

Business News 2/2021

Magazine pour la clientèle entreprises de Visana



3 Portrait de client

La fondation «Stiftung TierRettungsDienst – Leben hat Vorrang»

6 Nouvelle palette de produits pour les PME

Plus de flexibilité avec «Visana PME smart»

12 Assurance de protection juridique en droit du travail

Conseiller de manière compétente lors de litiges

visana
On se comprend.



3

Sauvetage des animaux: priorité à la vie.



6

«Visana PME smart» propose de nouvelles options



8

Collaboratrices de Visana en point de mire



10

Une position solide aussi dans les assurances complémentaires



11

Le stress numérique, un défi de taille



12

Paré/e pour affronter les problèmes juridiques



Chères lectrices, chers lecteurs,

Depuis plus d'une année, le coronavirus donne le rythme et la situation exceptionnelle est devenue la norme. Avec la vaccination, nous sommes sur la voie du retour à la vie quotidienne. Les conséquences de la pandémie, sur le plan de la santé, de la société et de l'économie, nous occuperont toutefois encore longtemps. Je vous souhaite donc de faire le plein de persévérance et de courage, pour faire face à cette situation exceptionnelle. Nous sommes volontiers à votre disposition et à celle de vos collaboratrices et collaborateurs, pour vous accompagner et vous conseiller. [visana.ch/fr/covid](https://www.visana.ch/fr/covid), [visana.ch/fr/corona](https://www.visana.ch/fr/corona)

Nous mettons tout en œuvre pour demeurer un partenaire solide et fiable à vos côtés. Je suis heureux de pouvoir vous présenter une clôture annuelle 2020 réjouissante; au vu des circonstances, cela ne va pas de soi. Visana reste très solide. Nous vous remercions pour la confiance que vous nous témoignez. Vous trouverez de plus amples informations sur [visana.ch/rapportdegestion](https://www.visana.ch/rapportdegestion).

Au début de l'année, nous avons effectué une réorganisation en douceur de Visana. Certaines personnes l'ont remarqué: l'ancien ressort Clientèle entreprises est devenu le nouveau domaine de direction Gestion des produits & Clientèle entreprises. Par ailleurs, nous vous donnons en page 10 un aperçu de notre éventail d'assurances de choses, que vous ne connaissiez peut-être pas jusqu'ici.

Je vous souhaite une bonne santé et un début d'été couronné de succès, ainsi qu'une bonne lecture de *Business News*. À bientôt, que ce soit en face à face ou virtuellement!

Patrizio Bühlmann

Responsable Gestion des produits & Clientèle entreprises
Membre de la direction

Impressum. *Business News* est une publication de Visana Services SA à l'intention de sa clientèle entreprises.
Rédaction: Stephan Fischer, Karin Roggli.
Adresse: Visana, *Business News*, Weltpoststrasse 19, 3000 Berne 16. E-mail: business@visana.ch. Conception: Stämpfli AG, Berne. Mise en page: Natalie Fomasi, Elgg. Couverture: Mauro Mellone. Impression: Appenzeller Druckerei.
Internet: [visana.ch/business](https://www.visana.ch/business)



Retrouvez-nous sur facebook!

facebook.com/visana.assurance



La vie d'abord

Dans le canton de Zurich et les régions voisines, la fondation «Stiftung Tierrettungs-Dienst – Leben hat Vortritt» sauve des animaux blessés, égarés et abandonnés. Elle gère un service de secours 24 heures sur 24 et son propre refuge pour animaux. Depuis sa création, l'organisation indépendante a déjà effectué environ 71 000 interventions pour les animaux en détresse.

Texte: Stephan Fischer | Photos: Mauro Mellone

Qui informez-vous lorsque vous trouvez un hérisson blessé au bord de la route ou un chien abandonné sur l'aire de repos d'une autoroute? La police, les pompiers ou un/e vétérinaire? Contrairement aux autres cantons, le canton de Zurich est l'un des seuls cantons à pouvoir répondre à cette question de manière

satisfaisante. Là-bas, une organisation indépendante s'occupe depuis bientôt trois décennies de sauver des animaux, 24 heures sur 24, 365 jours par an.

