



# QVCT / PREVENTION SANTE :

## Et si vous faisiez équipe avec Malakoff Humanis pour la santé de vos salariés ?



Retraite complémentaire et action sociale retraite

Rencontre du 31 mars 2026



# Le groupe Malakoff Humanis

LEADER DE LA PROTECTION SOCIALE



**Retraite complémentaire**

**Epargne**



**Santé**

**Prévoyance**

# CONSEILLER LES ENTREPRISES CLIENTES ET LEUR PRÉSENTER LES OFFRES DE SERVICES RETRAITE, ACCOMPAGNEMENT SOCIAL ET PRÉVENTION

## Rencontrer les entreprises

Présenter les Offres de services

## Etre l'Interlocuteur privilégié

Faire le lien avec les différents services du Groupe

Garantir une réponse au besoin ou à la difficulté exprimée

## Comprendre les besoins des entreprises

Construire et proposer un plan d'action au bénéfice des salariés

Coordonner la mise en place des actions

## Mesurer l'impact des services mis en oeuvre

Réaliser un bilan



# DEUX DOMAINES D'INTERVENTION DÉFINIS PAR LES PARTENAIRES SOCIAUX GESTIONNAIRES DU RÉGIME AGIRC-ARRCO POUR LA PÉRIODE 2023-2026

Agir pour vivre sereinement la retraite & accompagner l'avancée en âge



Accompagner les aidants et soutenir les personnes en situation de fragilité

## Retraite : ACCOMPAGNEMENT DES ENTREPRISES

**Entreprise** (vie du contrat, opération juridique, DSN, BIE, Cercle Entreprises, webinaires retraite...)

**Le droit à l'information des salariés** (Réunion d'information et Entretien Individuel Retraite)

## Retraite : SECONDE PARTIE DE CARRIERE

30% des salariés seront séniors en 2030

1 sénior sur 3 souffre d'une MCE

Formation aux Gestes qui sauvent

Retrouver sens et motivation

## AIDANTS

1 salarié sur 5 s'occupe régulièrement d'un proche fragilisé par le grand âge, la maladie ou le handicap.

**En 2030 1 actif sur 4 sera un aidant.**

Autodiagnostic - Enquête

Une charge mentale importante,

La conciliation des temps de vie à prendre en compte.

Formation de référent aidant

## HANDICAP

Obligation d'Emploi

Favoriser l'accès et le maintien dans l'emploi des personnes en situation de handicap

Formation de référent handicap

Sensibiliser les salariés

## PREVENTION / QVCT

Actions de prévention santé en entreprise :  
Sommeil  
Stress  
Nutrition

Centre de prévention Agirc-Arrco

Dispositif Mon Bilan Cardio

## FRAGILITES SOCIALES

59% des salariés connaissent 1 situation de fragilité personnelle

1 salarié sur 3 est en difficulté financière

Soutenir les situations de fragilité sociale via un accompagnement individuel et confidentiel 3996

Un dispositif au sein de l'entreprise : MHEA

Un parcours collectif GABI

# Le constat

Avec la Loi Santé au Travail, **l'employeur doit veiller à la santé et à la sécurité de ses travailleurs** en mettant en place des actions de prévention, d'information et de formation.

Alors que l'espérance de vie continue de croître, **l'espérance de vie en bonne santé stagne.**

Parce que la réforme des Retraites a conduit à travailler plus longtemps, **MALAKOFF HUMANIS a décidé d'investir le champ de la Prévention santé pour accompagner le bien vieillir** dans le but de conserver son autonomie le plus possible.

## La Prévention santé en Entreprise



**Soyons les  
champions de  
notre santé !**



# La semaine de la qualité de vie au travail QVCT 2026





**Objet :** La 3ème édition de la semaine de la QVCT approche !

**Expéditeur :** Malakoff Humanis

**Cible :** entreprises mono et mixtes hors entreprises réservées  
DASPEN, segment + 2 salariés

**Date d'envoi :** 24 mars

## La prévention santé

Du 15 au 19 juin 2026,  
ma semaine pour prendre soin  
de moi !



Bonjour,

**Du 15 au 19 juin 2026**, nous avons le plaisir de vous inviter à la 3<sup>ème</sup> édition de la **Semaine Qualité de Vie et des Conditions de Travail**, un temps dédié à la santé physique et mentale pour vous et vos collaborateurs.

### Une offre de 5 webinaires centrés sur le bien-être :

- 4 webinaires auxquels vous pouvez convier vos salariés
- 1 webinaire spécialement dédié aux dirigeants, RH et managers

Animés par des **spécialistes reconnus de la qualité de vie au travail issus de différents secteurs d'expertise**, ces rendez-vous vous apporteront des éclairages concrets et des conseils pratiques pour favoriser la qualité de vie au travail au sein de votre organisation.

