



Octave

LA REVUE QUI PENSE AUTREMENT
TOME 6 – JANVIER 2025

NOUVEAU RÔLE

Vers des lendemains
plus soutenables

HÉRITAGE(S)

Connaître et déjouer les risques

PRÉVENTION

Quels sont les leviers
de la peur ?

Avant - propos

« Prévention », « innovation », « **liberté** »...

Il est des mots qui semblent usés par le temps et la répétition. Devenus des formules, des réflexes linguistiques, porteurs d'une familiarité qui nous rassure, mais qui, paradoxalement, nous éloigne de leur sens originel.

Leur capacité à évoquer des idées universelles les surexpose dans les discours politiques, médiatiques, ou commerciaux, mais leur usage excessif ou flou les transforme parfois en coquilles vides.

Le nouvel opus d'Octave nous invite à poser notre regard sur la prévention pour retrouver la richesse de ce terme, et de s'en servir comme d'une clé de lecture pour interroger notre manière de vivre et d'anticiper l'avenir.

En partant de situations individuelles pour s'élargir à des réflexions collectives et mêler au fil de la lecture une approche à la fois intime et globale de la prévention, pour la penser comme une idée cardinale de la résilience collective et de la capacité à faire face aux enjeux de demain. ◆

Octave

Les illustrations de Thomas Hayman révèlent sa fascination tenace pour l'architecture et le cinéma. À travers ses images qui oscillent perpétuellement entre l'aube et le crépuscule, le fantasme et la réalité, Thomas Hayman crée des mondes oniriques, nostalgiques et comme suspendus. À l'image de sa bande-dessinée au nom évocateur *Idéal* qui vient de paraître aux éditions Sarbacane.



LA PRÉVENTION BRIDE-T-ELLE

JEAN SPECIMEN
Lorem ipsum sit amet

LA LIBERTÉ ?





Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit. Aenean commodo ligula eget dolor. Aenean massa. Cum sociis natoque penatibus et magnis dis parturient montes, nascetur ridiculus mus. Donec quam felis, ultricies nec, pellentesque eu, pretium quis, sem. Nulla consequat massa quis enim. Donec pede justo, fringilla vel, aliquet nec, vulputate eget, arcu. In enim justo, rhoncus ut, imperdiet a, venenatis vitae, justo. Nullam dictum felis eu pede mollis pretium. Integer tincidunt. Cras dapibus. Vivamus elementum semper nisi. Aenean vulputate eleifend tellus. Aenean leo ligula, porttitor eu, consequat vitae, eleifend ac, enim. Aliquam lorem ante, dapibus in, viverra quis, feugiat a, tellus. Phasellus viverra nulla ut metus varius laoreet. Quisque rutrum. Aenean imperdiet. Etiam ultricies nisi vel augue. Curabitur ullamcorper ultricies nisi. Nam eget dui. Etiam rhoncus. Maecenas tempus, tellus eget condimentum rhoncus, sem quam semper libero, sit amet adipiscing sem neque sed ipsum. Nam quam nunc, blandit vel, luctus pulvinar, hendrerit id, lorem. Maecenas nec odio et ante tincidunt tempus. Donec vitae sapien ut libero venenatis faucibus. Nullam quis ante. Etiam sit amet orci eget eros faucibus tincidunt. Duis leo. Sed fringilla mauris sit amet nibh.

Donec sodales sagittis magna. Sed consequat, leo eget bibendum sodales, augue velit cursus nunc, quis gravida magna mi a libero. Fusce vulputate eleifend sapien. Vestibulum purus quam, scelerisque ut, mollis sed, nonummy id, metus. Nullam accumsan lorem in dui. Cras ultricies mi eu turpis hendrerit fringilla. Vestibulum ante ipsum primis in faucibus orci luctus et ultrices posuere cubilia Curae; In ac dui quis mi consectetuer lacinia. Nam pretium turpis et arcu. Duis arcu tortor, suscipit eget, imperdiet nec, imperdiet iaculis, ipsum. Sed aliquam ultrices mauris. Integer ante arcu, accumsan a, consectetuer eget, posuere ut, ipsum rutrum nunc. Nunc nonummy metus. Vestibulum volutpat pretium libero. Cras id dui. Aenean ut eros et nisl sagittis vestibulum. Nullam nulla eros, ultricies sit amet, nonummy id, imperdiet feugiat, pede. Sed lectus. Donec mollis hendrerit risus. Phasellus nec sem in justo pellentesque facilisis. Etiam imperdiet imperdiet orci. Nunc nec neque. Phasellus leo dolor, tempus non, auctor et, hendrerit quis, nisi. Curabitur ligula sapien, tincidunt non, euismod vitae, posuere imperdiet, leo. Maecenas malesuada. Praesent congue erat at massa. Sed cursus turpis vitae tortor. Donec posuere vulputate arcu.





Lorem ipsum **dolor sit amet,** **consectetuer** **adipiscing elit.**

Phasellus accumsan cursus velit. Vestibulum ante ipsum primis in faucibus orci luctus et ultrices posuere cubilia Curae; Sed aliquam, nisi quis porttitor congue, elit erat euismod orci, ac placerat dolor lectus quis orci. Phasellus consetetur vestibulum elit. Aenean tellus metus, bibendum sed, posuere ac, mattis non, nunc. Vestibulum fringilla pede sit amet augue. In turpis. Pellentesque posuere. Praesent turpis. Aenean posuere, tortor sed cursus feugiat, nunc augue blandit nunc, eu sollicitudin urna dolor sagittis lacus. Donec elit libero, sodales nec, volutpat a, suscipit non, turpis. Nullam sagittis. Suspendisse pulvinar, augue ac venenatis condimentum, sem libero

volutpat nibh, nec pellentesque velit pede quis nunc. Vestibulum ante ipsum primis in faucibus orci luctus et ultrices posuere cubilia Curae; Fusce id purus. Ut varius tincidunt libero. Phasellus dolor. Maecenas vestibulum mollis diam. Pellentesque ut neque. Pellentesque habitant morbi tristique senectus et netus et malesuada fames ac turpis egestas. In dui magna, posuere eget, vestibulum et, tempor auctor, justo. In ac felis quis tortor malesuada pretium. Pellentesque auctor neque nec urna. Proin sapien ipsum, porta a, auctor quis, euismod ut, mi. Aenean viverra rhoncus pede. Pellentesque habitant morbi tristique senectus et netus et malesuada fames ac turpis egestas. Ut non enim eleifend felis pretium feugiat. Vivamus quis mi.