Du statut d'association à celui d'une PME

Depuis 1993, son année de création comme association par des militantes et militants pour la protection des animaux, la fondation «TierrettungsDienst – Leben hat Vortritt» s'occupe depuis 2006 des animaux blessés et abandonnés. «Le service de sauvetage pour animaux, le refuge Pfötli ainsi que le travail de sensibilisation et d'information auprès du public sont nos trois activités principales», explique le directeur Markus Anderegg. Avec plus de 40 col-

«Il n'existe actuellement aucune structure comparable dans les autres cantons.»

laboratrices et collaborateurs et environ 250 bénévoles, la fondation dont le siège est à Winkel près de l'aéroport de Zurich-Kloten, est devenue au fil des ans une organisation professionnelle à but non lucratif.

Le cœur de cette organisation est la centrale d'appel d'urgence. Elle coordonne le sauvetage des animaux 24 heures sur 24 et envoie un ambulancier ou une ambulancière spécialisé/e dans le sauvetage animalier. En 2020, la fondation est intervenue 4746

«On sous-estime souvent le fait que l'achat d'un animal implique beaucoup de travail.»

fois, soit en moyenne 13 interventions par jour. La direction d'intervention procède au triage: les animaux domestiques et les animaux sauvages sont amenés chez le vétérinaire ou à l'hôpital vétérinaire (Tierspital), alors que les animaux abandonnés, égarés et affaiblis sont placés au refuge Pfötli. Les animaux sauvages sont transportés le plus rapidement possible dans les refuges spécialisés dans l'accueil de la faune sauvage.

Du cochon d'Inde au crocodile

Le gibier et les petits animaux de la faune (oiseaux sauvages, canetons, hérissons, etc.) arrivent également en tête du classement des animaux secourus, suivis par les chats, les chiens, les oiseaux et les petits animaux (lapins, cochons d'Inde, etc.) Mais il n'existe guère d'espèce animale qui ne serait pas encore passée dans les mains expertes du service de sauvetage pour animaux. «Une fois, il s'agissait de secourir un jeune caïman, une espèce de crocodile», raconte Markus Anderegg. «Une personne nous a appelés dans la nuit et a demandé si elle peut nous amener un petit crocodile qu'elle a capturé. La soigneuse animalière, qui était de piquet cette nuit-là, a d'abord pensé qu'il s'agissait certainement d'un petit lézard. Mais non, c'était réellement un caïman, qui s'était échappé ou avait été abandonné. Le propriétaire a ensuite pu être identifié, et il s'est avéré qu'il ne disposait d'aucune autorisation de détenir des animaux sauvages.»

L'absence de connaissances sur les animaux est la raison pour laquelle des animaux sont abandonnés. «On sous-estime souvent le fait que l'achat d'un animal implique beaucoup de travail», souligne Markus Anderegg. Les coûts (vétérinaire, vaccins, alimentation) sont également sous-estimés et les propriétaires sont parfois simplement dépassés. «Il arrive souvent que nous ne découvriions jamais les vraies raisons, car les propriétaires n'ont pas pu être identifiés/es, malgré la publication d'une annonce», explique le directeur. «Ce qui est très important pour nous, et nous le disons également toujours: soyez courageux et apportez-nous l'animal. L'essentiel est qu'il ne soit pas abandonné, mais qu'il nous soit confié pour que nous puissions nous en occuper.»

Donatrices et donateurs fidèles également en temps de crise

Le service zurichois de sauvetage pour animaux accomplit un travail de pionniers en Suisse. «Il n'existe à l'heure actuelle aucune structure comparable dans les autres cantons», souligne Markus Anderegg.

«Les personnes qui travaillent chez nous placent toujours le bien-être de l'animal au centre de leurs préoccupations. Cela crée une cohésion particulière au sein de l'équipe, et ce, dans tous les départements confondus», assurent d'une même voix Markus Anderegg (directeur) et Nina Taddei (responsable de la communication).



Rien de plus simple que faire un don

La fondation ne bénéficie d'aucun financement public et est exonérée d'impôts en tant qu'organisation à but non lucratif. Elle se finance à 95% grâce aux dons de particuliers, d'entreprises et de fondations donatrices (sur la base de projets) et à 5% par ses propres prestations de service. Il est possible de soutenir la fondation, par exemple, en envoyant un don sur le compte postal 80-310078-8 ou par SMS au numéro 488 accompagné du texte «Tierrettung» et le montant du don.