Chaque webinaire abordera des **sujets essentiels pour accompagner les entreprises et répondre aux besoins des collaborateurs** :

- Santé des dirigeants
- Sédentarité au travail
- Santé des femmes
- Conciliation vie professionnelle / vie personnelle
- Addictions et alimentation

[Je consulte le programme](#)

Un **emailing détaillé** avec le contenu des webinaires, les intervenants, les horaires et **les liens d'inscription** vous sera adressé **à partir de la mi-mai**.

D'ici là, vos consultants régionaux restent à votre disposition pour toute question.

[Je contacte mon consultant](#)

Nous serons heureux de vous retrouver à l'occasion de ces rendez-vous Malakoff Humanis.

A très bientôt.

# La semaine de QVCT



Quand ? 15 au 19 juin 2026

Quoi ? **des webinaires quotidiens entre 12h et 14h**

Si pré-inscription – replay possible

Combien ? **5 webinaires** animés par des experts de la prévention santé.

Coût ? **Prise en charge par MH = 0 € / établissement**

# La semaine de QVCT 2026

## Votre programme



Ma semaine pour  
**PRENDRE SOIN DE MOI**  
15-19 JUIN 2026

**Lundi 15 juin** de 13h à 14h

Santé des dirigeants



Dirigeants, RH  
et managers



Résultats du Baromètre  
santé au travail

&

Solutions pour prendre soin  
de la santé des dirigeants



**Eric BARDIN**



**Grégor OZBOLT**

**Mardi 16 juin**  
de 13h à 14h

La sédentarité



Remettre le  
mouvement au cœur  
de la journée  
(pour lutter contre la  
sédentarité)



**Alexandre DANA**

Tous collaborateurs



**Mercredi 17 juin**  
de 13h à 14h

La santé des femmes



Briser les tabous pour  
mieux prévenir : hormones  
et santé intime



**Charline GAYAULT**

Tous collaborateurs



**Jeudi 18 juin**  
de 13h à 14h

Conciliation vie pro/perso



3 vies, un seul temps :  
comment arbitrer  
sans s'épuiser ?



**Gaël CHATELIN-BERRY**

Tous collaborateurs



**Vendredi 19 juin**  
de 13h à 14h

Les addictions



Quand l'alimentation  
fait souffrir :  
comprendre, prévenir et  
accompagner



**Caroline SEGUIN**

Tous collaborateurs



# Comment être informé ?

1 Teasing webinaire 31/03/2026

Après envoi @mailing  
24/03/2026



2 Com' consultants  
en région



3

2me quinzaine de mai  
Kit de communication  
clé en main avec flash  
code



# Accompagner la seconde partie de carrière

## Centres de prévention AGIRC-ARRCO

### Mon parcours prévention

Les centres de prévention s'adressent à tous les ressortissants Agirc-Arrco de 50 ans et plus, actifs ou retraités, ainsi qu'à leur conjoint ou aidant familial.

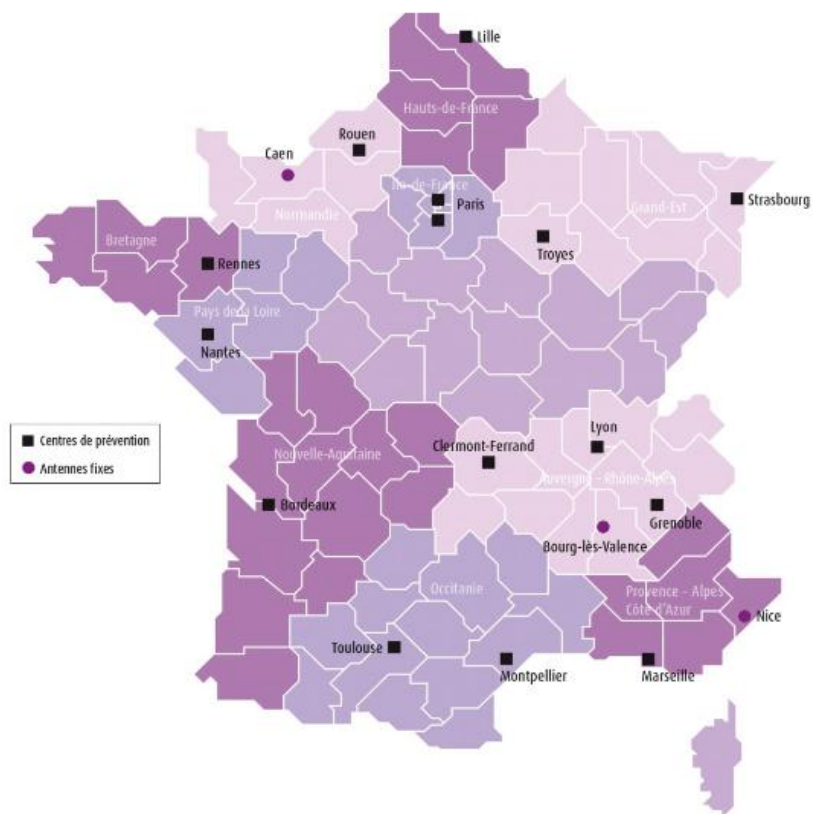
Chaque personne bénéficie systématiquement des étapes 1 à 3 du parcours prévention, à savoir la réalisation d'un bilan d'évaluation médico-psycho-social, suivies de recommandations personnalisées.