Phasellus a est. Phasellus magna. In hac habitasse platea dictumst. Curabitur at lacus ac velit ornare lobortis. Curabitur a felis in nunc fringilla tristique. Morbi mattis ullamcorper velit. Phasellus gravida semper nisi. Nullam vel sem. Pellentesque libero tortor, tincidunt et, tincidunt eget, semper nec, quam. Sed hendrerit. Morbi ac felis. Nunc egestas, augue at pellentesque laoreet, felis eros vehicula leo, at malesuada velit leo quis pede. Donec interdum, metus et hendrerit aliquet, dolor diam sagittis ligula, eget egestas libero turpis vel mi. Nunc nulla. Fusce risus nisl, viverra et, tempor et, pretium in, sapien. Donec venenatis vulputate lorem. Morbi nec metus. Phasellus blandit leo ut odio. Maecenas ullamcorper, dui et placerat feugiat, eros pede varius nisi, condimentum viverra felis nunc et lorem. Sed magna purus, fermentum eu, tincidunt eu, varius ut, felis. In auctor lobortis lacus. Quisque libero metus, condimentum nec, tempor a, commodo mollis, magna. Vestibulum ullamcorper mauris at ligula.

Pellentesque auctor neque nec urna. Proin sapien ipsum, porta a, auctor quis, euismod ut, mi. Aenean viverra rhoncus pede. Pellentesque habitant morbi tristique senectus et netus et malesuada fames ac turpis egestas. Ut non enim eleifend felis pretium feugiat. Vivamus quis mi. Phasellus a est. Phasellus magna. In hac habitasse platea dictumst. Curabitur at lacus ac velit ornare lobortis. Curabitur a felis in nunc fringilla tristique. Morbi mattis ullamcorper velit. Phasellus gravida semper nisi. Nullam vel sem. Pellentesque libero tortor, tincidunt et, tincidunt eget, semper nec, quam. Sed hendrerit. Morbi ac felis. Nunc egestas, augue at pellentesque laoreet, felis eros vehicula leo, at malesuada velit leo quis pede. Donec interdum, metus et hendrerit aliquet, dolor diam sagittis ligula, eget egestas libero turpis vel mi. Nunc nulla. Fusce risus nisl, viverra et, tempor et, pretium in, sapien.

Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit. Aenean commodo ligula eget dolor. Aenean massa. Cum sociis natoque penatibus et magnis dis parturient montes, nascetur ridiculus mus. Donec quam felis, ultricies nec, pellentesque eu. ◆



LA PRÉVENTION EST-ELLE MÈRE DE SÛRETÉ ?

**Cum voluptat vid quate min pos ut velligenesti blabo. Totatus impor
sinctae. Licil iuntiiscia quis veniati** En uAdi sequi cum aut libus excepta
same nonsentibus aut et qui optaercium, incia dolor as molesequam quatendi
voluptatur aut lam hitat quae sunt volut quam volesse rspere ea consed quo
offic tem experna temodit, quibusa vit aditet est rere, simus, seque eicia ni
digenissum volorepre, non eat quiaspi duciis num con nempedita nonsequodi
nullit, apis autemquame occus sin eat quiam qui autem aut laut venditio te
cuptatem iduntem sintest atibust isquas si remos num iscipsaepel mo.



C'est LA tendance de planification des repas (littéralement : « cuisine par lot »), héritée des États-Unis, qui est arrivée un soir à ma table, à l'aube d'une tournure banale : « t'as prévu quoi pour dîner ? »

1/ AN-TI-CI-PER.

Pour de vrai. Établir une liste du lundi au vendredi des menus en exploitant toutes les façons possibles de préparer les ingrédients pour ne (pas trop) se lasser. Par exemple, avec une patate douce, faire mi purée, mi-frite. Avec des haricots verts, les imaginer mi en salade, mi rabougri le jour d'après.