Il y a certes des personnes qui agissent de manière isolée ou de petites associations. «Mais à notre échelle, nous sommes les seuls en Suisse. Il caresse l'objectif lointain de mettre en place un service de sauvetage pour animaux dans toute la Suisse. Mais le directeur veut tout d'abord que son organisation continue à se développer au niveau national, afin qu'un plus grand nombre d'animaux puissent être secourus. La croissance est néanmoins un grand défi, pour lequel il convient de se procurer les moyens financiers nécessaires, ce qui est loin d'être simple.

La fondation n'a conclu aucune convention de prestations avec le canton, et ne reçoit pas non plus de subventions. Au lieu de cela, elle se finance presque exclusivement par des dons de particuliers et d'entreprises. «On recommence à zéro chaque année. Nous avons la chance de disposer de donatrices et donateurs fidèles, qui nous soutiennent régulièrement», explique Anderegg. Ce qui nous a permis de réussir ces dernières années à financer le travail quotidien. Et le coronavirus n'y a rien changé, ce qui ne va pas de soi, ajoute-t-il. «Les donatrices et donateurs nous sont restés fidèles, de telle sorte que le sauvetage des animaux ainsi que les soins médicaux spécifiques prodigués à jusqu'à 250 animaux au sein du refuge ont été assurés en tout temps.»

Sortis renforcés de la crise financière

Le directeur considère comme le plus grand défi le processus de changement en cours, de la petite institution pionnière à une organisation de la taille d'une PME, dans laquelle la professionnalisation joue un rôle important dans tous les domaines. «En ce qui concerne la numérisation en particulier, la crise du coronavirus a considérablement accéléré le processus de changement, constate Anderegg. Presque du jour au lendemain, il a fallu s'assurer que ses collaboratrices et collaborateurs aient la possi-



bilité de travailler à la maison. «Le coronavirus a également montré que nous sommes bien parés pour affronter des périodes de crises et nous pouvons gérer à tout moment aussi bien l'entreprise que le sauvetage.»

En tant qu'équipe, nous nous sommes rapprochés durant la pandémie, révèle Nina Taddei, responsable de la communication. «Chez nous, l'animal est toujours au cœur de nos préoccupations. Nous travaillons ici, parce que nous défendons le bien-être animal. Cet idéalisme se ressent partout. Il nous unit, on s'entraide naturellement au niveau de tous les départements. Le coronavirus a renforcé encore cette cohésion particulière.»

La fondation «Stiftung TierrettungsDienst – Leben hat Vortritt»

En 1993, l'association «TierrettungsDienst – Leben hat Vortritt» est fondée par un groupe de personnes œuvrant pour la protection des animaux. En 1988, elles ont pu transformer une ferme en un refuge pour animaux, dans la commune zurichoise de Winkel. En 2006, l'association est devenue une fondation à but non lucratif. Elle a pour objet le sauvetage, la protection et le placement des animaux blessés et n'ayant pas de propriétaire, 24 heures sur 24 et 365 jours par an. Elle emploie 44 collaboratrices et collaborateurs (environ 38 postes à plein temps), auxquels s'ajoutent environ 250 bénévoles, qui effectuent des interventions. tierrettungsdienst.ch

TIERRETTUNGSDIENST
Leben hat Vortritt & **TIERHEIMPFÖTLI**

«Visana PME smart» propose de nouvelles options

Nous avons été attentifs: les petites et moyennes entreprises présentent les mêmes besoins en assurances que les grandes entreprises, mais se trouvent souvent confrontées à des offres très limitées sur le marché des assurances. Avec «Visana PME smart», ce cadre s'élargit.

Texte: Benjamin Stupan, Daniel Zeindler | Photos: Visana, mäd



En Suisse, il existe plus d'un demi-million d'entreprises qui emploient jusqu'à 20 collaborateurs et collaboratrices. Il s'agit de 90% de l'ensemble des entreprises. Or, ces PME ne peuvent pas toutes être rangées dans le même panier. Ainsi, les salons de coiffure, boulangeries, entreprises de peinture ou de publicité font partie de ce groupe, tout comme des leaders mondiaux dans le domaine de la technique médicale. Ce segment très diversifié est couvert par «Visana PME smart».

