

Mag #4

Le journal des assurés individuels

Infos | Tendances | Bien-être | Santé



Bureau du futur Logitech nous ouvre ses portes

PAGE 4



Assuré. Là. Maintenant.

CYBERPROTECT

Nouvelle assurance pour les risques et litiges liés à Internet

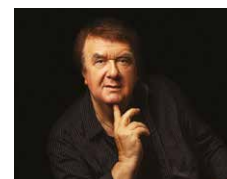
Page 12



ALAIN MORISOD

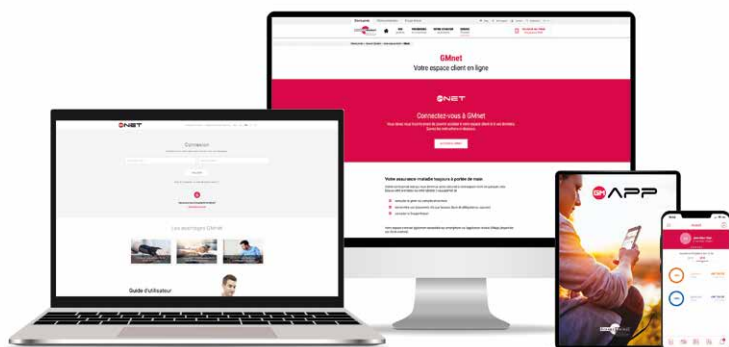
«Je suis un jukebox vivant»

Page 14



250 000

Nombre d'utilisateurs du portail web GMnet et de l'application mobile gratuite GMapp.



GMNET ET GMAPP, LE PORTAIL WEB ET L'APPLICATION MOBILE GRATUITE DU GROUPE MUTUEL, CONTINUENT LEUR PROGRESSION.

250 000 assurés en font désormais usage.

Sécurisés, clairs, rapides, le portail et l'application sont intuitifs et interactifs, avec un échange d'informations en temps réel, sans attente ni perte de temps. Fonctionnant à 100% de manière digitale, ils permettent désormais à l'assuré de choisir s'il souhaite recevoir ses factures de primes ou de participations en format papier. Et il est maintenant possible de se connecter à plusieurs personnes d'une même famille sur un seul et même compte GMapp. De même, sur GMapp, une carte d'assuré dématérialisée est disponible.

4 PROCHE DE VOUS
Le bureau du futur est imaginé en Suisse

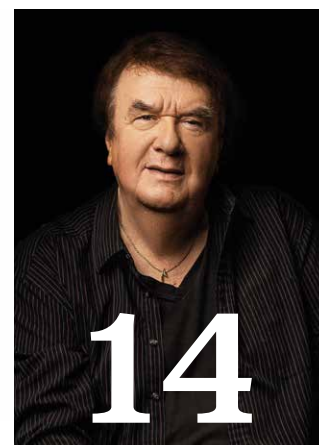
7 PROCHE DE VOUS
Le mal de dos en chiffres

8 PROCHE DE VOUS
Le développement de l'ergonomie au cours des années

11 COMMENT ÇA MARCHE
Pour des remboursements rapides et sécurisés

12 À VOTRE SERVICE
«My healthcheck», la nouvelle application du Groupe Mutuel

14 RENCONTRE AVEC UN ASSURÉ
Alain Morisod, l'une des figures les plus populaires du pays



AVEC LES NOUVELLES PRIMES POUR 2021,
IL FAUT SE SOUVENIR QUE DES MOYENS DE DIMINUER
SA FACTURE EXISTENT, TOUT EN OPTIMISANT SA COUVERTURE.
LES VOICI.

Comment diminuer ma prime d'assurance obligatoire des soins?

Le Groupe Mutuel propose deux solutions: augmenter votre franchise annuelle ou opter pour un modèle d'assurance alternatif. De plus, ces deux options sont également cumulables.

1. Franchise à option plus élevée

En optant pour une franchise plus élevée, vous bénéficiez d'une économie de prime pouvant aller jusqu'à Fr. 1 540.– par année avec une franchise annuelle de Fr. 2 500.–, et jusqu'à Fr. 420.– par année et par enfant de moins de 19 ans pour une franchise annuelle de Fr. 600.–.

Franchise annuelle (19 ans et plus):

Fr. 500.–, Fr. 1 000.–, Fr. 1 500.–, Fr. 2 000.– ou Fr. 2 500.–

Franchise annuelle (0 à 18 ans):

Fr. 100.–, Fr. 200.–, Fr. 300.–, Fr. 400.–, Fr. 500.– ou Fr. 600.–.

2. Modèle alternatif

En fonction de vos besoins en termes de santé et de votre mode de vie, vous pouvez choisir parmi notre large choix de modèles alternatifs vous permettant de réaliser également des économies. Par exemple, vous pouvez bénéficier, grâce au modèle Télémédecine, jusqu'à 16% de rabais sur votre prime.

Médecin de famille: PrimaCare; SUPRAcare.

Consultation de votre médecin de famille avant tout autre traitement. Dans toute la Suisse.

Télémédecine: SanaTel; PrimaTel.

Consultation de notre partenaire Medi24 par téléphone avant toute autre consultation. Dans toute la Suisse.

Téléconsultation: CallDoc.

Consultation de notre partenaire Medi24 par téléphone. En cas de besoin, consultation médicale par téléphone ou vidéo, avant toute autre consultation. Dans toute la Suisse.

Réseaux de soins: BasicPlus; Réseaux de soins.

Consultation du médecin de premier recours choisi dans la liste des médecins du réseau, avant toute autre consultation.

BasicPlus: dans toute la Suisse hormis FR, GE, GL, JU, NW, OW, TI, VS

Réseau de soins: FR, GE, VD

Pharmacie: PrimaPharma.

Consultation auprès de l'une de nos pharmacies partenaires (Amavita, Sun Store et Coop Vitality) avant toute autre consultation. Dans toute la Suisse.



www.groupemutuel.ch/base
www.groupemutuel.ch/economiser
www.groupemutuel.ch/complementaire



Lars Lauridsen

Mystère et attente. Ce n'est pas tous les jours que s'ouvrent les portes de l'Ergo Lab de Logitech, leader mondial des périphériques pour ordinateurs. En effet, l'entreprise installée sur le site de l'École polytechnique fédérale de Lausanne (EPFL), en Suisse, se développe. Et la généralisation du home office ne vient que renforcer cette tendance.

LE BUREAU DU FUTUR EST IMAGINÉ EN SUISSE

VISITE EXCLUSIVE DE L'ERGO LAB DE LOGITECH À L'EPFL QUI CONÇOIT LES SOURIS ET LES CLAVIERS ERGONOMIQUES DU FUTUR. EN PLEINE PÉRIODE DE PANDÉMIE, EN PLEIN BOOM DU HOME OFFICE PARTOUT DANS LE MONDE, LE LEADER MONDIAL NOUS A OUVERT SES PORTES.

REPORTAGE ET RENCONTRE AVEC UNE ÉQUIPE DE SPÉCIALISTES À LA POINTE DE L'INNOVATION ET DE LA RÉFLEXION POUR LE BIEN-ÊTRE DES UTILISATEURS ET UNE MEILLEURE SANTÉ AU TRAVAIL.



