groupemutuel

mag

Dossier

La famille c'est pour la vie

Pages 4 à 7

PrimaFlex
Ne payez plus de franchise avec les génériques.
Page 12

Premium
Découvrez notre nouvelle offre.
Page 13

Primes 2023. Une ligne gratuite à votre écoute jusqu'à 20h00 et également le samedi matin
0800 808 088

Octobre 2022 / PP 1919 Martigny

S'il est un terme qui est commun à **Melissa Monteiro**, 30 ans, de Genève, et à **Leo Scognamiglio**, 25 ans, de Bâle, c'est bien celui-ci : la passion. Une passion, celle d'un métier, conseillère et conseiller en assurances et prévoyance, qui les anime et leur tient à cœur.

L'amour du job

Originaire d'Argovie et installé à Bâle depuis quatre ans, Leo commence ses journées par quelques exercices de fitness, histoire de se sentir aussi à l'aise et disponible que possible.

« Mon job, c'est d'accompagner l'assuré dans les diverses phases de sa vie, d'identifier au mieux ses attentes. Et d'être à ses côtés en cas de besoin. »

Pour Melissa, venue d'un petit village de Provence, installée dans la région genevoise depuis dix ans et mère d'un petit Isaac (2 ans), la fibre relationnelle vibre fort également : **« J'apprécie beaucoup le contact avec le client, à son domicile ou à l'agence. J'adore être utile à l'assuré. »**
Et d'ajouter : **« Mon job, c'est d'écouter et d'identifier les besoins d'une personne ou d'une entreprise, de manière à l'orienter vraiment vers la meilleure solution possible. »**

Leo comme Melissa sont enjoués et agréables. Leo : **« Je suis optimiste, extraverti, j'aime le contact avec les gens. Je fais volontiers du fitness, du snowboard l'hiver, et j'aime les vacances en Italie et en Thaïlande. »**

Melissa, elle, qui retourne régulièrement dans le sud de la France voir ses parents, adore aussi les voyages. **« Je suis très famille. Oui, j'adore les voyages, mon autre passion. Et bien sûr, comme toutes les filles, j'aime le shopping (réd. sourire), c'est là que je m'évade et me vide l'esprit. Et il y a aussi le sport, le vélo et les balades au bord du lac. »**

Une phrase, une image, pour traverser les moments plus difficiles et relever des défis ?

Leo : « Dans ces cas, je me souviens des jours où les choses allaient bien, et je m'efforce de transposer ce déroulement au présent. C'est comme ça que je retrouve alors le bon rythme et le bon état d'esprit. »

Melissa : « Dans ces moments, je me souviens d'une personne qui, alors que j'avais 18 ans, m'avait dit que je n'arriverais jamais à rien. Quand je réussis quelque chose, je pense toujours à cette phrase, comme à une petite revanche. »

Melissa et Leo, deux personnes à l'écoute et passionnées.

Sommaire

4 **Dossier**
La famille c'est pour la vie. Reconstitution du cycle de vie d'une famille.

6 **Dossier**
To-do-list bébé. Vivez sereinement l'agrandissement de votre famille.

8 **Infographie**
Les coûts de la santé explosent en 2021.

10 **Conseils pratiques**
Assurances privées et semi-privées: bonnes nouvelles pour les assurés.

12 **PrimaFlex**
La prévention du cancer du sein pour toutes les femmes.

13 **J'ai testé pour vous**
Médicaments génériques, la solution économique.

14 **Premium**
De multiples avantages pour tous.

15 **Combien ça coûte?**
Astuces pour optimiser sa charge fiscale.

leclub

16 **Vos nouveaux privilèges**
Découvrez une sélection des avantages LeClub®, et le nouveau concours mag.

Impressum

Éditeur
Groupe Mutuel
Rue des Cèdres 5
1919 Martigny

Rédaction
Jean-Christophe Aeschlimann
Lisa Flueckiger
Serkan Isik
Pascal Vuistiner

Conception et création
Jean Philippe Chevassu

Illustrations
Nicolas Bonvin (pages 4 et 5)

Photos
Thomas Masotti (page 2),
Adobe Stock

Internet
www.groupemutuel.ch/gmmag

E-mail
gmmag@groupemutuel.ch

Parution
3 fois/an, en français, allemand et italien

Impression
Schellenberg Druck AG
Schützenhausstrasse 5
8330 Pfäffikon ZH
Tirage total: 875 000 ex.

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

Ce magazine est imprimé sur du papier certifié FSC – pour une gestion durable des forêts.

imprimé en suisse

FSC www.fsc.org
MIXTE
Papier issu de sources responsables
FSC® C105442

Un philosophe a dit un jour : «Rien n'est permanent, sauf le changement.» Cet adage est particulièrement vrai dans le cas de la vie familiale. Lorsqu'un bébé arrive et grandit, ce sont les besoins individuels et collectifs de toute la famille qui évoluent en permanence.

Pour tout comprendre sur les phases importantes de la vie, retrouvez ci-dessous une reconstitution du cycle de vie d'une famille.

La famille,

Du désir d'enfant à la naissance

Pour tous les couples qui prévoient d'avoir un premier enfant, c'est une nouvelle étape de la vie qui commence. Un bébé entraîne énormément de changements et impose de grands défis physiques et psychologiques et ce, dès la grossesse. Pour soulager les douleurs, les médecines alternatives comme l'acupuncture et l'ostéopathie peuvent se révéler utiles.

Renseignez-vous : certaines assurances complémentaires peuvent prendre en charge une partie de ces coûts. Vous souhaitez donner naissance à votre enfant dans une clinique privée ou bénéficier d'une chambre individuelle ? Avec une complémentaire spéciale hospitalisation, vous avez l'assurance que l'accouchement se passera dans les conditions souhaitées.

De quoi mon enfant a-t-il besoin ?

Trouver la bonne assurance pour un enfant relève parfois du casse-tête pour de nombreux parents. Outre les couches, la crèche et la garde-robe à renouveler régulièrement, les enfants mettent le porte-monnaie à rude épreuve.

Avec des variantes de l'assurance de base, par exemple celle des téléconsultations ou du médecin de famille, **vous pouvez faire des économies sur les primes.** Les assurances complémentaires couvrent les traitements qui ne sont pas prévus par l'assurance de base.

Votre enfant doit porter des lunettes, vous voulez éviter des frais dentaires exorbitants ou vous avez besoin d'une nounou quand vous êtes malade ? Choisissez les prestations qui correspondent à vos besoins les plus importants.

Saviez-vous qu'il était possible d'assurer votre enfant avant sa naissance ?