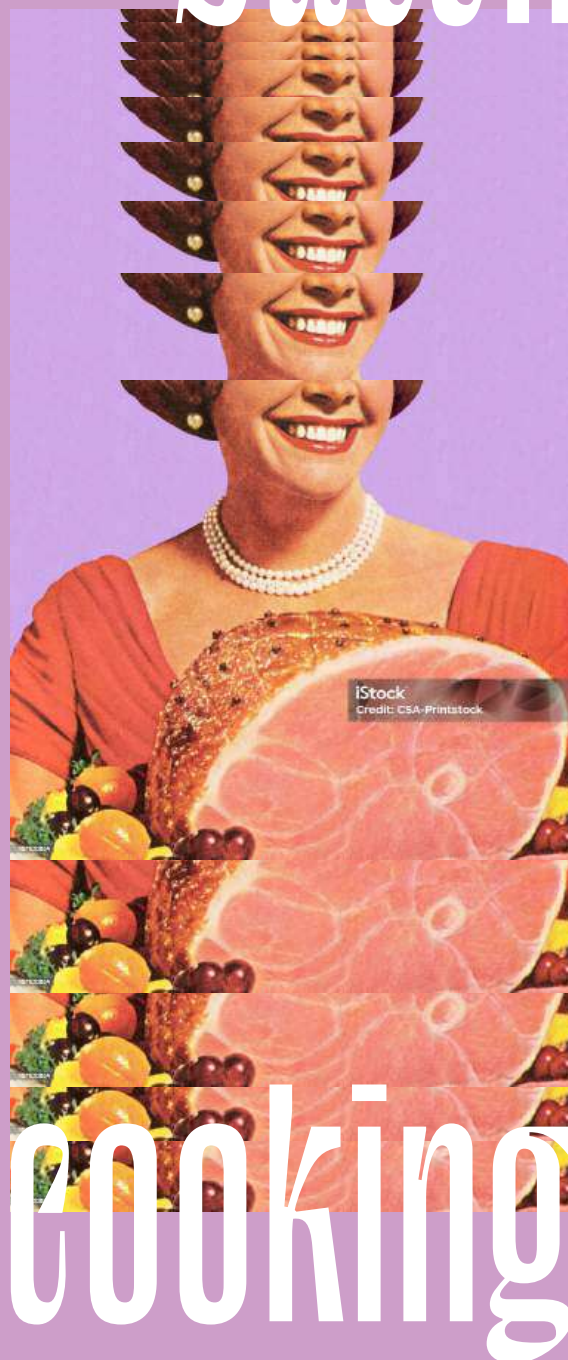
2/ TROUVER LES COUVERCLES QUI VONT AVEC LES BONNES BOÎTES

Après cuisiner, il faut stocker. Qui sait pourquoi diable les couvercles de Tupperware ne sont jamais là ou ils sont censés se trouver ? Rien à faire, aucune boîte ne se ferme correctement, impossible de trouver une paire qui tienne la route. Le début du batch cooking pourrait déjà s'arrêter avec la quête du couvercle parfait.

3/ AVOIR DES IDÉES

L'idée, c'est d'avoir assez d'idées pour anticiper tous les repas de la semaine en une grosse session de cuisine. Où diable sont passées toutes mes idées ? Sûrement au soleil, peinardes, avec un couvercle.

J'ai
testé le **batch**



4/ SAVOIR CONSERVER

Gros doute sur la conservation de la pomme de terre cuite plus de 2 jours. Effroi, et si demain soir personne n'avait envie de patate ? Est-ce que ça pourrait aller avec le poulet mariné ? Les haricots verts sont déjà tous mous et font la même tête que moi au début de mon idée de batch cooker. Mais peut-on jeter ce qu'on a batch cooké sans culpabiliser ?

5/ AIMER ANTICIPER, AVOIR DES IDÉES, AVOIR DES COUVERCLES ET ÊTRE D'ACCORD POUR MANGER 4 REPAS D'AFFILÉE LE MÊME LÉGUME SOUS TOUTES SES FORMES SANS BRONCHER.

Je n'ai rien à ajouter.

6/ BILAN

Après avoir tout réussi à stocker, la famille a apprécié un peu de purée un soir et plus du tout les pommes de terre sautées le lendemain, quand les voisins ont sonné pour l'apéro.

Coup dur, ni saucisson, ni chips ni même houmous (pourtant le pois chiche aurait été un super candidat de la « mi salade, mi purée » hermétique).

Je n'ai pas osé sortir mes haricots verts déprimés et pasteurisés.

Et ça, qui pouvait l'an-ti-ci-per ?

Peut-on tout prévoir ?
La réponse est non.

Salles obscures : lumières sur

LA PEUR au cinéma

Entretien sur les leviers de la peur au cinéma, avec Stéphane Du Mesnildot, critique au Cahiers du Cinéma, Professeur à l'université Paris III-Sorbonne et spécialiste du cinéma fantastique japonais.

Les lumières s'éteignent, déjà l'obscurité nous plonge dans un état d'esprit : on est venu se faire peur. Comme une première démarche, une main tendue au scénariste, au cinéma, pour frissonner, pas si passivement que cela. Films d'épouvante, d'horreur, fantastique, scénarios troubles, drames psychologiques... Au menu de la peur au cinéma, des cheveux dressés, des frissons, des sursauts, et surtout, une évolution de ce qui FAIT peur. Y a-t-il une recette de la peur ? Est-elle absolument universelle ou parfaitement sur-mesure ? Comment le cinéma provoque-t-il la peur ? L'invite-t-il chez chacun des spectateurs sur un même crédo ? Peut-on faire peur à tout le monde dans un monde qui fait déjà suffisamment peur ?

Il y a depuis les débuts du cinéma, des films d'horreurs... Les réalisateurs jouent ils des mêmes leviers pour nous effrayer ?

On aime se faire peur depuis toujours, mais il y a une évolution dans les moyens... Dans les années 30, on redoute l'apparition du monstre, on se pâme devant le maquillage, les effets spéciaux. Frankenstein (1931) en est un parfait exemple : on nous donne à voir des images d'effroi assez simples de maquillage à gros traits, on a peur de ce monstre. D'une peur de « conte de fée » si je peux la qualifier ainsi, des romans noirs du XVIIIème.

On assiste à un tournant avec La Féline (1942), où la peur glisse sur ce qui est insidieux, où la monstruosité est hors champ : le personnage principal, Irena, redoute d'être une panthère, et de





STÉPHANE DU MESNILDO,
critique au Cahiers du Cinéma, Professeur à
l'université Paris III-Sorbonne et spécialiste
du cinéma fantastique japonais.

commettre des crimes, prise de passion... Le film suivra ses doutes, cachera des scènes d'horreur, pour en exposer les conséquences. L'imagination fera le reste. Cette imagination, elle est bien sûr personnelle... Lorsqu'on ne montre pas, on laisse alors le spectateur convoquer ses peurs intimes. Celles qu'on ne peut pas inventer, mais qu'on peut inviter !

Depuis on joue sur cette dialectique : je montre l'horreur, ou je la cache. Dans les deux cas : la peur est bien là.