A modèle de clavier ERGO K860

B modèle de souris MX VERTICAL



C modèle de souris MX ERGO



A - Tapez naturellement avec un clavier incurvé, ce qui améliore votre posture de frappe. **B** - Gardez une position de main naturelle, ce qui réduit la pression sur votre poignet et la tension sur votre avant-bras. **C** - Déplacez le curseur sans bouger votre poignet ou votre main et gagnez de la place.

9h du matin. Il fait déjà chaud sur le campus lausannois. Dans l'Innovation Park, les employés de Logitech et d'autres entreprises innovantes présentes sur le site arrivent au compte-gouttes. En vélo, en trottinette, à pied, mais tous masqués. La Covid-19 est passée par là et le masque est devenu la norme. Pour pénétrer dans le bâtiment qui abrite le siège social de Logitech, il faut d'abord passer un test de température. Petite sueur. C'est bon, les portes s'ouvrent. Le test est en vigueur pour tout le monde depuis le mois de mars. Beaucoup travaillent depuis chez eux. Il règne une drôle d'ambiance et cette fois ce ne sont pas les vacances d'été ni la torpeur lémanique, mais bien les conséquences de la pandémie mondiale.

Lucie Torrigiani nous accueille. Souriante et motivée, elle travaille pour le secteur marketing et communication depuis une année et demie. C'est elle qui sera notre guide pour la matinée. Un peu plus loin, Lars Lauridsen et Agnès Lisowska Masson, les deux experts qui imaginent les nouveaux produits ergonomiques, nous attendent. Malgré le masque, les sourires sont là. Tout le monde a l'air détendu. Ça commence bien.

La visite démarre au sous-sol, pour la partie design avec Lars. «Logitech, et cela fait partie de notre ADN depuis toujours, fait tout pour comprendre les attentes des utilisateurs», indique ce spécialiste danois de design thinking. «C'est un travail de groupe, dès la première minute. Les nouveaux projets sont pilotés depuis Lausanne mais impliquent aussi l'Asie et les USA. Nous sommes tous concentrés sur le même objectif. Trouver le meilleur produit qui apporte un réel avantage d'un point de vue ergonomique, tout en soignant le look afin que les utilisateurs aient envie de les utiliser pour qu'in fine ils bénéficient des caractéristiques ergonomiques.» En quelques phrases, Lars a presque tout dit. Tout dévoilé. Ses yeux pétillent lorsqu'il nous montre les prototypes de souris et de claviers, et les processus de création qu'il a mis en place. On sent que la passion le dévore. Toutes sortes de matières sont utilisées, testées, retravaillées. C'est littéralement du learning by doing jusqu'à aboutir à un nouveau produit. L'heure tourne. Le temps passe trop vite.



Agnès Lisowska Masson



Olivier Girard

Deuxième étape, le premier étage. C'est là qu'Agnès a son laboratoire de test. «Ici, nous testons, à l'aide de divers capteurs musculaires, toute une série de paramètres avec un seul objectif: trouver de manière scientifique l'optimum entre l'activité musculaire, la posture d'un utilisateur et la performance du produit qu'il utilise afin de réduire les risques de douleurs et de troubles musculo-squelettiques, précise d'emblée cette chercheuse. Chaque individu est différent. Nous devons le prendre en compte dans nos travaux scientifiques et nous adapter pour que la performance du produit soit la plus élevée possible.» Logitech, qui était déjà très à la pointe sur ces questions, a décidé il y a trois ans, d'internaliser la recherche et le développement de la nouvelle gamme ergonomique. Et depuis, tout se passe et se crée donc à Lausanne, dans la plus grande discrétion.

Et alors, cette nouvelle gamme de produits ergonomiques, ça marche? Pour Greg Dizac, à la tête de l'équipe Digital Wellness, le démarrage, les ventes et surtout les feed-back et la satisfaction des utilisateurs sont incroyables. «Cette nouvelle gamme améliore la vie de nos utilisateurs. Selon les premières études, 80% des utilisateurs de la souris MX Vertical déclarent que les douleurs aux mains et au bras ont disparu ou fortement diminué. Ces produits apportent donc une réelle plus-value en termes d'ergonomie et de confort, sans compromis sur la performance, sur la place de travail ou en home office, et donc, au final qui améliore la santé globale. Logitech fait de réels efforts pour, à travers ces nouveautés ergonomiques, améliorer la vie des gens.»

Olivier Girard, CEO d'Erg'OH Conseil, ergonomiste et expert de la posture et des problèmes de dos ne dit d'ailleurs rien d'autre. «Le génie de Logitech c'est d'avoir anticipé avant le marché le virage que le secteur est en train de prendre au niveau mondial pour ces nouveaux produits qui soulagent de manière très claire et démontrée scientifiquement les utilisateurs de souris et d'ordinateurs.» Ce spécialiste, qui fait partie avec 4 professeurs de niveau mondial en Amérique et en Asie du Scientific Advisory Board créé par Logitech pour accompagner et soutenir l'entreprise sur ces questions, prédit d'ailleurs un avenir radieux. «L'histoire du bureau du futur ne fait que commencer. Le potentiel de ces nouveaux produits est monstre», conclut-il, très optimiste.



Pour commander ces nouveaux produits



LOGITECH EN QUELQUES CHIFFRES

Création le 2 octobre 1981. 40 ans en 2021

7000 employés dont 3500 employés hors production répartis dans le monde, dont plus de 300 à Lausanne

30 nationalités. 3 continents

\$ 2.98 milliards en chiffre d'affaires pour l'année fiscale 2020, le cinquième exercice conclu sur une croissance à deux chiffres ou presque.

Et le rôle du Groupe Mutuel, dans cette histoire?

Mais que vient faire le Groupe Mutuel dans cette histoire? Pour Nicolas Caloz, responsable du Corporate Care, la réponse est limpide. «Le Groupe Mutuel propose aux entreprises assurées des check-up sur la santé au travail, notamment avec les conseils avisés de l'expert Olivier Girard, pour tout ce qui touche aux problèmes de dos par exemple. Et comme Logitech, qui propose cette nouvelle gamme de produits ergonomiques est client chez nous, le lien était tout trouvé», sourit-il.

En cas d'intérêt:

www.groupemutuel.ch/notre-demarche

LE MAL DE DOS

en chiffres

Les douleurs dorsales se produisent le plus souvent dans le bas du dos ou dans le cou.

80%

Plus de 80% des Suisses souffrent de maux de dos au moins une fois dans leur vie.

50%

50% ont des douleurs dorsales plusieurs fois par semaine ou par mois.

13%

Les troubles musculo-squelettiques (douleurs dorsales, arthrose, arthrite, rhumatismes et ostéoporose) arrivent en deuxième position parmi les maladies les plus coûteuses. Ils représentent 13% du coût total des soins de santé.



En moyenne, M. et Mme Suisse sont assis six heures par jour.



Une amplitude de mouvement minimale de 150 minutes par semaine est recommandée pour prévenir les douleurs dorsales.

Sources: Ligue contre les rhumatismes

« L'ERGONOMIE N'EST PAS UN SIMPLE MÉDICAMENT »

SABINE BLUM VOULAIT DEVENIR DANSEUSE. AUJOURD'HUI, ELLE EST CONTENTE D'AVOIR CHOISI UN APPRENTISSAGE COMMERCIAL AVANT DE DEVENIR ENSEIGNANTE EN PÉDAGOGIE DU MOUVEMENT. LE DOMAINE DE L'ANATOMIE, DE LA PHYSIOLOGIE ET DU FONCTIONNEMENT DU CORPS L'A TOUJOURS FASCINÉE. ELLE NOUS EXPLIQUE, DANS CETTE INTERVIEW, CE QU'EST L'ERGONOMIE ET COMMENT CETTE DISCIPLINE S'EST DÉVELOPPÉE AU COURS DES ANNÉES.