Idéale pour votre entreprise

«Visana PME smart» est une palette de produits qui s'adapte en fonction de la branche économique des entreprises et qui peut être

Solutions combinées disponibles dans «Visana PME smart»

Trois solutions combinées sont à votre disposition. Vous pouvez débuter avec une solution ou directement avec plusieurs.

Solution combinée d'assurance-maladie d'indemnités journalières

- smart: la prime est adaptée spécialement à l'activité de votre entreprise.
- smart: la garantie de prime vous donne une sécurité pour la planification de votre budget pendant trois ans.
- smart: à partir d'une somme salariale de 500 000 francs, nous vous faisons participer au succès et vous remboursons une participation à l'excédent en cas de déroulement avantageux du contrat.

Solution combinée d'assurance-accidents selon la LAA

- smart: avant tout la combinaison avec les solutions d'assurance d'indemnités journalières et d'assurance-accidents complémentaire.

Solution combinée d'assurance-accidents complémentaire

- smart: la protection d'assurance de l'assurance-accidents légale ne vous suffit pas? Vous pouvez alors la développer par ce biais.

Le conseil est futé

Quelle solution avec quelle couverture convient de façon optimale à votre entreprise? Nous vous conseillons volontiers. Vous trouverez de plus amples informations sur nos produits et prestations de service sur [visana.ch/fr/business](https://www.visana.ch/fr/business).

conçue librement, dans la mesure des possibilités légales. Elle s'étend de l'assurance-maternité dans le cadre de l'assurance-maladie collective d'indemnités journalières à des assurances complémentaires globales, complétant l'assurance-accidents obligatoire selon la LCA.

La question de savoir quelle serait la durée idéale d'un contrat d'assurance se pose régulièrement. Les contrats annuels offrent plus de flexibilité aux entrepreneurs, mais par contre, une absence prolongée d'un collaborateur ou d'une collaboratrice, due à une maladie ou un accident, peut déjà conduire l'année suivante à une augmentation de prime, ce qui compliquerait aussi le passage à une autre société d'assurance. En comparaison, une durée de contrat de trois ans offre une nettement plus grande sécurité budgétaire, ce qui est souvent considéré comme important dans les discussions avec les PME. «Visana PME smart» vous offre ces deux possibilités.

Des assurances à une seule adresse

Il devrait justement être plus facile pour les PME d'avoir une partenaire d'assurance pour tous les domaines de l'assurance de personnes. Des processus unitaires facilitent sensiblement la vie d'une PME. Les solutions d'assurance de «Visana PME

«Une durée de contrat plus longue permet d'avoir une nettement plus grande sécurité budgétaire.»

smart» peuvent être combinées à volonté. L'assurance-maladie collective d'indemnités journalières constitue la base. Plus tard, elle est complétée par l'assurance LAA ou, lorsque l'entreprise est soumise à l'obligation d'assurer auprès de la SUVA, par une assurance complémentaire.



Depuis sa fondation chez Visana

Tony Panitti dirige depuis dix ans une entreprise de plâtrerie et peinture à Worblaufen bei Bern. Il est assuré depuis tout aussi longtemps chez Visana.

Cette année, votre entreprise fête ses dix ans.

Qu'avez-vous prévu?

Tony Panitti: Nous fêtons pratiquement tout en ligne et avec des prospectus, mais nous espérons pouvoir bientôt fêter cet anniversaire avec notre clientèle et présenter nos nouveaux plâtriers et maîtres plâtriers.

Visana vous a accompagné pendant toute cette période en tant que société d'assurance. En êtes-vous satisfait?

Nous n'avons heureusement pas eu de cas d'absence de longue durée jusqu'à présent. La collaboration avec Visana en tant qu'assureur d'indemnités journalières est excellente, tout comme celle avec la gestion immobilière.

Vous avez convenu une durée de contrat d'un an pour les indemnités journalières. Une durée de trois ans vous donnerait encore plus de sécurité budgétaire. Quelle importance cette dernière a-t-elle pour vous dans la prime d'assurance?