Octave : Une peur intime est d'ailleurs souvent bien plus terrifiantes qu'un plan destiné à l'être ! Bien sur. Quand on peut peupler le hors champ de ses propres peurs, intimes, personnelles, il y a peu de limites. Des films peuvent aussi exploiter un seul angle de la peur. La crainte de la folie par exemple, dans des films comme dans Répulsion (1965), ou dans Shining (1980).

Comme une forme d'apnée. Comment provoque-t-on le frisson, le sursaut...

On peut le provoquer avec un cadre qui surprend, un dialogue précis... Je pense notamment à Insidious (2010), où deux personnages sont dans une chambre, la nuit. Ils entendent un bruit dans un placard, dans un contexte de malaise, dans une maison chargée... La caméra les suit, petit à petit. L'un d'eux ouvre le placard. Ouf. Rien. Rien ? Jusqu'à ce que l'autre personnage dise... « regarde

en haut » . Ce changement de cadre crée inévitablement un sursaut chez les spectateurs.

Et presque du plaisir, non ?

Oui. Après tout, on sursaute, et on rit après ! Il y a une forme de plaisir, dans le fait de se faire peur. D'abord d'une façon très cartésienne – dans les sociétés occidentales – presque thérapeutique, de se faire peur « pour de faux ». Le fait de ressentir une émotion forte, on est dans le domaine du divertissement ! Il y a aussi le plaisir du « truc », de trouver le faux dans la cosmétique d'un film.

Une puissance cathartique !

La peur au cinéma peut puiser son inspiration dans les faits de société, en étant en quelque sorte son miroir, déformant, ou pas, pour jouer sur des peurs collectives, sociétales.

Dracula, dans les années 60, accompagne par exemple une révolution des mœurs : la révolution sexuelle. Dans cette expression de la peur, une façon de transgresser, ensemble, des interdits, au cinéma.

On assiste aussi aujourd'hui après le gore des années 90, à une féminisation des icônes de la peur, de la génération post #metoo, avec des films comme Titane (2021).

Jouer sur une peur sociale, sur l'évolution des sociétés, est un grand levier puisque quasiment inépuisable !

Mais alors, y a-t-il une recette de la peur ?

Je dirai qu'il y a une exigence dans l'art, avec une partition millimétrée et une grande maîtrise du cinéma. Hitchcock est le maître des ambiances lentes, une musique à propos, de la peur sur grand écran !

Pour ce qui est de l'émotion ressentie, et des leviers : on peut imaginer que se faire peur au cinéma est thérapeutique dans nos sociétés où la réalité de l'horreur – et la peur – dépasse souvent la fiction. ◆

**« Lorsqu'on ne
montre pas, on laisse
alors le spectateur
convoquer
ses peurs intimes. »**





LE RÔLE DE LA PRÉVENTION

**Cum voluptat vid quate min pos ut velligenesti blabo. Totatus
impor sinctae. Licil iuntiiscia quis veniati** En uAdi sequi cum aut
libus excepta same nonsentibus aut et qui optaercium, incia dolor as
molesequam quatendi voluptatur aut lam hitat quae sunt volut quam
volesse rspere ea consed quo offic tem experna temodit, quibusa
vit aditet est rere, simus, seque eicia ni digenissum volorepre, non
eat quiaspi duciis num con nempedita nonsequodi nullit, apis
autemquame occus sin eat quiam qui autem aut laut venditio te
cuptatem iduntem sintest atibust isquas si remos num iscipsaepel
mo ventiatio ma cum expe videriti ut optusae niet.

CONNAÎTRE & DÉJOUER LES RISQUES, UNE HISTOIRE D'HÉRITAGE(S)



Catastrophes naturelles, guerres, maladies, accidents, ... Les drames du passé s'impriment dans nos mémoires. Des souvenirs et des traumatismes qui se transmettent, aussi, d'une génération à l'autre. Et influencent notre rapport individuel et collectif aux risques.

Décryptage.

Nous sommes, on le sait, inégaux face aux risques. Lieu de vie, âge, profession, structure familiale, revenus, ... une myriade de déterminants sociaux et environnementaux agissent sur la probabilité qu'il nous arrive quelque chose, et sur notre propension à l'éviter. Des facteurs, on y pense moins, qui sont eux-mêmes potentialisés par une autre variable, moins saisissable : le passé, et ses legs immatériels. Ou quand nos sociétés et nos existences individuelles s'imprègnent, pour mieux s'en prémunir, des malheurs endurés par celles et ceux qui vécurent avant nous. Le souvenir

d'une inondation meurtrière, d'une guerre ou, plus proche encore, de la maladie d'un père... Comment s'articule, concrètement, la transmission de ces mémoires blessées qui façonnent notre perception des risques et de la prévention ? Peut-on, au lieu d'un poids, y voir une opportunité ?

Empreinte génétique des traumas

Le premier pas est sans doute de reconnaître l'ampleur de la tâche... « Notre sensibilité héritée au risque n'est pas linéaire, elle est le résultat de multiples causes convergentes, décrypte pour Octave le neuropsychiatre et psychanalyste Boris Cyrulnik. Héritaire, épigénétique, historique, personnelle... Toutes ces formes de mémoires se conjuguent. Et il faut accepter cette complexité ! »

Un premier volet de transmission, peut-être le plus aisément identifiable, est donc l'hérédité. C'est ce patrimoine génétique que nous lèguent nos parents. Un « passé biologique » qui, mis en lumière par la science, permet d'éclairer les risques du présent et du futur. La discipline se développe d'ailleurs à toute vitesse depuis une vingtaine d'années. Grâce à la génétique, on peut détailler cet héritage, identifier des facteurs de risques et adapter ses comportements de prévention. La pédiatrie, l'oncologie, la cardiologie ou la neurologie s'y emploient de plus en plus. Non sans débat éthique, d'ailleurs, car se pose la question des limites souhaitables : faut-il ou veut-on vraiment tout savoir ? Le passé biologique se transmet à un second niveau, que la recherche a explicité tardivement : l'épigénétique. « C'est une hérédité au-delà de l'ADN, et une transmission plus importante qu'on croyait », témoigne Boris Cyrulnik. « L'épigénétique montre que l'histoire peut, dans un certain milieu, influencer l'expression génétique, et que des traits émotionnels ou



BORIS CYRULNIK,
neuropsychiatre
et psychanalyste.