L'ergonomie est un concept vaste. Quelle partie concerne la population ?

Le mot «ergonomie» vient du grec ancien et combine les concepts d'activité, de travail et de loi. Le terme fait donc référence au lieu de travail. Aujourd'hui, nous sommes confrontés au défi de devoir combiner lieu de vie et lieu de travail. Les nomades numériques sont nombreux à se déplacer d'un endroit à l'autre. Ils installent leur bureau dans leur salon, dans le train ou dans les espaces de coworking. Lorsqu'on parle d'ergonomie, cela concerne la majorité de la population puisque l'utilisation des écrans tend à se généraliser.

Quelle est votre motivation pour améliorer la santé des Suisses et des Suissesses ?

Lorsque j'étais enseignante en pédagogie du mouvement, les gens me parlaient souvent de leurs douleurs au dos et à la nuque. Je voulais comprendre la raison de ces douleurs. Je me suis donc spécialisée dans le domaine de l'ergonomie du travail et j'ai fondé mon entreprise Ergolive GmbH.

Qu'avez-vous constaté ?

Il y a vingt ans, le conseil en ergonomie pour le poste de travail n'en était encore qu'à ses débuts. La notion de «santé au bureau» se limitait aux massages, à la corbeille de fruits ou à l'activité physique pendant la pause. Le principal problème, soit le manque de mouvement pendant le travail, n'était pas traité efficacement.

Quelle est la situation actuelle ?

Les connaissances sur le bon comportement ergonomique existent, mais elles ne sont souvent pas appliquées partout. Que ce soit en utilisant son téléphone portable, en travaillant à l'ordinateur, en faisant du sport ou en apportant un colis à la poste: nous devons prendre conscience que nous utilisons le même système locomoteur dans toutes nos activités.

Est-ce que cela veut dire que les mesures de prévention ne fonctionnent pas ?

La motivation pour changer n'arrive souvent qu'au moment des douleurs. Sans douleur, pas besoin d'agir. Un tel comportement empêche tout effort de prévention. De plus, l'être humain tient à ses habitudes et résiste au changement. Pour être adopté, un changement doit être bienfaisant, et il est important que la prévention passe par des incitations positives. La personne doit être motivée: il s'agit non seulement d'éviter la douleur et la maladie, mais de rester en bonne santé, en forme, actif et rayonnant. L'ergonomie n'est pas un simple médicament qu'on avale pour qu'il agisse.

Autrefois, il n'y avait ni ordinateurs portables ni tablettes. Comment l'ergonomie s'est-elle développée ?

C'est vrai. Les douleurs à la nuque à cause du téléphone portable ou les tendinites à cause de la souris n'existaient pas. Les gens passaient moins de temps devant leurs écrans. La question de fond est la suivante: qu'est-ce que je veux regarder? Si l'on considère les trois facteurs de stress que sont le poids, la durée et la

répétition, et si l'on prend conscience de l'importance que prennent les écrans dans nos vies, cela dès l'enfance, il n'est pas étonnant que les muscles de la nuque s'affaiblissent.

Mais comment éviter d'avoir mal à la nuque tout en utilisant son téléphone portable ?

Lorsque l'on regarde constamment son écran, la tête se déplace automatiquement vers l'avant, elle n'est plus centrée. Pour éviter toute sensation d'inconfort, notre poids doit être centré par rapport à la gravité afin que nos muscles puissent travailler dans une position bien équilibrée. Sinon, des tensions cervicales se produiront tôt ou tard. Lorsque le corps n'est plus en équilibre, il y a un risque pour la santé.

La crise du coronavirus a donné un énorme coup de pouce au home office.

Quelles sont les conséquences ?

À la maison, les employés peuvent mieux répondre à certains besoins. Ils bougent plus librement, se lèvent plus tôt, sont mobiles et s'étirent, font des exercices physiques ou s'allongent quelques minutes pour détendre leurs muscles. Faire cela au bureau est plus difficile. En revanche, on est facilement distrait à la maison. Se fixer des limites entre le travail et la vie privée est un défi. Lorsque l'on travaille à domicile, il est conseillé de bien définir son horaire de travail. Ce n'est pas nécessaire de travailler de 8 h à 18 h. La situation devient critique si les périodes de repos ne sont pas respectées.

Quelle est l'importance du matériel ergonomique ?

Je suis reconnaissante aux entreprises spécialisées dans le matériel ergonomique. Il est très important que les parties intéressées puissent tester le matériel avant de l'acheter. Qu'il s'agisse de souris ergonomiques, de meubles ou de matériel pour la saisie, le choix est vaste. Le conseil et la possibilité de tester sont des facteurs décisifs. Les outils ergonomiques sont comparables à une paire de chaussures: il faut qu'ils soient bien ajustés. Il ne fait aucun doute que des aides appropriées favorisent le bon comportement ergonomique.

Selon vous, à quoi va ressembler le bureau du futur ?

Le bureau ne se trouvera plus à un seul endroit. Nous travaillerons dans différents lieux et serons moins statiques. De nouveaux outils techniques nous aideront à ne plus regarder toujours dans la même direction et à porter de moins en moins de poids. Je suis convaincue qu'à l'avenir, il y aura davantage de technologies pour favoriser notre bien-être.

CONSEILS POUR LE LIEU DE TRAVAIL MOBILE:

- Installez-vous dans un endroit sans éblouissement.
- Éliminez les sources de bruit.
- Vous travaillez sur la table de la salle à manger? Changez régulièrement de siège (chaise, tabouret, ballon, coussin, etc.).
- Vos pieds touchent-ils à peine le sol lorsque vous êtes assis? Utilisez une boîte comme repose-pieds.
- Sur un bureau, utilisez toujours votre ordinateur portable sur un support pour ordinateur portable en combinaison avec un clavier et une souris externes.
- L'ordinateur portable peut également être utilisé en s'asseyant sur le canapé. Mettez alors un ou deux coussins sur vos cuisses et placez l'ordinateur portable par-dessus.
- Faites une courte pause toutes les 45 minutes.

Économisez jusqu'à 14% sur vos primes

La crise du coronavirus a laissé de profondes traces économiques dans le système de santé. Les coûts relatifs à la Covid-19 se montent à des centaines de millions de francs. Il existe différentes initiatives visant à réduire ces coûts et à alléger la charge qui pèse sur notre système de santé. L'une des solutions est la télémédecine. L'Organisation mondiale de la santé (OMS) recommande également le recours aux consultations à distance pour une autre raison: elles permettent de limiter le contact direct avec les patients et, ainsi, d'endiguer la propagation du coronavirus.

Selon la Fédération des médecins suisses (FMH), la demande pour les téléconsultations a fortement augmenté. Afin d'alléger la charge qui pèse sur le système de santé, il existe une demande non seulement pour des téléconsultations par vidéo, mais aussi pour des systèmes de tri des patients. Pour cela, il est important que même dans le cas d'une consultation médicale à distance, les antécédents médicaux du patient soient conservés de manière à pouvoir suivre les traitements.

