regagner en concentration et en créativité, explique Jean-Christophe Beau, son fondateur. Souvent, les idées se déclenchent dans ces moments où l'on ne fait rien de particulier. » La start-up a ainsi créé des contes de deux minutes à écouter sur le lieu de travail, qui aident l'esprit à décrocher rapidement sans pour autant le contraindre à une concentration extrême. « Les effets sont les mêmes que lorsqu'on regarde simplement le ciel. » Et de conclure : « Il faut donc des temps de rien, laisser les gens réfléchir et organiser leur travail. »