Cette solution permet une prise en charge sans réserve de sa santé, indépendamment de sa situation à la naissance. Vous évitez ainsi de remplir un questionnaire santé et d'avoir le nez dans des formalités administratives dans ses premiers mois de vie.

De plus, certaines assurances complémentaires vous font profiter de la gratuité des primes pendant les trois premières années de bébé.

c'est pour la vie !

À quatre, à cinq et même à six

Vivre avec plusieurs enfants, c'est parfois rock'n'roll. Cela dit, avec un frère ou une sœur à ses côtés, vous offrez à votre enfant un cadeau pour la vie.

Le Groupe Mutuel propose l'une des primes d'assurance-maladie obligatoire (AOS) les plus avantageuses pour les enfants.

Pour permettre aux familles avec trois enfants ou plus de souffler un peu, **nous vous offrons également -25% sur la prime d'assurance de base de chaque enfant, à partir du troisième enfant assuré.** Par mois, cela représente en moyenne une économie de 106 francs.

Épargner et se prémunir contre les aléas de la vie

On préfère ne pas y penser, mais malgré tout, il est important de prendre ses précautions dans le cas où il arriverait quelque chose aux parents – en particulier si les enfants sont jeunes.

Avec une assurance-vie, vous pouvez protéger votre famille et vous-même en cas de décès, d'invalidité ou d'incapacité de travail.

Grâce à des fonds d'investissement performants, cette catégorie d'assurance peut aussi constituer une alternative au compte d'épargne pour enfant et financer l'obtention du permis de conduire, le premier appartement ou des études.

Nos services sont là pour vous simplifier la vie

Espace Client

Gérez en ligne les contrats d'assurance de toute votre famille.

Carte d'assurance numérique

Avec l'Espace client, vous pouvez accéder aux cartes d'assurance de votre famille sur le smartphone.

Télémédecine 24/7

Notre partenaire est disponible à tout moment pour répondre à vos questions de santé.

Démarches administratives

Nos conseillers s'occupent de vos demandes.

To-do-list bébé

Vous avez un projet de grossesse ou votre bébé est en route? Félicitations! La check-list ci-jointe vous aidera à tout préparer en vue de l'arrivée de votre bambin et à vivre sereinement l'agrandissement de la famille.

Avant la grossesse
Si vous prévoyez d'être enceinte, commencez à prendre de l'acide folique et mettez vos vaccins à jour.

Au cours du 1er trimestre
Établissez la date d'accouchement présumée à partir de vos dernières menstruations et prenez rendez-vous chez votre gynécologue pour le premier examen (8e / 10e semaine).

13e semaine
À l'issue des 12 premières semaines, la plupart des couples décident d'annoncer la bonne nouvelle aux proches et amis. Si ce n'est pas déjà fait, informez également votre assurance-maladie. L'intégralité des examens médicaux à partir de la 13e semaine est exemptée de franchise et de quote-part.

4e mois
De nombreux symptômes du premier trimestre disparaissent et vous avez davantage d'énergie. Que diriez-vous d'un petit «babymoon», une lune de miel prénatale?

5e mois
Souhaitez-vous connaître le sexe du bébé? Autour de la 20e semaine, c'est en général possible grâce à l'échographie. Dans le cas où vous auriez besoin de faire garder votre enfant, c'est le moment de vous renseigner sur les offres dans votre région. Très souvent, les places se réservent bien à l'avance.

6e mois
Petit à petit, prenez le temps de chercher une sage-femme pour être accompagnée après l'accouchement, ainsi qu'un pédiatre pour le bébé.

7e / 8e mois
Participez à un cours de préparation à l'accouchement et informez-vous sur les avantages des assurances prénatales: la date limite de souscription arrive très vite. Penchez-vous également sur le prénom à donner à votre enfant.

9e mois
Préparez la valise de maternité pour être prête à partir à l'hôpital ou à la clinique à tout moment. Aménagez la future chambre du bébé… mais ne vous en faites pas: un bébé n'a pas besoin d'énormément de choses.

10e mois
Une grossesse dure 40 semaines, soit environ 10 mois. 60% des enfants viennent au monde après le terme. Même si c'est difficile, prenez votre mal en patience.

Après l'accouchement
Informez votre assurance-maladie du nom, du sexe et de la date de naissance de votre enfant. Prévoyez une consultation postnatale auprès de votre gynécologue entre les 8e et 10e semaines suivant l'accouchement.

Conseils aux parents

«Les enfants devraient avoir le droit d'essayer et de faire des erreurs»

Nous souhaitons tous que nos enfants grandissent heureux, qu'ils deviennent des personnes sûres d'elles et aimantes, et qu'ils puissent plus tard mener leur vie de manière autonome. Mais comment y arriver? Lulzana Musliu-Shahin de Pro Juventute donne quelques conseils.

Madame Musliu-Shahin, de quoi un enfant a-t-il besoin pour grandir en bonne santé et s'épanouir?

Les enfants ont besoin d'amour, de valorisation et de respect. En tant qu'adulte, on oublie parfois que les enfants ont des droits. Ils ont le droit d'être entendus et d'exprimer librement leur opinion. Il est bon pour les enfants de jouer, de se faire des amis et d'avoir leurs propres centres d'intérêt. Il est scientifiquement prouvé qu'ils ont besoin de diverses personnes de référence et qu'il est important d'encourager leur résilience.

Comment s'y prendre?

En entretenant de bonnes relations et en donnant l'exemple d'une culture positive de l'erreur. Les enfants et les adolescents doivent sentir que leurs parents s'intéressent à eux et éprouvent de l'affection pour eux. En même temps, ils ont besoin d'être libres d'essayer des choses et de faire des erreurs. Il est également important qu'ils puissent exprimer leurs sentiments positifs et négatifs. Pour renforcer leur confiance en eux, les enfants doivent apprendre à trouver des solutions et leurs parents éviter d'ôter chaque pierre de leur chemin.

La vie quotidienne avec des enfants peut être mouvementée. Avez-vous un conseil à ce sujet?

Cela fait du bien de prendre régulièrement un peu de distance et d'analyser les processus quotidiens. Les membres d'une famille n'ont pas toujours tous les mêmes besoins en matière de temps passé ensemble et de temps passé seul. Il vaut la peine de dresser une liste des activités quotidiennes pendant quelques semaines et d'analyser les résultats en famille. On pourra alors se mettre d'accord sur des moments à passer ensemble et des moments où chaque membre de la famille décide de ce qu'il a envie de faire. Les enfants et les jeunes devraient avoir leur mot à dire dans ce domaine.

Comment gérer la difficile période de l'adolescence?