Avec le modèle d'assurance alternatif CallDoc du Groupe Mutuel, les clients bénéficient d'une plus grande flexibilité et de soins médicaux rapides grâce à la télémédecine. Après une première évaluation par



téléphone, les assurés peuvent consulter un médecin généraliste ou un spécialiste par téléphone ou par appel vidéo, 7 jours sur 7 et 24 heures sur 24. Cela permet aux patients qui ne souhaitent pas être contraints par les heures d'ouverture d'un cabinet médical ou qui préfèrent ne pas avoir de contact physique lors d'une première consultation de réduire leur prime d'assurance. Par rapport à l'assurance de base traditionnelle, les assurés du modèle CallDoc bénéficient d'une réduction de prime pouvant aller jusqu'à 14%.

Pour plus d'informations:
www.groupemutuel.ch/calldoc

COMMENT ÇA MARCHE?

Pour des remboursements rapides et sécurisés

Le remboursement de vos prestations médicales ou de vos primes, par exemple en cas d'octroi d'un subside, peut être effectué rapidement, sans frais et de manière sécurisée directement sur votre compte bancaire ou postal. De ce fait, il est important de veiller à ce que vos coordonnées financières soient constamment mises à jour. Si vous ne nous avez pas encore communiqué vos coordonnées de remboursement, nous vous invitons à le faire:



par courrier à l'adresse suivante:
Groupe Mutuel
Rue des Cèdres 5
Case postale CH-1919 Martigny

ou par e-mail à l'adresse:
clients@groupemutuel.ch



PrimaPharma est la solution pour ceux qui ont le réflexe malin de prendre conseil auprès d'un pharmacien. Ce modèle alternatif économique vous permet de bénéficier de toutes les compétences de votre pharmacie de confiance. Les collaborateurs d'Amavita, Sun Store et Coop Vitality conseillent chaque jour près de 100 000 clients dans plus de 350 pharmacies partenaires, dans toute la Suisse.

PrimaPharma, c'est ça!

Bernadett Baumgartner, la pharmacienne

Bernadett Baumgartner est la responsable efficiente et très aimable de la pharmacie Amavita de la Poststrasse de Saint-Gall.

«Avec PrimaPharma, l'assuré peut gagner du temps et éviter une consultation inutile chez le médecin. J'écoute la personne me décrire ses symptômes, je la conseille et j'assure le meilleur suivi possible. Si l'automédication suffit, tant mieux. Si la situation exige d'aller consulter un médecin, j'envoie par voie électronique un bon de délégation au Groupe Mutuel et la personne peut prendre rendez-vous comme elle le souhaite chez le médecin, qu'il s'agisse d'un généraliste ou d'un spécialiste.»

«Je dirais aussi qu'avec PrimaPharma le pharmacien ou la pharmacienne se sent valorisé(e) et reconnu(e) dans ses compétences. C'est motivant.»

Bojana Motika, l'assurée

Bojana Motika, 23 ans, de Rohrschach (SG), est d'origine serbe et a grandi en Allemagne. Elle habite en Suisse depuis une année. Elle s'y sent très bien. Enceinte de son premier enfant (attendu pour le 29 novembre), elle a interrompu momentanément son activité dans une agence de courtage mais projette de s'y relancer bientôt. Heureuse, épanouie, jolie et pleine d'énergie, Bojana est une jeune femme directe et spontanée, très attachée à la famille. «J'ai la chance d'avoir une bonne santé. Avec PrimaPharma, je gagne du temps et ça m'évite de courir chez le médecin et de perdre des heures dans les salles d'attente. Là je vais simplement à la pharmacie, je présente mon cas et on me répond directement. Les expériences que j'en ai faites à ce jour m'ont pleinement satisfaites.»

Jusqu'à présent, Bojana a utilisé deux fois PrimaPharma.

«La première fois, je suis allée dans une pharmacie parce que je ressentais des brûlures dans le bas-ventre. On m'a donné un test de cystite, qui s'est avéré positif. Je suis donc retournée à la pharmacie et on m'a dit que je devrais consulter puisqu'il me fallait des antibiotiques. Le processus a été très simple et rapide.»

Et la deuxième fois ? «C'était dans le troisième mois de ma grossesse, quand un soupçon de Covid-19 est apparu. J'ai téléphoné à la pharmacie. La pharmacienne m'a posé beaucoup de questions sur mes symptômes et de potentiels contacts avec des porteurs du virus. Elle est très vite arrivée à la conclusion que je devais aller voir un médecin. Quelques instants plus tard, elle me faisait parvenir par mail une confirmation de cette recommandation, avant de me rappeler pour s'assurer que je l'avais bien reçue. J'ai apprécié cette manière de faire. Pour la fin de l'histoire, il s'est avéré que, heureusement, je n'avais pas attrapé le virus.»

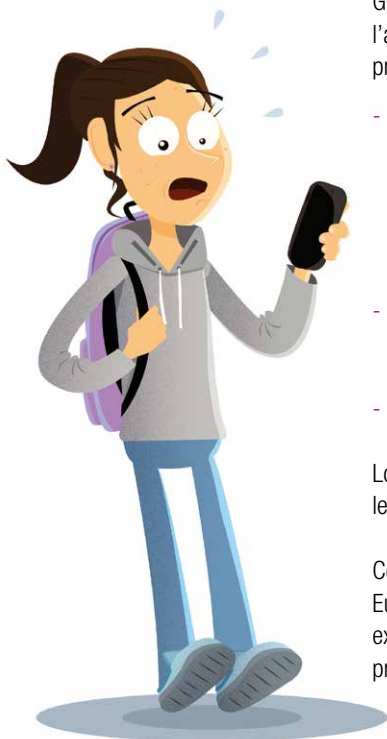
À VOTRE SERVICE

Ordinateur infecté par un virus ou rendu inutilisable par un pirate informatique qui exige une rançon pour le déverrouiller, carte de crédit débitée pour des transactions en ligne réalisées par un usurpateur, litiges concernant des achats sur Internet, détresse psychologique à cause d'actes de cyberharcèlement... Autant de risques auxquels vous pouvez être confrontés et contre lesquels les mesures de sécurité usuelles ne suffisent pas.



CyberProtect

NOUVELLE ASSURANCE POUR LES RISQUES ET LITIGES LIÉS À INTERNET, AVEC ASSISTANCE 7 JOURS SUR 7



Afin de se prémunir contre ces risques croissants, le Groupe Mutuel Assurances GMA SA propose désormais l'assurance CyberProtect. Cette couverture offre une protection complète qui englobe des services:

- de prévention regroupant des conseils et logiciels pour prévenir les risques numériques ainsi que la plateforme «MyCyberProtect (www.mycyberprotect.ch)» permettant notamment de surveiller les utilisations suspectes sur Internet des données personnelles des assurés;
- d'assistance à distance en cas de problèmes informatiques ou d'actes malveillants tels que demande de rançon ou atteinte à la personnalité; et
- de défense juridique.

Lorsque ces mesures ne suffisent pas, l'assurance couvre les pertes financières subies.

Cette solution est fournie en partenariat avec Europ Assistance (Suisse) SA qui dispose d'une longue expérience en matière d'assistance informatique et de prévention/gestion des cas de cybercriminalité.