« Notre sensibilité héritée au risque n'est pas linéaire, elle est le résultat de multiples causes convergentes (...) Toutes ces formes de mémoires se conjuguent. Et il faut accepter cette complexité ! »

comportementaux acquis par les générations précédentes se transmettent ». En d'autres termes, nos expériences du présent peuvent réactiver des émotions (stress, anxiété) et des traumatismes (accident, maladie, etc.) vécus par d'autres avant nous. Et donc peser, inconsciemment, sur notre appréhension des périls et risques de l'existence. Le cas le plus célèbre est celui de l'Holocauste. Des études ont ainsi montré que les traumatismes vécus par les victimes laissent, indépendamment de la mémoire transmise par le récit ou l'éducation, une « empreinte génétique » chez la génération suivante, léguant par exemple une hyper-sensibilité à la violence ou à l'injustice. Investiguer cette mémoire transgénérationnelle peut, aussi, participer d'une forme de prévention.

L'histoire comme boussole

A l'hérédité et à la mémoire transgénérationnelle se greffent, bien sûr, d'autres transmissions, plus tangibles : celles de l'histoire vécue et racontée, qui sert aux individus et aux sociétés à échafauder des mécanismes pour prévenir les risques documentés par leurs prédécesseurs. L'exemple le plus parlant est sans doute celui des grandes catastrophes, qui jalonnent l'histoire de l'humanité, et se transmettent par le récit, les archives ou les vestiges. « C'est parce qu'il y a une mémoire des catastrophes que l'homme sait que les risques existent. Mais c'est aussi parce que cette mémoire existe qu'il peut essayer d'en limiter la portée », résumant les géographes Robert d'Ercole et Olivier Dollfus dans *Mémoire des catastrophes*

et prévention des risques (revue Natures Sciences Société, n°4). Pompéi, Tchernobyl, 11 Septembre, ouragan Katrina, Fukushima, ... : les catastrophes peuplent nos imaginaires, modifient dans le temps notre perception des risques, et infléchissent nos efforts de prévention.

Preuve que ce passé tragique est une utile boussole pour présent, les sociétés s'emploient, sans toujours y parvenir, à ne pas oublier. Ainsi de ces commémorations qui rappellent aux vivants le sort des anciens, et la nécessité de s'organiser pour ne pas endurer les mêmes drames. C'est, par exemple, le Japon contemporain qui se souvient, chaque 1er septembre, du grand séisme du Kanto (1923). Ou, en France, les élus et la population qui commémorent, 30 ans après, les inondations meurtrières de Vaison-la-Romaine (1992). Aussi douloureux soit-il, dire le souvenir du passé est une démarche nécessaire, estime Boris Cyrulnik. « Il y a des catastrophes jamais dites, jamais mises en mots, qui n'interviennent donc pas dans la mémoire collective. Or, autant que la parole, le silence transmet quelque chose, et notamment de l'angoisse ».

« La résilience pour éviter la répétition des malheurs »

Reste que, s'il veut réellement préserver le futur, le recours à la mémoire exige certaines conditions... « Il faut chercher à comprendre ce qui s'est vraiment passé, et favoriser un récit réparateur », souligne le neuropsychiatre. Car le n'est pas toujours employé à usage préventif. « Les guerres franco-allemandes en sont un bon exemple. Après celles de 1870 et de 14-18, des récits d'humiliation et de revanche ont alimenté la répétition de la

Pourquoi fait-on l'autruche ?

Parfois, connaître les risques ne suffit pas, y compris lorsque les moyens de s'en prémunir sont accessibles. C'est le fameux -et très répandu !- syndrome de l'autruche. Mais comment l'expliquer ? La réponse se trouve en grande partie dans... notre cerveau. Celui-ci est soumis à des biais cognitifs : des mécanismes inconscients de distorsion du réel. Le « cerveau émotionnel » prend alors le dessus sur le « cerveau rationnel », favorisant le déni et l'évitement pour s'épargner l'angoisse ou l'anxiété. L'un des biais les plus classiques : peiner à évaluer les menaces lointaines. Agir maintenant contre le changement climatique, arrêter de fumer jeune pour éviter la maladie vingt ans plus tard, ... le décalage entre le comportement présent et le risque futur trompe notre rationalité. Autre écueil, le biais de confirmation, qui nous incite à négliger les messages opposés à nos convictions. Ou le biais d'optimisme : les sciences ont montré que l'humain est naturellement plus prompt à s'attendre à des événements positifs que négatifs. Bonne nouvelle, cependant : connaître et reconnaître ces biais cognitifs est, déjà, une première étape pour s'en libérer.

catastrophe. En 1945 à l'inverse, un autre récit a permis l'installation de la paix. » Philosophie, psychologie, et arts sont autant d'outils pour bâtir ces récits qui « permettent de comprendre, de maîtriser l'angoisse, métamorphoser le trauma pour enclencher le processus de résilience, et éviter la répétition des malheurs ».

Parfois, note aussi Boris Cyrulnik pour souligner la richesse et l'ambivalence de l'histoire en matière de prévention, cette dernière peut se nourrir d'un passé qui est tout sauf tragique ; au contraire. Et le neuropsychiatre de citer un cas marquant : « Au Pérou, j'ai découvert des communautés d'Indiens qui, marquées par les génocides vécus par leurs ancêtres, étaient fragilisées par l'alcoolisme et la violence. Mais la redécouverte, grâce au travail des anthropologues, de la beauté de leur culture ancienne, celle des Mochicas, a permis un basculement. La fierté a remplacé la honte et, en une seule génération, l'alcoolisme a disparu et la violence reflué. » Voilà peut-être, finalement, l'un des fondements de la prévention : apprendre à soigner et écouter nos mémoires, toutes nos mémoires, pour mieux déjouer, collectivement, les périls de demain. ◆





L'HOMME LE PLUS FLIPPÉ DU MONDE

Combien d'araignées entrent en contact avec ma peau quand je suis en train de dormir ?