Les parents devraient garder à l'esprit que l'éducation de leurs enfants comporte toujours une part de confrontation. La sérénité et la compréhension aident à mieux surmonter la période de la puberté. Telle une chenille dans sa chrysalide, les adolescents se renferment. Les contacts et les points communs avec les parents diminuent. Le cercle d'amis prend de l'importance. Bien qu'il ne soit pas facile pour les parents de voir leur enfant se détacher peu à peu, cette étape est fondamentale sur le chemin vers l'autonomie. Ce n'est pas la fin de la relation parent-enfant, mais le début d'une nouvelle forme de relation.

Vous ne savez plus quoi faire? Les services suivants peuvent être utiles

Pro Juventute est la plus grande organisation spécialisée pour les enfants et les jeunes en Suisse. Elle propose des services de conseil gratuits pour les parents et les enfants, disponibles en toute confidentialité 24 heures sur 24, 7 jours sur 7, 365 jours par an.

Conseil et aide pour les enfants et les adolescents
147 et www.147.ch

Conseils aux parents
058 261 61 61

Les coûts de la santé explosent en 2021

+6,5%

Les coûts de la santé **ont fortement augmenté** en Suisse en 2021

On s'attendait à une augmentation plus forte des coûts moyens par assuré, en 2021, en raison de la pandémie en 2020. Elle a juste été plus importante que prévue. Avec une hausse de 6,5%, c'est nettement plus que la moyenne des vingt dernières années qui atteint 3 à 4%.

Personne n'avait anticipé une hausse aussi massive. **Les premiers chiffres 2022 semblent confirmer cette tendance vers une hausse des coûts plus importante que la moyenne.**

La loi exige que les primes couvrent les coûts. Ainsi, lorsque ces derniers augmentent, les primes suivent cette hausse, mécaniquement.

Comme l'augmentation des coûts entre 2020 et 2021 a été sous-estimée lors de l'établissement des primes **2022, ces dernières s'avèrent être insuffisantes pour couvrir les coûts 2022 que nous projetons.**

Pour que les primes couvrent les coûts en 2023, il ne faut pas seulement envisager une augmentation standard des coûts, mais également rattraper le retard de 2022.

Après deux ans de relative stabilité des primes voire de baisses l'an dernier pour la très grande majorité des assurés du Groupe Mutuel, la hausse des primes 2023 est malheureusement importante.

Quelles en sont les principales raisons?

L'effet **rattrapage**

Le premier élément est vraisemblablement dû en partie à un effet rattrapage, mais c'est peut-être aussi en partie dû à un trend haussier.

Après deux ans de pandémie, le rythme des opérations s'est considérablement accéléré en 2021. C'est assez normal, mais le phénomène a pris plus d'ampleur qu'attendu.

En outre, la tendance semble se poursuivre et il est clair que si tous les prestataires augmentent leur volume, alors les coûts de la santé prennent l'ascenseur et les charges des assureurs-maladie également.

Forte hausse dans presque tous les secteurs en 2021

Dans le graphique ci-dessous, la largeur de la barre représente le poids du prestataire dans la totalité des prestations.

On constate que le secteur ambulatoire progresse fortement. Le secteur des pharmacies, qui n'avait pas été impacté en 2020 par la pandémie, progresse également très fortement sans qu'on en connaisse les raisons en l'état.

Les médicaments coûtent aussi de plus en plus cher, notamment tous les nouveaux traitements qui ne sont pas encore dans la liste reconnue par les autorités (off-label) mais qui sont souvent très performants pour guérir les patients.

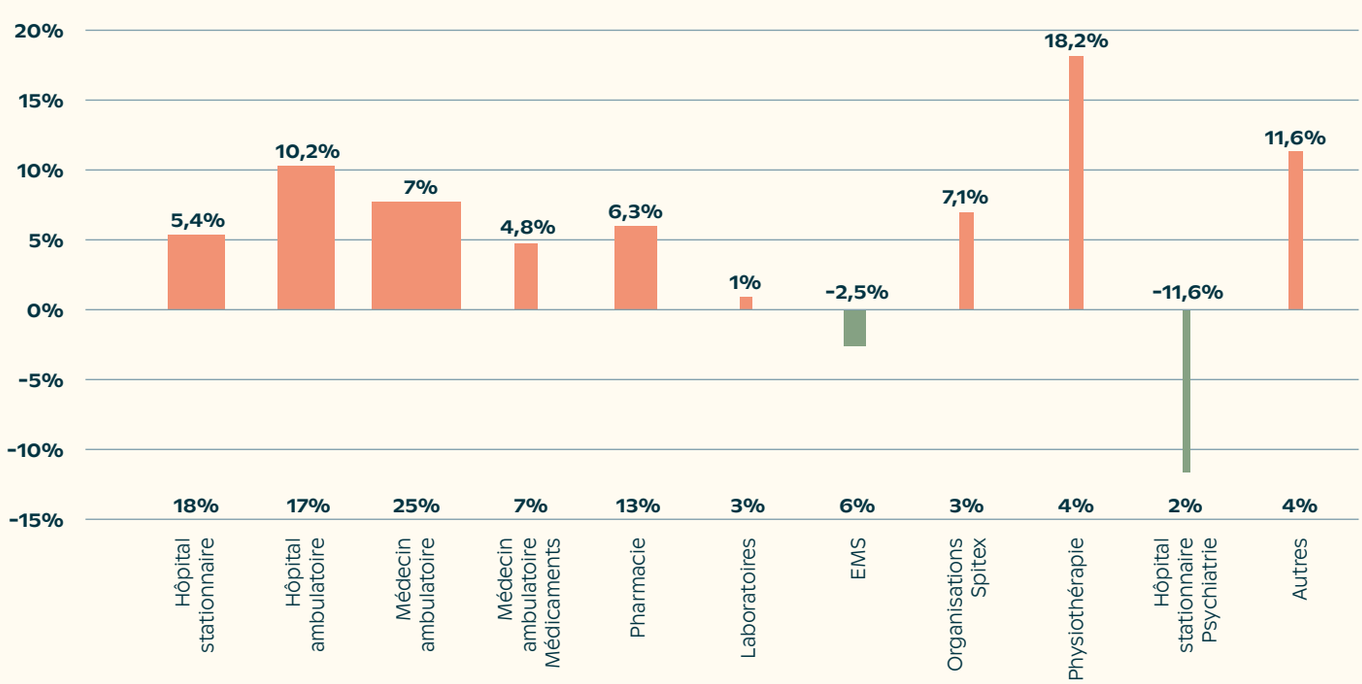
La très forte croissance du secteur physiothérapie s'explique par le fait que la plupart des praticiens n'ont pas pu exercer durant une bonne partie de l'année 2020 en raison du confinement et de la pandémie.