La défense juridique est assumée par les avocats et juristes de Dextra Protection juridique SA, qui collabore depuis plusieurs années avec le Groupe Mutuel et jouit d'une excellente réputation auprès des assurés. En cas de nécessité, l'assurance prend également en charge les honoraires d'avocats indépendants ou de justice.

Vous êtes intéressé/e?

Demandez un conseil ou une offre

Tél. 0800 808 848

E-mail: offres@groupemutuel.ch

Pour conclure en ligne: www.cyber-protect.ch

Fr. 7.10/mois

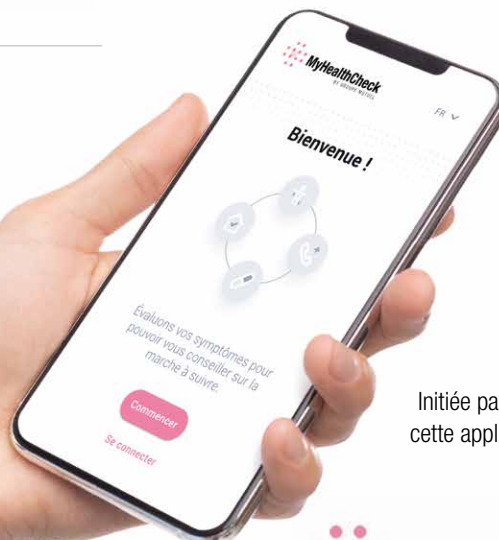
Pour une personne individuelle (couverture pour le preneur d'assurance et les personnes mineures qui séjournent passagèrement chez lui).

Fr. 9.70/mois

Pour une famille (couverture du preneur d'assurance et des personnes faisant ménage commun avec lui).

C'EST ARRIVÉ DEMAIN

MyHealthCheck

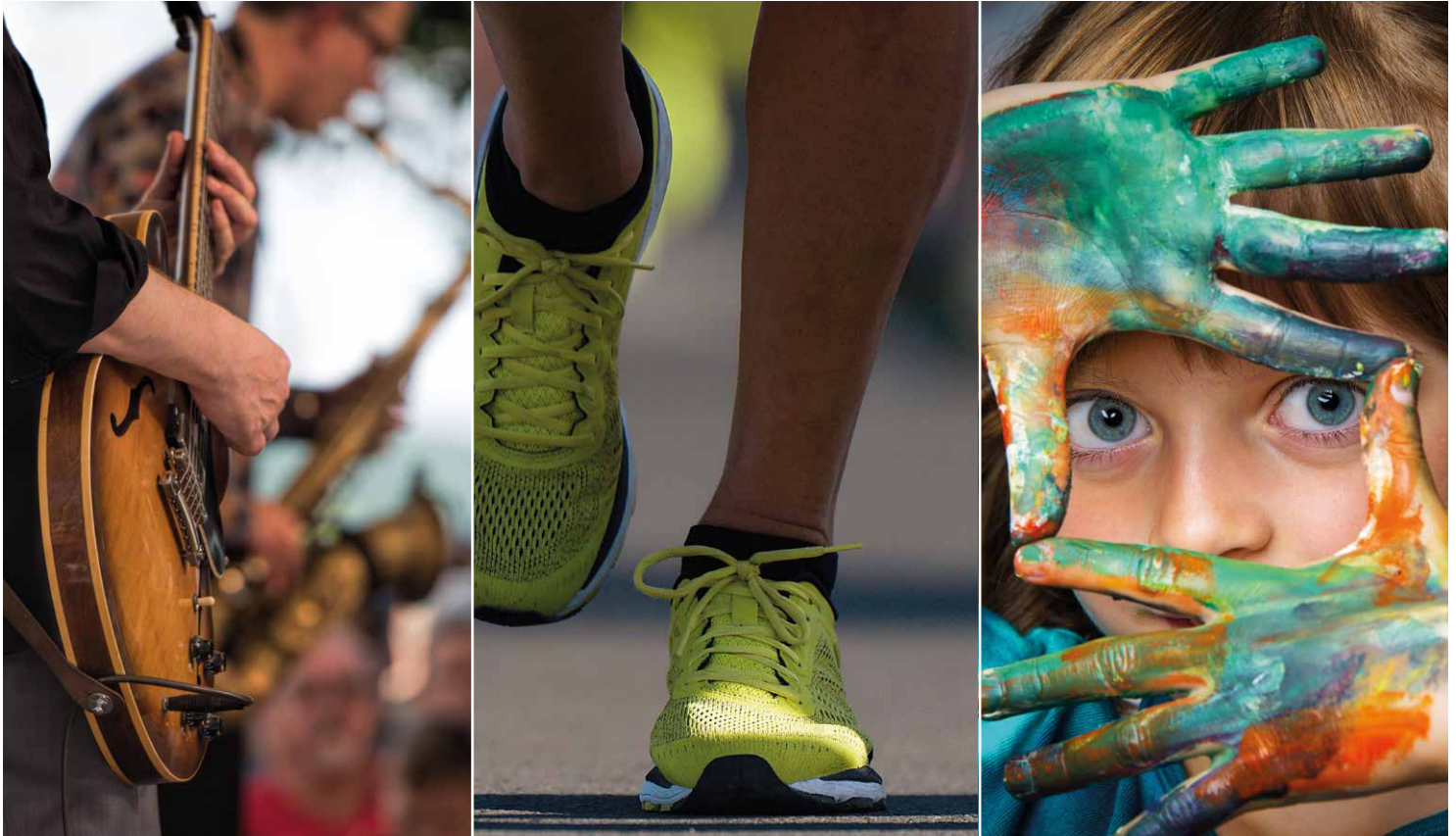


Lancée il y a quelques semaines, l'application MyHealthCheck rend les soins de santé plus simples. Elle permet de procéder soi-même à un diagnostic à distance pour toutes les affections bénignes (24 heures sur 24 et 7 jours sur 7). Et évite ainsi des visites inutiles chez le médecin. L'application prévoit également un kit sanguin, où l'utilisateur, en déposant une goutte de sang sur une petite bandelette, sait s'il doit ou non aller consulter.

Initiée par le Groupe Mutuel dans le cadre de sa transformation digitale, cette application est disponible pour toutes et tous et n'est liée à aucune assurance du Groupe Mutuel.



www.myhealthcheck.ch



Coronavirus, sponsoring et événementiel

FAIRE FACE ENSEMBLE

LA PANDÉMIE ACTUELLE A FORTEMENT IMPACTÉ LE SECTEUR DE L'ÉVÉNEMENTIEL, DANS LEQUEL S'INVESTISSENT DE NOMBREUX PARTENAIRES DU GROUPE MUTUEL. JUSQU'À PRÉSENT, LES COURSES, FESTIVALS ET REPRÉSENTATIONS QUE LE GROUPE MUTUEL DEVAIT SPONSORISER CETTE ANNÉE ONT ÉTÉ ANNULÉS. UNE CRISE À LAQUELLE NOUS DEVONS FAIRE FACE ENSEMBLE.