Avec le contrat d'une année, nous sommes flexibles. Comme la collaboration avec Visana fonctionne si bien, je pourrais m'imaginer conclure un contrat de trois ans.

Concours: gagnez un PowerCube

Quand vous êtes en déplacement, vous avez besoin de charger à la fois le smartphone, le laptop et la tablette? Alors le PowerCube est ce qu'il vous faut, avec ses quatre prises et ses deux ports USB. Nous tirons au sort cinq de ces distributeurs de courant multifonctions, parmi toutes les participations. Prenez part à notre concours en répondant correctement à la question suivante:

Quel animal exceptionnel a été un jour remis au service de sauvetage des animaux dont nous avons fait le portrait? Une girafe, un éléphant ou un crocodile?



Participez au tirage au sort sur visana.ch/tirageausort ou scannez le code QR pour accéder directement au formulaire du concours. La date limite de participation est fixée au 18 juin 2021.





Karin et Karin

Karin Lanz a fait un apprentissage de commerce, elle est titulaire d'un brevet fédéral d'assistante de direction et de planificatrice en marketing. Elle travaille depuis 19 ans chez Visana – dès le début comme assistante du responsable Gestion des produits & Clientèle entreprises. Elle vit avec son mari et ses deux enfants à Etzelkofen (BE). Dans ses loisirs, elle pratique volontiers l'équitation ou aime aller skier à Adelboden. Karin Lanz s'intéresse à beaucoup de choses: «J'aime me consacrer à une activité créative – que ce soit au jardin ou au bricolage.»

Karin Roggli est arrivée chez Visana en 2009 comme assistante du responsable de ressort. Elle a suivi presque le même parcours que Karin Lanz. Karin Roggli vit avec sa famille à Neuenegg (BE). Elle aime voyager et les activités en famille (randonnée, tours à vélo, stand-up-paddling – suivant les possibilités offertes sur place). «Depuis la crise du coronavirus, j'entrepris des petits voyages culinaires autour du monde en cuisine pour moi et ma famille.» Elle se détend au yoga.

Karin et Karin au service de la clientèle entreprises

Karin Lanz et Karin Roggli sont un duo modèle. Dans leur fonction d'assistantes du responsable Gestion des produits & Clientèle entreprises, elles s'occupent de tous les besoins internes et externes du département.

Texte: Melanie von Arx | Photo: Remo Buess

«Demande à Karin et Karin!», entend-on régulièrement quand les collègues sont dans l'impasse. Karin Lanz et Karin Roggli sont «Karin et Karin». Les deux se partagent dans le cadre d'un jobsharing la position d'assistante de Patrizio Bühlmann, le responsable Gestion des produits & Clientèle entreprises. Mais les deux sont bien plus que ça: elles forment le cœur du ressort, savent ce qui s'y passe et contribuent ainsi à son succès.

Le jobsharing: l'histoire d'un succès

L'histoire a débuté en 2009 lorsque Karin Lanz attendait son premier enfant. «J'adorais mon travail, mais à ce moment-là, j'ai compris qu'il fallait travailler à plein temps pour assumer la fonction d'assistante d'un membre de la direction, ce que je ne voulais pas», se souvient-elle. Et son chef de l'époque ne voulait en aucun cas qu'elle s'en aille. L'idée de chercher son alter ego et de répartir le poste sur deux personnes a donc fait son chemin – une première dans l'entreprise. «Malgré tout le scepticisme, j'ai relevé le défi», raconte Karin Lanz. Ensuite, la deuxième Karin est arrivée: Karin Roggli. «Quand nous nous sommes rencontrées pour la première fois autour d'un repas, le courant est tout de suite passé», confirment les deux d'une seule voix. «Nous avons la même conception de la tâche, un mode de travail et une situation privée similaires – Karin était un véritable coup de chance. C'était il y a environ douze ans et l'histoire a été couronnée de succès.

«Le modèle du jobsharing fonctionne parfaitement avec Karin et Karin. Il permet aux mères et pères de mieux concilier travail et vie de famille.»