A l'issue de ce bilan et en fonction des fragilités repérées, un parcours personnalisé de prévention peut-être proposé, à travers notamment des actions individuelles ou collectives (il s'agit des étapes 4 et 5 du parcours).



# Accompagner la seconde partie de carrière

## Centres de prévention AGIRC-ARRCO



Réaliser un bilan de prévention médico-psycho-social dans un centre de prévention Agirc-Arrco, en complément du bilan proposé par la CPAM.

Ces bilans peuvent s'organiser en téléconsultation.

### BILAN DE PREVENTION

1h avec un médecin + 1h avec un psychologue  
Repère toutes les fragilités et vulnérabilités susceptibles d'impacter l'autonomie et la qualité de vie

### SUIVI

Evaluation de l'impact des préconisations à 12 mois



PRENDRE UN RDV

[www.centreprevention.fr](http://www.centreprevention.fr)  
[www.doctolib.fr](http://www.doctolib.fr)



PARCOURS INDIVIDUALISE

Bilans spécifiques  
Entretien individuel médical, psychologique  
Parcours collectif (ateliers, conférences)



[Centre de prévention, Bilan de santé Gratuit | Agirc Arrco](#)



RETRAITE COMPLÉMENTAIRE  
agirc et arrco

Je contacte par téléphone mon Centre de Prévention



Je trouve mon centre

Je remplis le formulaire pour être rappelé et prendre rendez-vous



Je remplis le formulaire

Je souhaite prendre rendez-vous en ligne avec Doctolib



Je prends rendez-vous avec Doctolib

**Sensibiliser les salariés** par des conférences/ ateliers, selon leurs besoins

## Prévention

- Agir maintenant, en bonne santé demain
- Le rythme, le bien-être, la santé
- Bien dans son corps, bien dans sa tête
- Prendre en main la santé de son cœur au quotidien
- La santé de la femme – prendre soin de soi au quotidien

## Psychosocial

- Bien dans sa tête au travail
- Bien commencer la journée ? Les principes de la Pensée Positive
- Identifier, comprendre et gérer les sources de stress
- L'estime de soi, le bien-être, la santé

## Mémoire / Sommeil

- La mémoire – pourquoi et comment la stimuler
- La fatigue – la comprendre pour mieux la gérer
- Sommeil et récupération – gérer son sommeil et ses difficultés
- Hyper-connexion - rythmes et sommeil

## Alimentation

- Initiation à la sophrologie
- Le coup de fatigue: comment faire face grâce à l'équilibre alimentaire ?



# Soutenir les situations de fragilités sociales des salariés

● **Aides individuelles**  
(sous conditions)



**3996**

+ les informations utiles pour ceux qui aident un proche



Vous êtes salarié(e) d'une entreprise adhérente à l'une des institutions de retraite complémentaire du groupe Malakoff Humanis. Ainsi, vous avez accès à un large panel de dispositifs d'accompagnement de votre action sociale.



**Prendre soin de vous**  
À partir de 50 ans et sous condition d'âge pour les salariés salariés, vous pouvez bénéficier d'un bilan de prévention médico-psycho-social dans l'un des centres de prévention Agés-Artes. Une démarche simple pour vous aider à faire le point sur votre santé et évaluer une éventuelle demande de prévention.  
Pour plus d'information : [www.centredprevention.fr](http://www.centredprevention.fr)

**Bénéficier d'un soutien financier en cas de difficulté**  
Une aide individuelle peut vous être attribuée :  
 • En cas de déséquilibre budgétaire suite à un événement (mariage, maladie, divorce, licenciement...)  
 • Pour des frais liés à votre situation d'aidant (solution de nuit, équipement, transports, soutien psychologique) ou à la situation d'aidant d'un de vos enfants.  
 Nos équipes étudient votre dossier assorti de justificatifs, vous conseillent et si nécessaire, vous orientent vers des services ou partenaires susceptibles de vous accompagner.  
 (L'attribution sous certaines conditions, les aides peuvent être suspendues et sont soumises à des règles de rétroactivité. Ces aides sont limitées. Elles ne concernent pas les personnes bénéficiaires. Ces aides sont soumises à des règles de droit. Consultez votre entreprise. Les demandes qui restent sans suite peuvent faire l'objet d'un recours.