Quelles solutions pour **maîtriser la hausse des coûts ?**

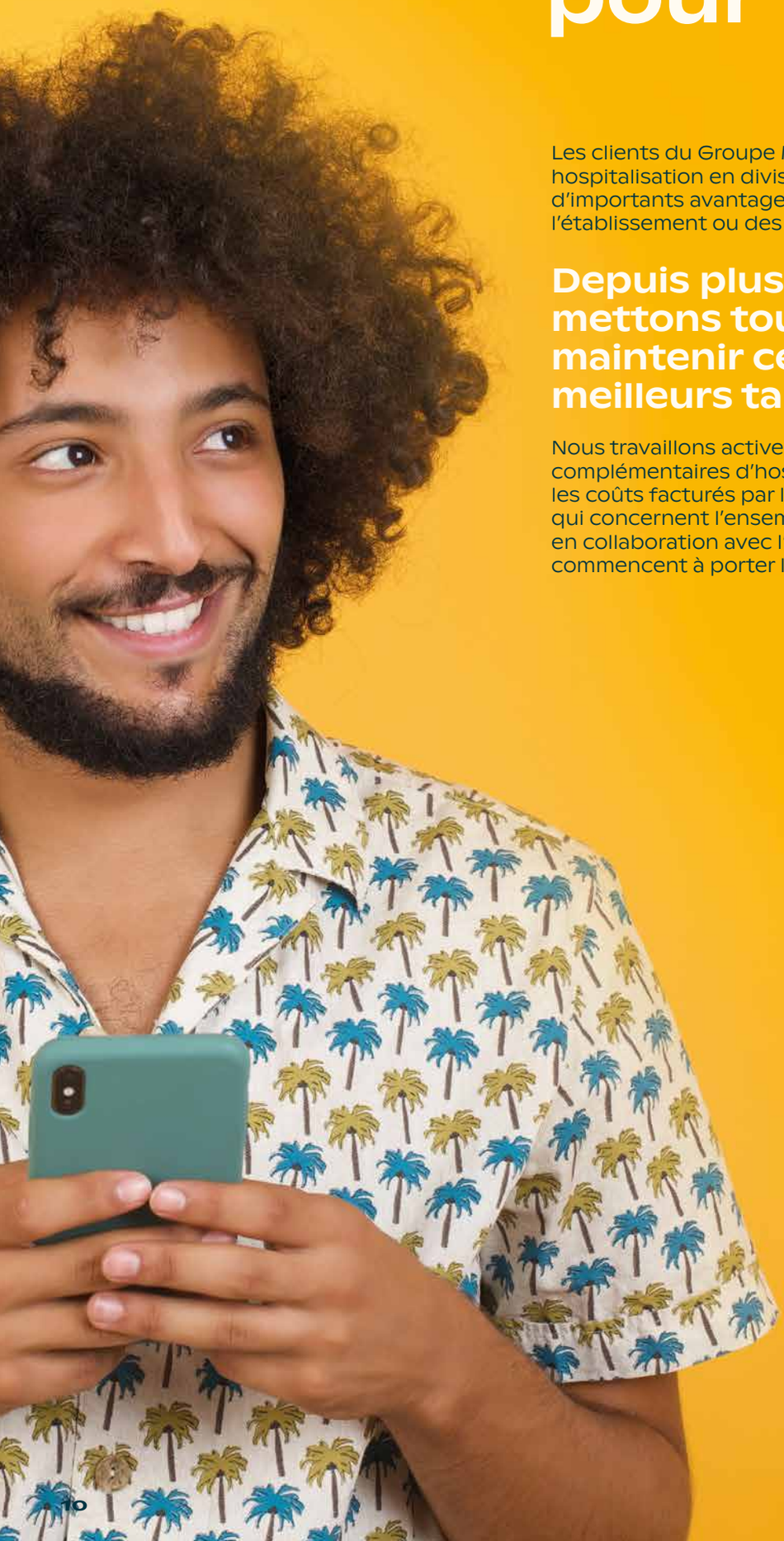
Cette hausse des coûts de la santé surprend. C'est bien plus qu'anticipé par les experts et il est regrettable que des mesures plus importantes n'aient pas encore été prises pour contenir cette hausse liée à l'augmentation des volumes de soins prodigués par les prestataires de santé.
En résumé, c'est un peu comme si une hausse « normale » sur deux ans s'était reportée sur une seule année. Il y a forcément eu un très important effet de rattrapage, mais cela ne justifie pas tout.

Tous les acteurs du système, y compris les caisses maladie, doivent continuer à tout faire pour maîtriser la hausse des coûts de la santé.

Il faut clairement et rapidement une volonté politique plus forte pour prendre des mesures efficaces, par exemple sur le prix des médicaments (d'ailleurs le produit PrimaFlex du Groupe Mutuel vous dispense de payer la franchise sur les médicaments génériques) ou concernant la planification hospitalière. Le financement de l'ambulatoire, qui est en discussion au Parlement fédéral depuis plus de dix ans, démontre l'incapacité chronique du monde politique à réformer le système. Ce rythme est beaucoup trop lent, plus du tout adapté à la vitesse des changements ni au monde dans lequel nous vivons.



Assurances privées et semi-privées : **bonnes nouvelles pour les assurés**



Les clients du Groupe Mutuel, titulaires d'une assurance hospitalisation en division privée ou semi-privée, bénéficient d'importants avantages, notamment le libre choix du médecin, de l'établissement ou des services de confort.

Depuis plusieurs mois, nous mettons tout en œuvre pour maintenir ces avantages, et cela aux meilleurs tarifs possible.

Nous travaillons activement pour rendre les assurances complémentaires d'hospitalisation plus transparentes et maîtriser les coûts facturés par les prestataires de soins. Ces travaux, qui concernent l'ensemble de la branche et qui sont effectués en collaboration avec l'Association Suisse d'Assurances (ASA), commencent à porter leurs fruits.

Objectif : conventions avec l'ensemble des principaux établissements hospitaliers de Suisse

Les négociations pour l'année 2023 sont en cours et le Groupe Mutuel fait tout son possible pour que les établissements hospitaliers non conventionnés restent une exception. Cela afin que nos assurés possédant une couverture privée ou semi-privée bénéficient du libre choix de l'établissement et d'une prise en charge complète. À fin 2022, tous les assurés du Groupe Mutuel possédant une assurance complémentaire d'hospitalisation recevront un courrier individuel afin de les informer de la situation pour 2023.