Patrizio Bühlmann, responsable Gestion des produits & Clientèle entreprises

Domaine de compétences croissant

Pour une fonction d'assistante, on pense que cela comprend notamment des tâches administratives, ce qui n'est pas le cas dans la position de Karin Lanz et Karin Roggli. «Notre domaine de compétences s'est continuellement élargi au cours des dernières années», explique Karin Roggli. «Dès le début, nous avons conçu et réparti des lots de travail clairement définis – je suis par exemple responsable de l'organisation des ateliers et manifestations, du budget et des questions du personnel. Quant à Karin Lanz, elle est responsable de l'ensemble de la communication et du marketing.» À cela s'ajoutent des tâches telles que la collaboration dans des projets ou la tenue du procès-verbal et de nombreuses autres activités spécifiques. Les deux font figure de plaque-tournante dans le ressort Gestion des produits & Clientèle entreprises. «Pour notre responsable, nous sommes donc aussi souvent le baromètre de satisfaction des collaboratrices et collaborateurs», explique Karin Roggli, «nous connaissons les deux côtés.»

Confiance et constance

Entre-temps, le bon fonctionnement de Karin et Karin est connu au-delà des frontières du département. Mais qu'est-ce que la recette de leur succès? «Nous avons une grande confiance mutuelle et abordons immédiatement les problèmes. Les divergences de vue sont cependant rares. Nous collaborons avec succès depuis de nombreuses années et savons exactement comment l'autre fonctionne – cette constance nous est très bénéfique», estime Karin Lanz.

«Dans notre position, le jobsharing a fait ses preuves. Nous offrons plus qu'un poste à plein temps à notre supérieur hiérarchique», déclarent-elles avec conviction. Elles font volontiers figure d'exemple pour que ce modèle puisse aussi être réalisé dans d'autres domaines ou entreprises.

Une position solide aussi dans les assurances complémentaires

Visana s'illustre dans l'assurance-maladie et accidents, mais pas seulement. Nous disposons également de plus de 25 ans d'expérience dans les assurances ménage, de responsabilité civile privée et des bâtiments. Et nous nous efforçons en permanence de développer encore davantage nos assurances de choses et d'étendre les prestations.

Texte: Marc Spahr | Photo: Siri Luyten



Dimitri Spori, spécialiste Visana en matière de sinistres pour les assurances de choses, mesure l'humidité des murs après un dégât d'eau dans un bâtiment.

Jusqu'à 20% de rabais pour les assurés/es Visana

Si vous avez conclu une assurance de base ou une assurance-maladie complémentaire chez Visana, vous bénéficiez, ainsi que les membres de votre famille, d'un rabais de 10% sur nos assurances ménage, de responsabilité civile privée ou des bâtiments. Si vous concluez toutes les trois assurances chez nous, vous bénéficierez de 10% de rabais supplémentaires sur les trois assurances. Avec le calculateur en ligne disponible sur visana.ch/primedirecta, vous pouvez établir votre offre personnelle en toute simplicité.

À l'instar d'une assurance-accidents ou d'indemnités journalières en cas maladie pour les entreprises, les assurances ménage et de responsabilité civile privée sont indispensables pour les particuliers. Ces deux assurances sont certes facultatives, mais les spécialistes sont pour une fois unanimes: tous les ménages devraient en disposer. Visana vous offre un éventail complet sous un seul toit, avec des rabais de combinaison avantageux (voir encadré).

Assurances indispensables

L'assurance-ménage protège vos biens, par exemple en cas d'incendie dans votre logement ou de ruptures de canalisation, qui peuvent engendrer rapidement des dommages pouvant atteindre plusieurs dizaines de milliers de francs. Ou encore en cas de vols. Vous trouverez de plus amples informations sur visana.ch/menage.

L'assurance de responsabilité civile est également fortement recommandée. Elle vous aide par exemple lorsque vous causez un dommage à des tiers ou en cas de dommages locatifs. Notre assurance de responsabilité civile privée présente un excellent rapport prix-prestations. Les placements en tête régulièrement obtenus dans la comparaison du magazine indépendant des consommateurs et consommatrices «Bon à savoir» l'atteste. Vous trouverez de plus amples informations sur visana.ch/responsabilitecivileprivee.