Est-ce qu'il y a déjà des gens qui se sont jetés par la fenêtre pendant leur crise de somnambulisme ?



Same compter ma mère, combien de personnes vont pleurer si je meurs ?



Pourquoi il a mis "..." après "bonjour" ? Est-ce qu'il essaye de me faire comprendre quelque chose ?



Est-ce qu'il faut que je commence à regarder des tutoriels sur le réchauffement climatique avant qu'il ne soit trop tard ?



Pourquoi les zèbres ont des rayures ? ... À quoi ça peut bien leur servir ? ...



P'tain... Pourquoi j'ai fait cette blague ? ... Personne m'a rigolé ! ... Même moi, j'ai trouvé pas drôle !



J'ai mangé quoi, hier midi ? C'est dingue ça, impossible de me souvenir !



Et si j'étais un personnage enfermé dans une BD ? Les gens pourraient lire ma pensée grâce aux bulles en forme de nuage ? Merde, du coup faut pas que je pense à... LALALA ! LALALA !!!



Seb : "Alors ? T'as vu, on dort mieux quand on prend le temps de se coucher sans écran, hein ? 😊"



Retrouvez les pépites de @theogrosjean sur Instagram !

FEEL GOOD IDEAS AUTOUR DU MONDE

Comment s'envisage la prévention ailleurs dans le monde ? Cultures, croyances, traditions nourrissent de multiples façons de prendre soin de la vie, de réduire les risques et d'envisager l'avenir... **Petit tour du monde des gestes de prévention individuels ou collectifs, parfois étonnants, souvent inspirants...**



À votre santé !



Imaginez un instant que **les Asiatiques** ont adopté le port du masque pour se protéger de la grippe espagnole dès 1918 ! En Europe, on mise sur les vaccins pour prévenir les maladies infectieuses graves, **la Lettonie et la France** sont même les championnes avec plus de 11 vaccins obligatoires. **Dans les pays scandinaves**, on ne rigole pas avec les dents : cours d'hygiène bucco-dentaire en classe, solutions fluorées au petit-déjeuner et contrôle chez le dentiste tous les 6 mois ! **Au Japon**, la diminution des risques cardiovasculaires et la santé mentale dépendent d'une bonne partie de rigolade quotidienne et le 8 du mois est désormais la journée officielle du rire. Les autorités **australien**nes ont les fumeurs dans le nez. Dans ce pays pionnier de la lutte contre le tabagisme, les prix du tabac ont flambé, les paquets sont neutres et le vapotage est désormais interdit. En **Corée du Sud**, la prévention des maladies cardiaques, du diabète et le renfort des défenses immunitaires, c'est bête comme chou, grâce à la consommation de kimchi et autres produits fermentés. Dans **la tradition sud-américaine**, le maté est plus qu'une infusion énergisante et riche en antioxydants. Son partage entre amis, collègues et en famille diffuse du bien-être individuel et de la cohésion sociale.



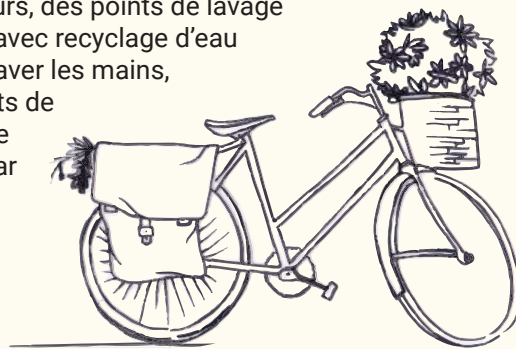
Au secours !

Pour lutter contre les catastrophes climatiques - puisque les grandes décisions se font cruellement attendre - de nombreux pays s'adonnent à des exercices de prévention. Quand la **Californie** s'enflamme pour une pratique amérindienne ancestrale de brûlages ciblés de forêts pour diminuer le combustible des mégafeux, les **jeunes Japonais** sont formés aux risques de tsunamis, de typhons, de tremblements de terre dès la crèche et mémorisent des itinéraires d'évacuation. Le slogan « tsunami tendenko » qui encourage les gens à se précipiter vers un endroit élevé plutôt que de s'occuper de leurs proches a montré son efficacité. Plus optimistes, les **Néo-Zélandais** sont de fervents défenseurs du Kaitiakitanga maori qui évoque la responsabilité de prendre soin du ciel, de la terre et de la mer. Ce concept est intégré dans leur politique de gestion environnementale et des ressources dans l'espoir de transmettre aux générations futures une nature dans un état aussi bon, voire meilleur, que l'état actuel.



C'est la mode

D'autres habitudes culturelles bien ancrées dans les modes de vie ont aussi le pouvoir de diminuer des risques plus quotidiens. Il ne viendrait pas à l'idée d'un **Allemand** de traverser au rouge au passage piéton. Résultat, les rues sont plus sûres et le principe d'exemplarité touche tous les enfants. **En Espagne**, il se murmure que l'habitude de la sieste serait en perte de vitesse ; elle favorise pourtant le rechargement des batteries et une bonne qualité de vie. **En Inde**, la pratique du yoga, de la méditation et de l'Ayurveda - cette médecine traditionnelle qui repose sur une alimentation ultra-digeste - sont profondément ancrées pour réguler les chakras du corps et l'esprit. **En Finlande**, chaque bébé reçoit à la naissance une baby box remplie de produits essentiels. Petit plus amusant et hautement symbolique, elle peut aussi se transformer en lit en carton, pour donner à chacun les mêmes chances dans la vie. **Aux Pays-Bas**, les habitants prennent soin de leurs artères cardio-vasculaires et routières en roulant à vélo. **Les Japonais** vouent un culte particulier à l'hygiène. Éducation et technologies participent à une lutte sans merci contre les bactéries et les virus, avec des toilettes bourrées de gadgets, des capteurs infrarouges pour déclencher les ascenseurs, des points de lavage mobiles avec recyclage d'eau pour se laver les mains, des robots de nettoyage pilotés par IA...