Ce qui impliquera certainement la mise en place d'une liste des établissements hospitaliers ayant une convention en vigueur. Ainsi, de manière transparente, les assurés seront informés des établissements non soumis à des restrictions de prise en charge.

Il nous tient à cœur de limiter autant que possible les coûts des assurances privées tout en proposant un très large choix d'établissements. Nous mettons donc tout en œuvre pour proposer un très grand nombre d'établissements hospitaliers avec une prise en charge complète tout en maintenant nos primes d'assurance hospitalisation aussi basses que possible.

Bonne nouvelle pour nos clients de l'assurance Supra : pour leur simplifier la vie, Supra passera du tiers garant au tiers payant à partir du 1er janvier 2023. Cela signifie que les pharmacies nous factureront les médicaments et qu'il ne sera plus nécessaire de les payer directement.

supra
assurance maladie

Ne plus payer ses médicaments à l'avance. **Supra passe au tiers payant**

Pas de temps pour l'administration ? Envoyer des factures et les poster vous prend trop de temps ?

Connectez-vous à notre Espace client pour téléphone mobile et ordinateur. Vous pouvez y photographier les factures et les envoyer directement. De plus, vous avez ainsi toujours votre carte d'assuré (et celle des membres de votre famille) sur vous.

Quel est l'avantage du nouveau système ?

La responsabilité de vos factures nous incombe dorénavant. Vous n'avez plus besoin d'avancer des sommes importantes pour les médicaments et d'attendre un remboursement. En outre, vous serez déchargé des tâches administratives. Désormais, il vous suffira de remettre votre carte d'assuré à la pharmacie ou de la présenter sur votre téléphone mobile pour que les médicaments soient facturés au Groupe Mutuel. Vous ne paierez ensuite que la franchise et la quote-part.

Que signifie tiers payant ?

Dans une assurance fondée sur le système du tiers payant, l'assureur paie les factures de médecin et les médicaments et facture ensuite au client ou à la cliente une participation aux coûts (franchise et quote-part). En revanche, dans le système du tiers garant, la personne assurée paie elle-même les factures et les envoie à l'assurance, qui rembourse ensuite l'argent après déduction de la franchise et de la quote-part.

Le changement a-t-il une influence sur les prestations couvertes ou sur le montant des remboursements ?

Non, votre couverture d'assurance reste exactement la même. Seule la procédure de remboursement change.

Comment savoir si je suis assuré chez Supra ?

Le nom de votre assureur est inscrit en haut à droite sur votre carte d'assuré.
Si vous êtes assuré auprès d'une autre assurance du Groupe Mutuel, vous bénéficiez déjà d'un système de tiers payant.

Dois-je faire quelque chose pour changer ?

Non, à partir du 1er janvier 2023, le système du tiers payant sera automatiquement appliqué aux assurés Supra.

La prévention du cancer du sein **pour toutes les femmes**

En Suisse, le «cantonalisme» se fait particulièrement ressentir dans le domaine du dépistage du cancer du sein. Tous les cantons ne disposent pas d'un programme de dépistage organisé. Le nouveau modèle d'assurance de base PrimaFlex prévoit, à partir du 1er janvier 2023, un accès à des dépistages peu coûteux pour toutes les femmes.

Notre santé est notre bien le plus précieux et ne devrait pas dépendre de notre canton de résidence. Mais en matière de dépistage du cancer du sein, c'est malheureusement encore le cas en Suisse. Pour donner à toutes les femmes la possibilité d'une détection précoce du cancer du sein, le Groupe Mutuel lance PrimaFlex, un nouveau modèle d'assurance de base.

Avec PrimaFlex, certaines prestations de prévention de maladies largement répandues sont exemptes de franchise. Cette offre permet ainsi de pallier la répartition irrégulière du programme de dépistage du cancer du sein d'un canton à un autre.

Découvrez un témoignage vidéo sur notre page YouTube.

Une femme sur huit est confrontée à un cancer du sein

Les statistiques sont claires : la Ligue suisse contre le cancer indique que 6300 nouveaux cas de cancer du sein sont enregistrés chaque année en Suisse. Le cancer du sein est la forme de cancer la plus fréquente chez les femmes. Par ailleurs, le risque de le développer augmente nettement à partir de 50 ans. Si certains cantons ont mis en place un programme de dépistage, il n'est suivi que par 50% des patientes et ne concerne pas les femmes de moins de 50 ans, qui représentent 23% des diagnostics de cancer du sein. Il était donc urgent d'agir.

Améliorer les chances de survie grâce à la détection précoce

La détection précoce du cancer du sein permet de diminuer le taux de maladie ainsi que l'intensité du traitement, tout en améliorant le taux de survie. Dans le cadre du modèle PrimaFlex, notre partenaire de télémédecine renseigne les femmes de 50 à 74 ans pour les inciter à participer au programme de dépistage de leur canton, le cas échéant. Pour toutes les autres femmes, notre partenaire évalue si une mesure de dépistage est nécessaire, sans discrimination d'âge (p. ex. mammographie, IRM, etc.). Si tel est le cas, un dépistage exempt de franchise est prescrit, indépendamment du canton de résidence.

Choisir librement son premier interlocuteur de santé

En plus de ces prestations de prévention, les assurées et assurés PrimaFlex choisissent de manière flexible leur premier interlocuteur de santé. Selon votre situation, vous pouvez, en cas de maladie, vous diriger vers votre médecin de famille, le centre de télémédecine Medgate ou l'une des 400 pharmacies partenaires.

Médicaments génériques, **la solution économique**

Un médicament générique a les mêmes effets qu'un médicament original. En revanche, la différence de prix est flagrante, puisque les génériques coûtent jusqu'à 70% moins cher.

Avec PrimaFlex, notre nouveau modèle d'assurance de base, nous encourageons l'utilisation de médicaments génériques et vous aidons à faire des économies.

Demander un médicament à la pharmacie et se voir proposer la version générique: cela vous est forcément déjà arrivé. Souvent, l'inquiétude règne, et c'est bien compréhensible. Après tout, la santé n'est pas un sujet à prendre à la légère.

Qu'est-ce qu'un médicament générique?

Un médicament générique est la copie d'un médicament original. Il a les mêmes effets que ce dernier, mais ne peut être commercialisé que lorsque le brevet qui le protège est expiré. On parle de «médicament original» lorsqu'un principe actif inédit est développé et mis sur le marché. Le prix constitue quasiment l'unique différence entre les deux types de médicaments. En effet, les génériques sont jusqu'à 70% moins chers, tout en possédant les mêmes propriétés.