Un centre de compétence interne

Le domaine des assurances de choses, c'est-à-dire les assurances ménage, de responsabilité civile privée et des bâtiments, gagne toujours plus en importance pour Visana et s'est fortement développé au cours des dernières années. Grâce à notre centre de compétence à Muri près de Berne, nous traitons les cas de sinistre avec nos spécialistes et partenaires internes, rapidement et en toute simplicité, 24 heures sur 24 et dans le monde entier. Nous sommes volontiers à votre disposition pour un conseil, personnellement, par téléphone, ou encore en ligne par vidéoconférence (particulièrement pratique et sûr en période de pandémie). visana.ch/assurancedechoses



visana.ch/primedirecta

Le stress numérique, un défi de taille

Notre vie est devenue plus numérique. Nous interagissons avec le smartphone jusqu'à 2500 fois par jour. Cela reflète notre culture «toujours en ligne». La technologie permet l'entretien des contacts et facilite notre vie. Elle recèle toutefois aussi des dangers, car de nombreuses personnes considèrent l'univers numérique comme une charge.

Texte: Sandra Bittel | Photo: Alfonso Smith

Le stress désigne un état d'activation psychique ou physique accru, en raison d'un manque d'équilibre entre les exigences et les conditions individuelles pour gérer ces exigences. Le stress devient un problème pour la santé lorsque la durée et l'intensité des sollicitations sont importantes.

Fixez des limites!

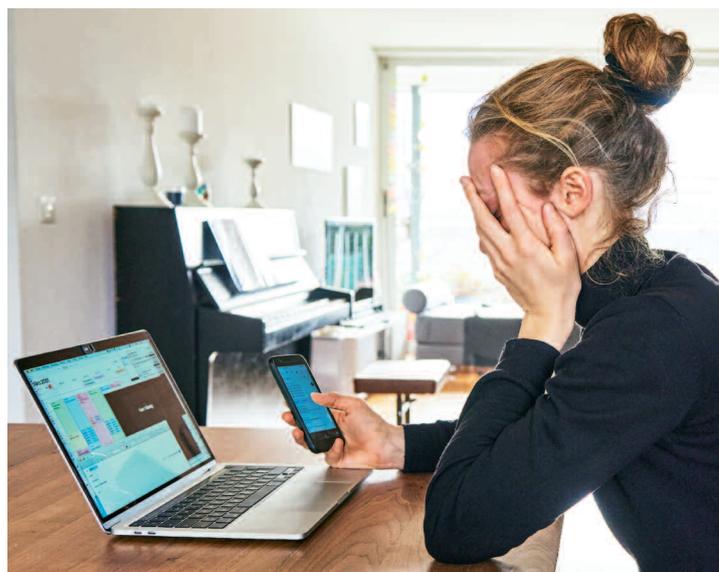
Le stress numérique (la charge que représente la gestion des médias numériques) peut être déclenché par une multitude de facteurs. Il en résulte des difficultés à s'endormir ou à rester endormi/e, des problèmes digestifs, des sueurs, un rythme cardiaque plus élevé, qui sont des symptômes typiques d'une augmentation du niveau de cortisol («l'hormone du stress»).

Les facteurs qui pèsent le plus sont l'accessibilité quasi-constante d'informations ainsi que le sentiment de devoir être atteignable en permanence. En conséquence, les limites entre travail et vie privée disparaissent. Une bonne gestion des limites (voir Business News 3/2020) aide à délimiter ces domaines de vie l'un de l'autre, dans le temps et dans l'espace.

Renforcer les compétences numériques

L'insécurité dans l'utilisation de la technologie numérique fait partie des facteurs de stress les plus fréquemment cités en ce qui concerne le stress numérique. Les entreprises et les salariés/es assument à cet égard une responsabilité identique. Les entreprises qui misent fortement sur les formes de travail numérique devraient impérativement renforcer les compétences numériques de leurs collaboratrices et collaborateurs, par exemple par des formations lors de l'introduction d'un nouveau logiciel.

Une communication transparente par les personnes en charge de conduite est essentielle. Plus les collaboratrices et collaborateurs savent précisément ce qui est attendu en termes d'atteignabilité et de temps de réaction, mieux ils peuvent planifier leur temps de travail et prévoir des créneaux pour les pauses.