Le 28 février, aux alentours de midi, le Conseil fédéral a interdit les manifestations comptant plus de 1000 participants. Au moment de cette annonce, les préparatifs de la Bremgarter Reusslauf, prévue le lendemain, battaient déjà leur plein. La course a dû être annulée, le matériel renvoyé et les partenaires informés en très peu de temps. Depuis, nombre d'autres événements ont pris le même chemin, notamment le Grand Prix de Berne, une des plus grandes courses de Suisse avec ses plus de 30 000 participants. «L'annulation de l'édition 2020 a mis le Grand Prix de Berne en difficulté financière. Le fait que le Groupe Mutuel nous ait soutenus dès le début nous a beaucoup rassurés», explique Matthias Aebischer, président du Grand Prix.

Le Groupe Mutuel a non seulement promis un soutien pour cette année, il a aussi prolongé tous les contrats de sponsoring à l'avance. Un signe très positif en ces temps difficiles, comme le souligne Rolf Furrer, directeur du Zermatt Unplugged. Les importantes répercussions financières de cette annulation de dernière minute ont pu être surmontées grâce à la souplesse de tous les partenaires. «Et avec le signal clair du Groupe Mutuel pour 2021, nous avançons positivement vers l'avenir.»

Les manifestations à proprement parler n'ont pas été les seules concernées, les agences et les fournisseurs ont également été touchés. Le coronavirus a eu un impact particulièrement important sur les petites entreprises. Là aussi, le Groupe Mutuel a pu apporter son aide. «Bien que 90% des événements où nous aurions dû intervenir avec le sponsoring du Groupe Mutuel aient été annulés,

nous n'avons pas été laissés en plan et de petits mandats nous sont parvenus peu après le confinement», déclare Sibylle Meier, propriétaire de neon tree GmbH. «Le Groupe Mutuel n'entretient pas de relations client-fournisseur, il soigne ses partenariats. Corona ou non!»



ALAIN MORISOD, NÉ EN 1949, EST L'UNE DES FIGURES LES PLUS POPULAIRES DU PAYS. LE MUSICIEN À LA LONGÉVITÉ EXTRAORDINAIRE A TOUT VU, TOUT LU, TOUT BU, COMME LE CHANTAIT JACQUES DUTRONC. ET IL N'A PAS L'INTENTION D'EN RESTER LÀ. RENCONTRE.

Assuré au Groupe Mutuel, Alain Morisod n'a pas hésité à recevoir GMmag pour un petit tour d'horizon. Et quelques bonnes phrases à méditer.

« JE SUIS UN JUKE-BOX VIVANT »

Alors, comment allez-vous, Alain Morisod?

«Je vais très bien. Même si ça pourrait aller mieux puisque j'ai un problème de dos. Les douleurs sont persistantes et m'empêchent de marcher normalement. Mais enfin, peut-être que je ferai bientôt Morat-Fribourg, qui sait?» Après un long bail à la Télévision suisse romande, Alain Morisod a signé son retour à l'écran sur Léman Bleu, qu'on peut capter dans toute la Suisse. «Ça m'a redonné la pêche et je suis reparti comme en 14, avec l'émission Super Sympa.»

La télévision, le spectacle, c'est de l'adrénaline, non?

«Écoutez, moi je n'ai fait que ça dans ma vie. À mon âge, je suis un peu comme un gamin sur un carrousel, auquel les parents disent: bon maintenant c'est fini, on rentre à la maison, et lui dit: nooooo, je veux pas rentrer.»

«La musique m'a tout apporté, le plaisir, l'amitié, les voyages»

Le lien entre enfance et musique remonte à loin. La maman d'Alain, qui jouait du piano, a poussé son fils à faire des études de piano. «Je me suis piqué au jeu et vers 12 ans je commençais vraiment à jouer pas mal. À 15 ans, j'ai accompagné des spectacles. Mais à l'époque, faire de la musique n'était pas un métier. Alors j'ai fait mon bac, puis deux ans en droit. J'ai fait un 45 tours, *Concerto pour un été*, en 1971. L'idée était d'en écouler 400, j'en ai vendu 2 millions.»

Et la musique se fit destin. «La musique m'a tout apporté, le plaisir, l'amitié, les voyages. J'ai fait des petits bals de campagne, en même temps que des grands festivals, où j'ai eu des récompenses et des victoires. J'ai tout aimé.»

Alain Morisod apprécie d'abord la belle mélodie. Les grands compositeurs d'opéra, les Italiens, Verdi et les autres, et aussi la chanson populaire. «J'écoutais ça déjà tout petit, j'ai été bercé dans la chanson francophone. Un peu après, j'ai découvert le rock. Après j'ai fait quelques soirées dansantes, où je jouais les succès du moment. Quand vous faites de la musique de bal, vous êtes un juke-box vivant.»

Le succès de *Concerto pour un été*, ce fut comme un conte de fées. «Avec ce morceau, ou plus tard avec *Les oiseaux chantaient*, qui avait très bien marché aussi, une musique new age avant l'heure, on en a vendu des millions, je me suis retrouvé tout devant pendant quelques semaines. Au Brésil par exemple, j'étais classé devant les Bee Gees,

les Jackson Five, Elton John et surtout Elvis Presley. En Angleterre, j'étais disque d'or, devant Status Quo et Barbra Streisand.»

La santé pour Alain Morisod, c'est quoi?

«Je n'ai pas fait beaucoup d'efforts sur ce plan dans ma vie. Le surpoids a toujours été un petit souci mais je m'en fiche un peu. Je ne suis pas très bio, pas très végétarien non plus. J'aime bien la vie. Je dors très peu, 4 heures à 4 heures et demie par nuit, et je ne suis pas fatigué. Je suis bien dans mes baskets. Alors maintenant, premier pétard, première facture, le mal de dos. Mais j'espère que ça ira vite mieux.»

Question nourriture?

«Je mange 365 jours par année au restaurant. Les salades et les petits trucs dans le genre, c'est pas vraiment mon truc. J'aime les viandes et le poisson.»

Et en matière de mouvements?

«J'aime bien marcher. Maintenant, avec ce mal de dos, je ne peux plus marcher aussi bien et ça m'ennuie.»



Une bonne chanson, c'est quoi en fait?

«Je ne sais plus qui l'a dit mais je trouve ça tellement beau: c'est une tentative heureuse. Ça rappelle aussi que nous n'avons aucun contrôle là-dessus.»

Une devise? «Ils ne m'auront pas.»

Un endroit préféré? «Les Eaux-Vives à Genève. Ce quartier, j'en suis dingue, c'est animé.»

Quelles chansons sur une île déserte?

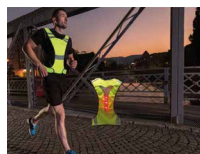
«Ne me quitte pas, de Jacques Brel. Et beaucoup de chansons françaises. Il y a trois compositeurs pour lesquels j'ai beaucoup d'estime: Charles Trenet, Michel Berger, Serge Gainsbourg. J'aime leurs mélodies.»

LeClub®

Automne 2020



Pharmalp



Bucher & Walt



Anthamatten Meubles



Backgym



SUN STORE



BOAS Swiss Hotels



Découvrez l'ensemble des avantages LeClub® sur www.groupe-mutuel.ch/leclub

Inscrivez-vous à notre newsletter et soyez informé(e), en avant-première, de vos nouveaux privilèges: www.groupe-mutuel.ch/leclub
Toutes les offres LeClub® sont entièrement financées par les sociétés partenaires, sans lien avec les primes d'assurance. Vos données personnelles ne sont en aucun cas utilisées dans le cadre de la sélection et de la conception de nos offres. Elles ne sont à aucun moment transmises à nos partenaires. Seules vos données d'adressage sont prises en compte pour la diffusion desdites offres.