Une baisse des coûts de la santé assurée par les génériques

Étant donné que le développement d'une préparation originale est très onéreux, son achat grève non seulement nos porte-monnaie, mais également le budget santé global. Il y a plusieurs raisons pour lesquelles le prix d'un médicament est si élevé. Parmi elles: des procédures de longue haleine pour contrôler la qualité, l'innocuité et l'efficacité des médicaments. Généralement, plusieurs années se passent avant la mise sur le marché.
Le développement des médicaments génériques est moins laborieux, puisque leur principe actif a déjà été découvert. Ils demandent donc moins d'investissements de la part des fabricants.

Avec PrimaFlex, le Groupe Mutuel rembourse les génériques sans franchise

De nombreuses mesures ont déjà été prises pour inciter les Suisses et Suissesses à passer aux génériques. Par exemple, en optant pour un médicament générique, la quote-part de l'assurance-maladie s'élève, conformément à la loi, à 10%, contre 20% pour la version originale. Cette mesure porte ses fruits : depuis 2005, les ventes de génériques ont augmenté, passant de 14% à 37% de part de marché.
Le Groupe Mutuel va encore plus loin. Avec son modèle d'assurance de base PrimaFlex, l'achat de médicaments génériques est totalement exempté de franchise. Nous répondons ainsi à un triple objectif : généraliser le recours aux génériques, alléger les frais de médicaments de nos assurés et contribuer à faire baisser les coûts de santé.

Pour en savoir plus ou obtenir un conseil ou une offre, scannez le code QR ci-dessous.

Premium, de multiples **avantages pour tous**

Destiné aussi bien aux personnes seules qu'aux familles, Premium donne accès, en plus des couvertures principales pour les soins (médecine douce, médicaments, traitements dentaires, etc.), à toute une gamme de prestations inédites non couvertes par l'assurance obligatoire des soins. Dont une participation aux abonnements de fitness et aux cotisations à des clubs sportifs. Ou encore, pour la première fois, au remboursement de mesures de contraception prescrites par un médecin.

S'agissant de l'activité sportive et de l'exercice physique, le Groupe Mutuel s'inscrit avec Premium dans une tendance forte constatée dans notre pays depuis plusieurs années, celle de l'augmentation continue de l'activité sportive parmi la population. Une hausse portée notamment par les femmes et les personnes dans la seconde moitié de la vie.

Avec Premium, les personnes, quel que soit leur âge, bénéficient de contributions financières intéressantes, qu'il s'agisse d'inscription à un club de fitness ou de cotisations à un club sportif (tennis, natation, etc.) ou encore d'abonnements annuels de ski.

S'agissant de la contraception, le Groupe Mutuel, avec Premium, s'inscrit également dans une tendance qui voit les mœurs et les techniques évoluer. Premium propose ainsi le remboursement de mesures de contraception prescrites par un médecin. Entre 1992 et 2017, le taux de femmes âgées de 15 à 49 ans utilisant un moyen de contraception est passé de 54% à 72%.

Destiné à toute la famille, Premium inclut également des prestations dédiées spécialement aux enfants, dont l'orthodontie et la garde d'enfants malades à domicile. Les enfants jusqu'à 18 ans peuvent bénéficier d'une prime particulièrement attractive si au moins un de leurs parents a souscrit à cette assurance.

De même, Premium rembourse les frais du pharmacien pour la délivrance de médicaments soumis à ordonnance sans devoir consulter un médecin au préalable.

Pour en savoir plus, scannez le code QR ci-dessous.

	Exemples de dépenses	Coûts indicatifs	Prise en charge par Premium
Fitness	Abonnement annuel de fitness	**CHF 800.–**	**CHF 400.–** (50%, max. CHF 500.– par année)
Contraception	Contraception (pose d'un stérilet hormonal)	**CHF 400.–**	**CHF 360.–** (90%, max. CHF 500.– par année)
Sport	Cotisation annuelle à un club de tennis	**CHF 200.–**	**CHF 180.–** (90%, max. CHF 200.– par année)
Lunettes	Facture de l'opticien	**CHF 750.–**	**CHF 500.–** (max. CHF 500.– tous les 3 ans)

Pour plus de renseignements, consultez notre page Internet dédiée ou contactez-nous au 0800 808 848

Optimiser sa charge fiscale? C'est possible, grâce notamment à l'assurance-vie. Et n'oubliez pas de déduire les primes d'assurance-maladie pour économiser des impôts. Explications.

L'assurance-vie constitue une protection contre le risque décès et invalidité et garantit le versement d'un capital. Mais inclut également des avantages fiscaux.

Déduction des primes du revenu imposable, exonération de la fortune (prévoyance liée), taux d'imposition réduit: les assurances-vie et les solutions de prévoyance professionnelle font bénéficier de nombreux avantages fiscaux.

Astuces pour optimiser sa charge fiscale

La prévoyance liée (pilier 3a)

Soumise à des conditions légales strictes, elle définit clairement dans quelles circonstances et de quelle manière les avoirs peuvent être versés à l'échéance ou perçus avant terme.

Mais en contrepartie, les produits de prévoyance liée offrent les privilèges fiscaux tels que:

- les cotisations/primes au pilier 3a sont déductibles du revenu imposable;

- le versement du capital 3a est imposé à un taux réduit.

La prévoyance libre (pilier 3b)

Elle est flexible et n'est soumise, dans ses grandes lignes, à aucune obligation légale.

Le privilège fiscal qu'elle offre tient au fait que la Confédération et les cantons **exonèrent de l'impôt sur le revenu le versement du capital provenant d'assurances-vie de type 3b** financées par des primes périodiques.

À noter que les cantons de Fribourg et de Genève permettent également, jusqu'à un certain montant, la déduction des primes payées du revenu imposable.

Par ailleurs, l'optimisation fiscale passe également par une déduction des primes maladie des impôts. Ces primes sont en effet déduites indirectement au moyen d'une déduction forfaitaire des primes d'assurance – mais pas en totalité. En effet, la somme déductible est fixée par chaque canton.

En général, toutes les dépenses de santé qui ne sont pas couvertes par l'assureur maladie ou l'assurance-accidents sont déductibles. En la matière, les cantons appliquent une sorte de franchise, fixée dans la plupart d'entre eux à 5% du revenu net. De plus, il n'est possible de faire valoir que les frais de santé relatifs à des prestations fournies sur ordonnance médicale ou facturés par un(e) naturopathe agréé(e). En outre, dans la plupart des cantons, les frais de dentiste avérés et non couverts par une quelconque assurance peuvent être déclarés au point «Frais de maladie, accident et invalidité».

N'oubliez pas: vous avez besoin d'une attestation fiscale de votre assurance-maladie pour déduire vos primes et frais de santé réels.