UNE SOLIDARITÉ DÉRIDÉE

Dans un autre registre, pour anticiper le vieillissement rapide de leur population, les **Japonais** cotisent au Kaigo Hoken pour financer les soins de fin de vie et des réseaux de voisinage s'organisent pour prévenir le Kodokushi, mort solitaire des personnes âgées. **En Allemagne**, l'assurance dépendance est obligatoire pour tous. Dans plusieurs pays africains comme au **Sénégal**, des tontines communautaires épargnent ensemble pour couvrir des soins médicaux imprévus, des funérailles... dont chacun peut bénéficier à tour de rôle. En **Italie** ou en **Corée**, la solidarité familiale joue encore ce rôle essentiel.

LA PREUVE PAR L'EXEMPLE

Lorsqu'elle est bien pensée, la prévention fait de véritables merveilles. De plus en plus documentés, les exemples de son efficacité fourmillent, et ce dans de nombreux domaines..

Qu'il soit sanitaire, industriel, sécuritaire, technologique ou météorologique... le risque, sa mesure et sa gestion, est devenu pour nos sociétés contemporaines une véritable boussole. Au point, estiment certains, de friser l'obsession... Mais en fait-on vraiment trop ? Et cet accent mis sur l'aléa et sa prévention donne-t-il, dans les faits, des résultats probants ? La réponse se trouve dans notre passé récent, et elle est sans ambiguïté. L'ère moderne est jalonnée d'expériences de prévention aux résultats souvent... spectaculaires ! Certes, les données ne sont pas toujours faciles à objectiver : lorsque les choses vont mieux ou qu'un péril est déjoué, la part attribuée à la prévention n'est pas aisée à isoler des autres facteurs. Pas de quoi pour autant invalider son impact décisif...

CINQ FOIS MOINS DE VICTIMES SUR LA ROUTE

Commençons par un cas d'école : la sécurité routière. Elle a réalisé, en 50 ans, des progrès époustouflants. La prévention a ici joué un rôle immense, matérialisé par des règles adoptées au fil du temps : instauration de seuils d'alcoolémie (1970), port de la ceinture de sécurité obligatoire à l'avant (1979) et à l'arrière (1991), interdiction du téléphone tenu en main (2003), casque vélo pour les enfants de moins de 12 ans (2017), etc. Les résultats sont là, un chiffre le dit : en France, le nombre de morts sur la route est passé de 18 000 en 1972 à 3 267 en 2022. Et ce alors même que le trafic routier s'est démultiplié. C'est encore trop, mais c'est 5 fois moins qu'il y a cinquante ans. Les vertus de la prévention se vérifient dans un autre domaine, appelé à mobiliser toutes nos énergies dans le futur : les événements climatiques extrêmes. Ici, pas de doute, « les pays qui ont réussi à mettre en place des systèmes d'alerte précoce ont vu baisser de manière spectaculaire la mortalité due aux catastrophes », rappelle le Climate Risk and Early Warning Systems (CREWS), une initiative internationale de soutien aux pays vulnérables. Les inondations sont un bon exemple. En France, où elles sont le risque naturel n°1, une étude du réassureur public CCR révélait ainsi en 2023 que l'implémentation des fameux « PPRi » - plans de prévention des risques d'inondation - avait réduit, dans les communes concernées, la fréquence et le coût des sinistres de 40 % entre 1995 à 2018. Et permis des économies de 2,2 milliards d'euros en dommages assurés...

154 MILLIONS DE VIES SAUVÉES PAR LES VACCINS

Le grand champ dans lequel la prévention opère avec succès, c'est bien sûr la santé. Les exemples sont légion... Prenons celui, en France, de la consommation d'alcool durant la grossesse. Cet important facteur de risque pour la santé de l'enfant a longtemps été négligé. La pédagogie des soignants alliée à la création, en 2018, du repère « zéro alcool pendant la grossesse », ont pourtant tout changé. Alors qu'il était, naguère, plutôt banal de boire de l'alcool enceinte, la tendance s'est inversée : dans le baromètre 2021 de Santé publique France (SpF), 93 % des mères déclaraient ainsi ne jamais avoir bu d'alcool après avoir appris leur grossesse... Un autre exemple, au niveau mondial cette fois : les vaccins. Dernière confirmation chiffrée en date, celle, sidérante, publiée par The Lancet en 2024. Selon cette étude, la vaccination a permis de sauver, ces 50 dernières années, quelque... 154 millions de vies, dont celles de 101 millions de nourrissons. Au total, depuis 1974, les vaccins contre 14 maladies (diphtérie, hépatite B, rougeole, méningite A, coqueluche, poliomyélite, etc.) ont directement réduit la mortalité infantile globale de 40 % !

**En France,
le nombre de morts
sur la route est passé
de 18 000 en 1972
à 3 267 en 2022.**

UNE EFFICACITÉ MESURABLE

Preuve indirecte de son efficacité, la prévention est financièrement rentable. Dans un rapport publié en 2023, l'OCDE et SpF ont évalué le retour sur investissement de la lutte contre le tabagisme en France entre 2016 et 2020. Résultat : pour chaque euro investi, 4 euros d'économies sur les dépenses de santé à long terme. Le Mois sans Tabac, en particulier, est très efficace : chaque euro investi dans ce dispositif permet plus de 7 euros d'économies à long terme.