PHARMALP

COFFRET DES ALPES

JUSQU'À **25%** DE RABAIS

Le plaisir d'offrir des produits suisses et naturels

Le coffret contient deux produits à base de plantes alpines suisses BIO, cultivées par des agriculteurs de montagne en Valais.

- **Savon des Alpes pour les mains** (250 ml): savon très doux à base d'huile d'olive BIO et de quatre plantes alpines suisses BIO (edelweiss, pin sylvestre, romarin, lavande). 100% des ingrédients sont d'origine naturelle.
- **Pastilles des Alpes pour la gorge** (30 pastilles): à base de plantes alpines BIO (edelweiss, sureau, baie d'aronia, thym citronné) et de zinc. Sans sucres ajoutés ni aspartame. Idéal pour la gorge et pour renforcer l'immunité, grâce au zinc. 99% d'ingrédients d'origine naturelle.

VOTRE PRIVILÈGE

- Fr. 45.- les deux coffrets (soit 20% de rabais)
- Fr. 63.- les trois coffrets (soit 25% de rabais)
- Frais de port offerts pour la Suisse
- Offre exclusive et limitée dans le temps



COMMENT PROFITER DE L'OFFRE?

- Envoyez votre commande
- Par e-mail à l'adresse: contact@pharmalp.ch
 - Par courrier à adresser à Pharmalp, Route des Eterpys 22, 1964 Conthey
 - Par fax au 027 346 52 52
 - Toutes les livraisons se feront par envoi postal

VALIDITÉ ET CONDITIONS

Offre valable jusqu'au 14 décembre 2020



contact@pharmalp.ch
www.pharmalp.ch

Bucher & Walt

GILET LUMINEUX À LED

40% DE RABAIS



Sécurité et confort sur la route!

Le gilet à LED de CONNECT vous offre une protection maximale dans le crépuscule et l'obscurité, lors de vos activités en extérieur. Il est disponible en taille unique et peut être ajusté individuellement grâce à sa fermeture velcro.

- Parfait pour coureurs, cyclistes, marcheurs et randonneurs
- Ultra léger avec éclairage LED intégré
- Adapté en toute saison (printemps, été, automne, hiver)
- Certifié EN1150

VOTRE PRIVILÈGE

- **40% de rabais:** Fr. 26.95 au lieu de Fr. 44.90
- Livraison offerte.

COMMENT PROFITER DE CETTE OFFRE?

Rendez-vous sur www.garmingps.ch et entrez le code promo **GMLED** sous «Bons de réduction» ou envoyez un e-mail à electronic@bucher-walt.ch.

VALIDITÉ

L'offre est valable jusqu'au 31 décembre 2020.

032 755 95 95
electronic@bucher-walt.ch
www.garmingps.ch

CONNECT

Anthamatten Meubles

OREILLERS TEMPUR À SOUTIEN ERGONOMIQUE

JUSQU'À 40% DE RABAIS

Développés en collaboration avec des physiothérapeutes, ces oreillers épousent les contours du corps et maintiennent la colonne vertébrale aussi droite que possible.

Le modèle Shape est idéal pour les personnes qui dorment sur le côté et sur le dos. La forme en étoile de l'oreiller All-Around soutient toutes les positions allongées mais convient particulièrement aux personnes qui dorment sur le ventre, en enlaçant leur oreiller dans cette position.

VOTRE PRIVILÈGE

- Oreiller ergonomique Shape M, dim. 50x31x10/7 cm: Fr. 99.– au lieu de Fr. 169.–
- Oreiller ergonomique All-Around, dim. 60x50/56x48 cm: Fr. 129.– au lieu de Fr. 209.–

COMMENT PROFITER DE L'OFFRE?

Sur www.anthamatten.ch/promotion-tempur, en utilisant le code **antha20**

VALIDITÉ ET CONDITIONS

Offre valable jusqu'au 15 novembre 2020, non cumulable avec d'autres offres ou rabais

TVA et frais de port inclus

Livable de suite, dans la limite des stocks disponibles



027 766 40 40
www.anthamatten.ch

anthamatten
MEUBLES

Backgym ENTRAÎNEZ VOTRE POSTURE

20%

 DE RABAIS

Il est difficile d'adopter la bonne posture. Malgré une discipline sévère, on revient toujours à l'ancienne posture, indépendamment de l'âge.

- Backgym classic entraîne l'attitude verticale du corps sans maintien. Le porteur obtient une attitude verticale du corps naturelle.
- Backgym sport maintient une posture optimale du corps durant le sport d'endurance, nous empêchant d'adopter une mauvaise posture due à la fatigue.
- Toujours plus d'enfants souffrent de problèmes de posture. Backgym kids les aide à se tenir droit à l'école ou devant un ordinateur, pour qu'ils grandissent avec une bonne posture.

VOTRE PRIVILÈGE

20% de rabais sur tous les modèles Backgym

COMMENT PROFITER DE L'OFFRE?

Sur www.trobo.shop, saisissez le code **backgym-gm** lors de votre commande.

VALIDITÉ ET CONDITIONS

Offre valable jusqu'au 31 décembre 2020.

Frais d'expédition en sus de Fr. 9.-.



SUN STORE SUNCARD



Votre SUNCARD gratuite

Grâce à la SUNCARD, profitez de nombreux avantages attractifs dans toutes les pharmacies-parfumeries SUN STORE et dans la boutique en ligne sur www.sunstore.ch. Vos avantages avec la SUNCARD:

- 10% de rabais immédiat à chaque achat
- 19% de rabais le 10 de chaque mois sur l'assortiment autorisé (voir CG sur le site www.sunstore.ch/fr/cg)
- 10% de rabais supplémentaire pour votre anniversaire
- Bon pour 30% de rabais à chaque renouvellement de la carte
- Des offres attractives

VOTRE PRIVILÈGE

- Une SUNCARD gratuite pour une année (valeur Fr. 30.-).
- Les assurés du Groupe Mutuel déjà détenteurs d'une SUNCARD recevront un bon d'achat de 20% dans le courant du mois de février 2021.
- Un bon de 20%, valable sur l'assortiment autorisé en ligne, selon les CG de SUN STORE figurant sur le site www.sunstore.ch, sera envoyé lors de la création de la SUNCARD.

COMMENT PROFITER DE L'OFFRE?

Pour profiter de cette offre, il vous suffit de vous adresser à votre pharmacie-parfumerie SUN STORE en présentant votre carte d'assuré.

VALIDITÉ ET CONDITIONS

Offre valable jusqu'au 28 février 2021

Dès le 1^{er} mars 2021, la SUNCARD sera proposée aux clients avec une assurance de base ou une assurance complémentaire auprès du Groupe Mutuel à un tarif préférentiel de Fr. 15.- pour un an au lieu de Fr. 30.-, et Fr. 25.- pour deux ans au lieu de Fr. 50.-. Les assurés PrimaPharma continueront à bénéficier de cette carte gratuitement.

BOAS Swiss Hotels

SÉJOUR BIEN-ÊTRE ET DÉTENTE

20% DE RABAIS

Cet automne, faites-vous plaisir et offrez-vous une parenthèse bien-être! Profitez d'un séjour dans les établissements BOAS Swiss Hotels pour un prix exceptionnel.