Veillez ainsi à bien conserver vos certificats médicaux, factures et justificatifs de caisse maladie, afin de pouvoir les communiquer à l'administration fiscale en cas de contrôle.

Inscrivez-vous à notre newsletter et **soyez informé, en avant-première, de vos nouveaux privilèges**: www.groupemutuel.ch/leclub

Retrouvez nos meilleurs avantages dans nos éditions du Mag ainsi que dans les flyers joints à la facturation.

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 de correspondance sont prises en compte pour la diffusion des offres.

Découvrez l'ensemble des avantages LeClub® sur www.groupemutuel.ch/leclub

leclub

Let's Go Fitness

Energy is for everyone

15%
de rabais sur les abos annuels

Bien plus qu'une salle de sport, c'est une expérience où la sportivité et la convivialité se retrouvent pour vous recharger. C'est pour ça que Let's Go Fitness est là avant, pendant et après votre séance pour vous conseiller et vous accompagner, le tout au plus proche de chez vous.

Êtes-vous prêt à faire le plein d'énergie?

- Plus de 70 clubs accessibles avec un seul abo
- Espaces: cardio training, musculation, poids libres, entrainement fonctionnel, sauna et hammam
- Des programmes personnalisés et adaptés à vos objectifs*
- Des milliers de cours collectifs chaque semaine*
- Possibilité de suspendre son abo pendant 90 jours**
- Des clubs accessibles en horaires XXL
- En cadeau, l'ebook des 12 programmes des coachs, avec recettes et conseils inclus

* Uniquement compris avec l'abo Energy

** Uniquement compris avec l'abo Energy 12 ou 24 mois

Votre privilège:

- Abo Energy 1 mois pour CHF 89.– au lieu de 169.–
- 15% de rabais sur les abos Energy ou Starter de 12 ou 24 mois

Comment profiter de l'offre?

Sur présentation de votre **carte d'assuré** dans le club Let's Go Fitness de votre choix.

Validité et conditions:

L'offre pour l'abo Energy d'un mois est réservée aux nouveaux membres, elle est non cumulable et valable jusqu'au 30.11.2022. Les 15% de rabais sur les abos Starter et Energy sont non cumulables et valables jusqu'au 31.12.2022 à la souscription d'un nouvel abo (frais d'inscription de CHF 99.– en sus). La date d'échéance est synonyme de dernier jour pour démarrer un abonnement.

Bon à savoir: Certaines assurances-maladies complémentaires du Groupe Mutuel remboursent une partie des frais de fitness (par exemple, 50% des coûts à charge de l'assuré, au maximum CHF 500.– par année pour les assurés au bénéfice de l'assurance des soins complémentaires Premium).

LET'S GO FITNESS

letsgofitness.ch

20%
de rabais

CHD Clinique Hygiène Dentaire

Les soins dentaires accessibles à tous

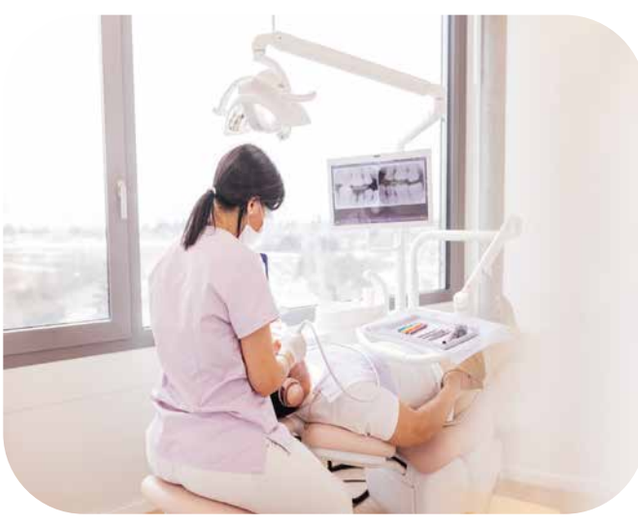
Les séances régulières chez les hygiénistes dentaires offrent:

- Le maintien d'une bonne hygiène dentaire
- La garantie d'absence de pathologies dentaires
- Une économie de frais médicaux à long terme

Profitez d'horaires préférentiels de 7h à 21h.
Des rendez-vous sont possibles sous 48 heures.

Les cliniques CHD:

- CHD Genève, rue de Lausanne 65, 1202 Genève, 022 920 33 33
- CHD Meyrin, chemin Riantbosson 19, 1217 Meyrin, 022 577 62 62
- CHD Lausanne, route de Berne 1, 1010 Lausanne, 021 652 10 00
- CHD Yverdon-les-Bains, Avenue Haldimand 105, 1400 Yverdon, 024 459 60 00



Votre privilège:
20% de rabais sur tous les soins dentaires (détartrage, caries, implants, orthodontie, etc.)

Comment profiter de l'offre?
Présentez **votre carte** d'assuré Groupe Mutuel et le code **GMP22** lors de votre première visite.

Validité et conditions:
Offre valable jusqu'au 31 décembre 2023, non cumulable avec d'autres offres ou rabais.
Exclues prestations de laboratoire.

contact@cliniquehygienedentaire.ch
cliniquehygienedentaire.ch

Jusqu'à 40%
de rabais

Anthamatten Meubles

Oreillers Tempur à soutien ergonomique

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 et convient particulièrement aux personnes qui dorment sur le ventre, en enlaçant leur oreiller dans cette position.

Ces 2 modèles sont dotés de la nouvelle technologie SmartCool qui procure une sensation de fraîcheur au toucher.

Coloris à choix

Votre privilège:

- Oreiller ergonomique TEMPUR Shape M, dim. 50×31×10/7 cm: CHF 107.– au lieu de CHF 179.–
- Oreiller ergonomique TEMPUR All-Around: CHF 131.– au lieu de CHF 219.–
- Housse pour modèle Shape M - Coloris à choix: CHF 20.– au lieu de CHF 29.–
- Housse pour modèle All-Around - Coloris à choix: CHF 25.– au lieu de CHF 39.–

Comment profiter de l'offre?
Rendez-vous sur **anthamatten.ch/promotion-tempur** et entrez le code promo **antha22** lors de votre commande.

Validité et conditions:
Offre valable jusqu'au 31 décembre 2022, non cumulable avec d'autres offres ou rabais. TVA et frais de port inclus. Livrable de suite, dans la limite des stocks disponibles.