Conseils pour lutter contre le stress numérique

- Aménagez des horaires dédiés à la gestion des courriels et désactivez la notification automatique de courriels entrants. En moyenne, un courriel nous interrompt toutes les neuf minutes.
- Prévoyez un créneau durant lequel vous êtes hors ligne. Accordez à votre cerveau une pause pour récupérer.
- Planifiez la journée de travail et accomplissez vos tâches les unes à la suite des autres. Nous ne sommes pas faits pour le multi-tâches.
- Reposez-vous durant votre temps libre et dirigez votre attention sur les activités que vous aimez. Passez du temps avec vos amis/es et votre famille, en face à face.

Vous trouverez des conseils supplémentaires dans notre eDossier «Stress numérique»

[visana.ch/fr/edossiers](https://www.visana.ch/fr/edossiers). Visana propose par ailleurs des exposés consacrés à la gestion du stress numérique. Plus d'informations sur [visana.ch/seminaires](https://www.visana.ch/seminaires).



Assistance en cas de **litiges** **juridiques**

Les litiges relevant du droit du travail entre les entreprises et les employés/es nuisent à l'image et engendrent des frais élevés. Nous vous offrons un soutien professionnel en cas de litiges. Avec notre assurance de protection juridique en droit du travail, vous réduisez votre risque financier.

Texte: Thomas Fuhrmann | Photo: Visana

Les rapports de travail ne se terminent hélas pas toujours d'un commun accord. Fort heureusement, il s'agit d'exceptions. Pourtant, ce sont justement ces cas particuliers qui mobilisent beaucoup de ressources et engendrent des frais souvent imprévisibles. Cela peut représenter un problème pour les petites et moyennes entreprises, car elles ne disposent généralement pas de leur propre service juridique. Les conflits juridiques, notamment dans le domaine du droit du travail, peuvent cependant survenir dans toutes les entreprises. Pour ces cas, notre assurance de protection juridique en droit du travail vous soutient, comme le montrent deux exemples bien réels:

Heures supplémentaires

Un ancien collaborateur avait accompli des heures supplémentaires non approuvées et exigé de notre preneur d'assurance le paiement ultérieur de 8000 francs. L'avocat engagé a obtenu une sensible réduction de cette créance devant l'autorité de conciliation. Les frais d'avocat de 3900 francs ont été pris en charge par l'assurance de protection juridique en droit du travail.

Interdiction de concurrence

Une employée passe chez une entreprise concurrente, bien que son contrat de travail avec notre preneur d'assurance stipulait une interdiction de concurrence. Notre preneur d'assu-

rance a déposé plainte contre l'ancienne employée avec l'aide d'un avocat. Celle-ci a été en partie acceptée par le tribunal. Les frais d'avocat dépassaient 11 000 francs et ont été pris en charge par l'assurance de protection juridique en droit du travail.

Combinaison exclusive

Avec notre assurance de protection juridique en droit du travail (l'institution d'assurance est Protekta Assurance de Protection juridique SA), vous vous protégez contre d'éventuelles conséquences financières en cas de litiges en lien avec le contrat de travail dans les entreprises. Ce service en combinaison avec une assurance-maladie d'indemnités journalières constitue une offre unique sur le marché suisse des assurances. Elle garantit une somme de 500 000 francs au maximum.

Conseil juridique

L'assurance de protection juridique en droit du travail offre comme avantage supplémentaire le service téléphonique de renseignements juridiques JurLine (tous les jours ouvrables 8h00 à 17h00, en français, en allemand et en italien). Vous avez ainsi rapidement accès à un conseil juridique. En cas de plainte ou de sinistre, vous pouvez compter sur des avocats et des juristes compétents, qui se chargent du règlement du sinistre. Cette assurance couvre également tous les frais de justice et d'avocat encourus ainsi que les éventuelles indemnités de procès et les frais de médiation, etc.

Vos avantages

Avec l'assurance de protection juridique en droit du travail de Visana,

- vous êtes protégé/e en cas de litiges relevant du droit du travail,
- vous bénéficiez d'un conseil juridique compétent,
- vous jouissez du libre choix de l'avocat après consultation préalable,
- vous n'avez ni quote-part, ni délai d'attente,
- tous les frais d'avocat et de justice sont couverts,
- vous obtenez des renseignements juridiques gratuits par téléphone.