VOTRE PRIVILÈGE

20% de rabais dès deux nuits.

COMMENT PROFITER DE L'OFFRE?

- Réservez en ligne sur www.boas-swiss-hotels.ch ou sur le site web de l'hôtel et entrez le code **GroupeMutuel2020** lors de la réservation.
- Veuillez présenter votre carte d'assuré lors du check-in (une carte d'assuré par chambre).

Prestations incluses

- Petit-déjeuner buffet
- Bouteille d'eau en chambre à l'arrivée
- Entrée aux bains, piscine ou espace détente (selon les établissements – voir conditions lors de la réservation)
- Parking (sauf Hôtel Nendaz 4 Vallées et Spa)



VALIDITÉ ET CONDITIONS

Offre valable jusqu'au 30 avril 2021.

Prix variable selon le type de chambre et la période de réservation.

Valable pour toutes nouvelles réservations uniquement, non cumulable avec d'autres offres et selon disponibilités et conditions de l'établissement.

Coordonnées des établissements et périodes exclues:

- **Hôtel Nendaz 4 Vallées & Spa**, www.hotelnendaz4vallees.ch
Périodes exclues: jusqu'au 03/01/2021; du 12/02/2021 au 27/02/2021; du 02/04/2021 au 05/04/2021
- **Hôtel des Bains de Saillon**, www.bainsdesaillon.ch
Périodes exclues: du 19/12/2020 au 03/01/2021; du 20/02/2021 au 28/02/2021; du 02/04/2021 au 18/04/2021
- **Grand Hôtel des Rasses**, www.grandhotelrasses.ch
Périodes exclues: du 16/11/2020 au 04/12/2020; du 26/12/2020 au 03/01/2021
- **Grand Hôtel Yverdon-les-Bains**, www.bainsyverdon.ch
Période exclue: du 26/12/2020 au 03/01/2021

www.boas-swiss-hotels.ch

BOAS  HOTELS



SWISSPEAK
RESORTS 

Concours GMmag

Gagnez avec notre partenaire SWISSPEAK Resorts, l'un des prix suivants dans les SWISSPEAK Resorts de Meiringen, Vercorin ou Zinal:

- 1^{er} prix: 1 semaine pour 4 personnes en appartement 3 pièces**
- 2^e prix: 1 semaine pour 2 personnes en appartement 2 pièces**
- 3^e prix: 1 bon de Fr. 100.- à faire valoir dans un des Bar/Restaurants**
The Bistro by SWISSPEAK Resorts

Question 1:

Sur le site de quelle école est installée l'entreprise Logitech?

Question 2:

Comment s'appelle la nouvelle assurance du Groupe Mutuel, créée dans le but de se prémunir contre les risques et litiges liés à Internet?

Question 3:

Quelle destination héberge le 1^{er} établissement SWISSPEAK Resorts?

Nom et prénom: _____

NPA/Localité: _____

E-mail: _____

Vos réponses

Meiringen Vercorin Zinal

Adresse: _____

Numéro OFSP (inscrit sur votre carte d'assuré): _____

Conditions de participation

Sur www.groupemutuel.ch/concours, jusqu'au 30 novembre 2020 ou par courrier au moyen de ce bulletin à envoyer dans une enveloppe affranchie à l'adresse suivante:

Groupe Mutuel – Communication d'entreprise – Rue des Cèdres 5 – Case postale – CH-1919 Martigny.

Aucune obligation d'achat. Aucune correspondance ne sera échangée au sujet du concours. Les gagnants seront avisés par écrit. Tout recours juridique exclu.

Pas de paiement en espèce ni de transfert de prix. Les gagnants acceptent que leur nom soit publié. Les collaborateurs du Groupe Mutuel et de SWISSPEAK Resorts ne sont pas autorisés à participer.

34 agences 5 centres de service

Horaires: de 7h45 à 12h et de 13h30 à 17h30

(17h les vendredis et veilles de jours fériés)



Notre service clientèle
est à votre disposition de 8 h à 18 h
du lundi au vendredi au

0848 803 111



Cécile, Anita et Sabrina à votre service dans la nouvelle agence de Neuchâtel. Un concept innovant et un nouveau design pour encore mieux vous accueillir.

AGENCES RÉGIONALES

5000 Aarau	Buchserstrasse 12	1218 Grand-Saconnex	Route de Ferney 211	1950 Sion	Rue de la Blancherie 41
5400 Baden	Stadtturmstrasse 19	1914 Iséables	Place de l'Église 3	4500 Soleure	Lagerhausstrasse 1
4052 Bâle	St. Alban-Anlage 46	1006 Lausanne	Av. de la Rasude 8	9000 Saint-Gall	Poststrasse 12
1996 Basse-Nendaz	Chemin de la Place 30	1010 Lausanne	Route d'Oron 1	7500 Saint-Moritz	Via Maistra 24
3011 Berne	Waisenhausplatz 25	6900 Lugano	Viale Stefano Francsini 40	3600 Thoune	Frutigenstrasse 24E
2502 Biel/Bienne	Mühlebrücke 2	6003 Lucerne	Hirschmattstrasse 40	1872 Troistorrents	Place du Village 24
3902 Brigue-Glis	Gliserallee 10	1920 Martigny*	Rue des Cèdres 5	1752 Villars-sur-Glâne	Rte du Petit-Moncor 6
1630 Bulle	Rue de Vevey 11	1870 Monthey	Avenue du Théâtre 4	8400 Winterthour	Tösstalstrasse 7
7000 Coire	Grabenstrasse 9	2000 Neuchâtel	Avenue de la Gare 3	8001 Zurich	Widdergasse 1
2800 Delémont	Quai de la Sorne 22	4600 Olten	Ringstrasse 15	8050 Zurich-Oerlikon	Birchstrasse 117
1700 Fribourg	Rue de Locarno 9	1937 Orsières	Route du St-Bernard 61		
1201 Genève	Rue Argand 3	3960 Sierre	Rue de Pradec 1		

* Siège principal



Assurance-maladie

0848 803 111
info@groupemutuel.ch



Assurance-vie

0848 803 999
vie@groupemutuel.ch



Assurance-patrimoine

0848 803 222
clients@groupemutuel.ch

Mag
Groupe Mutuel



IMPRESSUM

Éditeur: Groupe Mutuel, rue des Cèdres 5, case postale, CH-1919 Martigny
Rédaction: Jean-Christophe Aeschlimann, Serkan Isik, Pascal Vuistiner
Conception et création: Jean Philippe Chevassu
Parution: trimestrielle en français, allemand et italien
Internet: www.groupemutuel.ch/gmmag
E-mail: gmmag@groupemutuel.ch
Photos: Olivier Maire (pages 2, 4 et 6), Thomas Egli (page 8)
Thomas Masotti (pages 2, 11, 15 et 20), Adobe Stock.
Impression: media-f sa, Imprimerie Saint-Paul, Fribourg
Tirage total: 850 000 exemplaires

Groupe Mutuel Mag est une publication adressée aux assurés du Groupe Mutuel.



Fini la paperasse!

Votre espace clients en ligne GMnet et son application mobile GMapp vous simplifient la vie!

Plus d'informations sur:

www.groupemutuel.ch/gmnet



imprimé en
suisse