027 766 40 40
anthamatten.ch

Bucher & Walt

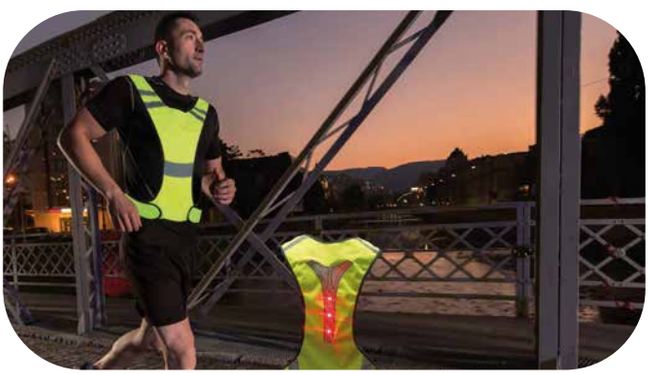
Jusqu'à **40%** de rabais

Visibilité et sécurité

Gilet à LED de CONNECT

Offrant une protection maximale lors de vos activités dans l'obscurité, ce gilet 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



Lampe frontale V3air de Supreabeam

Légère et rechargeable, cette lampe de qualité est équipée d'une batterie minimaliste qui conserve toutefois un système de commande entièrement électronique.

- Poids avec accu: 148 grammes
- Distance du faisceau: 210 mètres
- Flux lumineux: max. 650 lumens / standard 120 lumens
- Durée d'éclairage: max. 1h45 / standard 5h

Votre privilège:

- 40% de rabais sur le gilet LED: CHF 26.95 au lieu de CHF 44.90
- 30% de rabais sur la lampe frontale: CHF 76.95 au lieu de CHF 109.90
- Livraison offerte

Comment profiter de l'offre?

Rendez-vous sur **garmingps.ch/fr/226-gm** et saisissez le code **GM22** pour la lampe frontale et **GM22LED** pour le gilet lors de votre commande.

Validité et conditions:

Offre valable jusqu'au 31 décembre 2022.

032 755 95 95
electronic@bucher-walt.ch
bucherwalt.ch

Objectif Thalasso

Jusqu'à **25%** de rabais

Votre semaine de thalasso au Pays Basque

Relais Thalasso Hendaye ****

Prestations incluses:

- Séjour de 7 nuits en chambre double Classic, demi-pension
- Cure «Essentielle» (24 soins individuels)
- Libre accès au spa marin
- Documentation de voyage
- Frais de dossier et assurance annulation

Du 23 octobre au 25 novembre 2022 et du 2 janvier au 3 février 2023: Chambre double Classic CHF 1335.– au lieu de CHF 1785.–

Du 4 février au 9 mai 2023: Chambre double Classic CHF 1475.– au lieu de CHF 1870.–

Du 21 mai au 30 juin 2023: Chambre double Classic CHF 1535.– au lieu de CHF 1925.–

Supplément chambre individuelle Classic CHF 230.–

Votre privilège:

Jusqu'à 25% de rabais sur votre semaine de thalasso

Comment profiter de l'offre?

Par téléphone au 0848 85 86 85 ou par courriel **info@objectif-thalasso.ch** Mentionnez le code **Groupe Mutuel** au moment de la réservation.

Validité et conditions:

Offre valable du 23 octobre 2022 au 30 juin 2023 (hors fermeture annuelle, vacances de Noël et ponts de mai), sous réserve de disponibilité, pour toute réservation effectuée avant le 31.12.22. Prix du séjour par personne en francs, variable en fonction du taux de change appliqué au moment de la réservation.

0848 85 86 85
info@objectif-thalasso.ch
objectif-thalasso.ch

Berdoz Vision & Audition

40% de rabais

Toujours à votre service

Berdoz, enseigne 100% suisse, et ses 20 magasins vous accompagnent avec la promesse de vous offrir le meilleur service au meilleur prix. Chez Berdoz, les prix sont tout compris: monture, verres, montage et garanties.

Votre privilège:

- 40% de rabais sur vos nouvelles montures optiques*
- 50% de rabais sur votre 2e appareil auditif + une paire de lunettes progressives offerte

Comment profiter de l'offre?

- Sur **berdoz-vision.ch/groupemutuel**
- En magasin, présentez votre carte d'assuré lors de votre achat.

Validité et conditions:

Valable jusqu'au 31 janvier 2023. Non cumulable avec d'autres offres ou avantages.

*Voir conditions en magasin.

BERDOZ VISION & AUDITION

info@berdoz-vision.ch
berdoz-vision.ch

Mizuno

30% de rabais

Votre fournisseur d'équipement sportif

Les articles de sport de Mizuno vont des vêtements aux chaussures et garantissent qualité et design pour les athlètes de haut niveau et les amateurs.

Chez Mizuno, vous trouverez des équipements pour de nombreux sports, comme la course à pied, le football, le tennis, le handball, l'athlétisme, le volley-ball, le unihockey ainsi que les sports d'équipe et la mode sport.

Votre privilège:

30% de rabais sur les articles de sport Mizuno

Comment profiter de l'offre?

Rendez-vous sur **mizunoshop.ch** et utilisez le code **GMPR22** lors de votre commande.

Validité et conditions:

Offre valable jusqu'au 31 décembre 2022. Valable sur les achats en ligne à partir d'une commande d'une valeur minimale de CHF 90.–.

MIZUNO

032 631 50 08
info@mizunoshop.ch
mizunoshop.ch

Concours **mag**

Farmy

Gagnez avec notre partenaire Farmy

1er au 4e prix : un bon d'une valeur de **CHF 250.–**

Question 1:
À partir de combien d'enfants assurés le Groupe Mutuel offre 25% de rabais sur la prime d'assurance de base de chaque enfant ?

☐ 2 ☐ 3 ☐ 4

Question 2:
Quel est le nom de notre nouveau modèle d'assurance de base encourageant à l'utilisation de médicaments génériques ?

☐ Premium ☐ VariaInvest ☐ PrimaFlex

Nom et prénom:

.....

NPA/Localité:

.....

Adresse:

.....

E-mail:

.....

Conditions de participation

Sur www.groupemutuel.ch/concours, jusqu'au 31 décembre 2022 ou par courrier au moyen de ce bulletin à envoyer dans une enveloppe affranchie à l'adresse suivante: Groupe Mutuel – Marketing – 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 est 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 Farmy ne sont pas autorisés à participer.

Programme de recommandation

Recommandez-nous et **gagnez jusqu'à CHF 200.–** par nouveau client*

Inscrivez-vous dès maintenant en scannant ce code QR

ou en vous rendant sur my.groupemutuel.ch/friends

groupemutuel

*Retrouvez les conditions du programme sur notre plateforme en ligne.

Primes 2023
Une ligne gratuite à votre écoute jusqu'à 20h00 et également le samedi matin

0800 808 088