● **Gestion de crise :**  
accompagnement lors d'un évènement traumatique ou potentiellement traumatique.

**ACCIDENTS DE LA VIE  
AIDANTS FAMILIAUX  
PERTE D'AUTONOMIE  
AIDES FINANCIÈRES**

Une écoute, des conseils et des orientations

Une réponse adaptée à vos besoins en cas de fragilité et d'accidents de la vie  
Maladie, handicap, perte d'autonomie d'un proche, divorce, veuvage, difficultés financières... face à ces situations, nos conseillers sont à vos côtés pour vous écouter, vous conseiller et vous orienter dans vos démarches et recherches de solutions.

Concilier sa vie professionnelle et son rôle d'aidant



Être aidé lorsqu'on aide un proche en situation de handicap, de perte d'autonomie liée à l'avancée en âge ou à la maladie.

**AUTONOMIE + ESSENTIEL-AUTONOMIE.COM**  
Nos conseillers vous informent et vous conseillent notamment sur vos droits, les services mobilisables et les dispositifs financiers existants. Ils vous accompagnent, en toute confidentialité, dans la recherche de solutions de services à domicile ou d'accueil en établissement.  
Les conseillers AUTONOMIE + peuvent également vous proposer des solutions de soutien personnel et de repit.  
Un numéro : le 3996  
Rendez-vous sur : [www.essentiel-autonomie.com](http://www.essentiel-autonomie.com)

**ESSENTIEL-AUTONOMIE.COM**  
Virtuelle référence dans l'aide aux aidants, ce site donne des informations d'urgence et des conseils pratiques pour simplifier les démarches, trouver les bons interlocuteurs ainsi que des solutions adaptées à votre situation d'aidant et de votre proche.  
Premiers signes de fragilité, accident, retour d'hospitalisation, départ du domicile, Essentiel Autonomie propose des outils et des services simples pour répondre aux besoins des aidants, des seniors et des personnes fragilisées (avancée en âge, handicap, maladie etc.).

Pour en savoir plus ou pour bénéficier de ces services

- Par téléphone : 3996 (service gratuit + prix d'un appel local) de 09h30 à 19h30 du lundi au vendredi
- Par courrier à : Malakoff Humanis - Direction des activités sociales Aides Individuelles - ASC 64122 Fontenay-aux-Roses Cedex
- Par mail : [aidants@hiv.les.retraite@malakoffhumanis.com](mailto:aidants@hiv.les.retraite@malakoffhumanis.com)
- Où rendre-visit sur : [malakoffhumanis.com](http://malakoffhumanis.com)



# Soutenir les situations de fragilités sociales des salariés

## Vulnérabilités sociales →

- Les aides financières individuelles (sous conditions)
- MHEA (Malakoff Humanis Ecoute Accompagnement)
- Accompagnement de crise



## Aidants familiaux →

- Informer & sensibiliser
- Outiller vos RH et managers
- Le site « essentiel autonomie »
- Le service « Autonomie plus »



## Handicap →

- Sensibiliser
- Outiller vos Rh et managers
- Accompagner les salariés
- Documentation



# Soutenir les situations de fragilités sociales des salariés

## Votre documentation

Pour mieux accompagner vos salariés, nous mettons à votre disposition une série de supports présentant nos services :





**Vous permettre de  
traverser au mieux les  
différentes étapes/crises  
de votre vie et vous donner  
les clefs du bien vieillir.**



**39 96**



# Contactez votre consultant retraite et action sociale

● **Réseau OUEST**  
rcas.entreprises.ouest@malakoffhumanis.com

● **Réseau SUD - OUEST**  
rcas.entreprises.sudouest@malakoffhumanis.com

● **Réseau ILE - DE - FRANCE**  
rcas.entreprises.idf@malakoffhumanis.com

● **Réseau NORD - EST**  
rcas.entreprises.nordest@malakoffhumanis.com

● **Réseau SUD - EST**  
rcas.entreprises.sudest@malakoffhumanis.com



**Tout est clair  
pour vous ?**



# Votre interlocutrice dédiée

**Irène PICHON**

**Consultante retraite, accompagnement social et prévention**

Entreprises Offres de services  
Direction Front Office Entreprises - Retraite Complémentaire et Action  
Sociale



Tel 02 38 69 59 63 / 06 10 73 27 54  
[irene.pichon@malakoffhumanis.com](mailto:irene.pichon@malakoffhumanis.com)