**À NOTER ENFIN
QUE, PARFOIS,
L'EFFICACITÉ DE
LA PRÉVENTION
NE TIENT PAS
À GRAND
CHOSE...**

Au Japon, en 2024, les autorités de la préfecture de Yamagata ont voté la prescription aux habitants d'une séance quotidienne... de rire. Une étude de la faculté de médecine de Yamagata a montré que rire diminuait le risque de maladies cardiovasculaires et de décès. Au Canada, et depuis 2022 en France, les hôpitaux dispensent des « ordonnances muséales » : s'exposer à l'art et à la beauté, c'est prouvé, apaise les patients souffrants d'anxiété, de dépression ou de maladies comme Alzheimer.

VERS UNE SOCIÉTÉ **PLUS RÉSILIENTE ?**



**Cum voluptat vid quate min pos ut velligenesti
blabo. Totatus impor sinctae. Licil iuntiiscia
quis veniati**

En uAdi sequi cum aut libus excepta
same nonsentibus aut et qui optaercium, incia
dolor as molesequam quatendi voluptatur aut
lam hitat quae sunt volut quam volesse rspere
ea consed quo offic tem experna temodit,
quibusa vit aditet est rere, simus, seque eicia ni
digenissum volorepre, non eat quiaspi duciis
num con nempedita nonsequodi nullit, apis
autemquame occus sin eat quiam qui autem
aut laut venditio te cupatatem iduntem sintest
atibust isquas si remos num iscipsaepel mo
ventiatio ma cum expe videriti ut optusae niet,
consequid quuntinum untirectin exceari re
aut ditat.



Développer LA CULTURE DU RISQUE POUR MIEUX LE PRÉVENIR



« Assureur-préventeur » : c'est le rôle que la Matmut veut aujourd'hui incarner. Ces deux mots structurent la vision du Groupe, qui place la prévention au rang de ses priorités. Pour inciter chacun à endosser de nouvelles responsabilités et créer un avenir plus soutenable. Entretien avec Stéphane Muller, Stéphane Hasselot et Christian Pasquetti¹.

28 000
personnes

ont participé à nos 580 initiatives
de prévention en 2023.

**La prévention est une vaste notion :
que représente-t-elle pour la Matmut ?**

Stéphane Muller : C'est une véritable boussole à l'échelle de notre Groupe. Elle structure notre feuille de route stratégique, de nos actions sur le terrain, auprès de nos sociétaires, à nos choix d'investissements. Nous voulons dépasser notre rôle d'assureur qui indemnise, et devenir assureur-préventeur, ce qui change notre modèle. Pour cela, nous devons parvenir à créer une communauté d'intérêts entre prévenir, assurer et indemniser. À l'heure où l'impact des risques – naturels notamment – s'accroît, la prévention aide à préserver l'engagement mutualiste qui est le nôtre, et ainsi protéger nos sociétaires à long terme.

Stéphane Hasselot : En tant qu'assureur en santé, améliorer la santé de chacun est inscrit dans nos gènes. Mais s'engager dans la prévention appelle une rupture psychologique au sein de la Matmut et nous confronte à une dualité temporelle. Nous le savons, les efforts d'acculturation et de sensibilisation porteront leurs fruits sur le long terme. Or, les sociétaires qui bénéficient aujourd'hui de nos actions de prévention quitteront peut-être la Matmut dès demain. Notre regard dépasse cette réalité. Parce que, in fine, si chacun, sociétaire ou non, intègre la prévention dans ses habitudes de vie, les coûts de prise en charge des pathologies seront mieux maîtrisés. A terme, la prévention



De gauche à droite :

STÉPHANE HASSELOT,
membre du comité exécutif du Groupe Matmut,
en charge de la Direction Assurance Santé

STÉPHANE MULLER,
membre du comité exécutif du Groupe Matmut, en charge de la Direction Assurances IARD

CHRISTIAN PASQUETTI
Vice-Président
Directeur Général Mgéfi

garantit la robustesse et la fiabilité de nos engagements envers nos sociétaires. Ce qui assure la pérennité du fonctionnement mutualiste qui est le nôtre.

Christian Pasquetti : Ce qui compte aussi en matière de prévention en santé, c'est la proximité et le rapport humain. Nous intervenons par exemple auprès des agents de la fonction publique d'État. Au total, 28 000 personnes ont participé à nos 580 initiatives de prévention en 2023. Et nous travaillons main dans la main avec les employeurs de la fonction publique, qui mesurent que prendre soin de la santé de leurs agents est aussi une manière de nourrir le dialogue social et de contribuer à leur attractivité.

Alors que de nouveaux risques émergent, notamment climatiques, ou en santé, comment faire évoluer la prévention ?

S.M. : Historiquement, tout a démarré avec la prévention routière, dans les années 70, avec les résultats que l'on connaît sur la baisse de la mortalité. Au fil du temps, la prévention s'est étendue aux risques d'accident de la vie courante, à l'habitation... Aujourd'hui, les risques naturels représentent près de 50 % des sinistres que nous enregistrons. Les prévenir se fait donc nécessaire. Et leur modélisation devient plus fine et plus précise, la puissance de calcul augmente (pour aller plus loin, voir page 39), les données d'analyse sont plus

« Aujourd'hui, les risques naturels représentent près de 50 % des sinistres que nous enregistrons. »

STÉPHANE MULLER

nombreuses. Nous le constatons : le gain financier de certaines actions de prévention, pour certaines d'une grande simplicité, est rapidement mesurable. Par exemple, en cas d'inondation, deux maisons voisines peuvent être très différemment impactées si l'une est équipée de batardeaux et l'autre, non. Dans la première, l'eau montera de quelques centimètres, et les dommages seront limités. Dans la seconde, il faudra sans doute tout rénover. La prégnance des risques climatiques pose aussi la question de l'obligation de reconstruire à l'identique. Nous préconisons plutôt de penser la remise en état de manière à réduire les dommages si l'événement climatique se reproduit. C'est le rôle de nos ingénieurs préventeurs. En matière de prévention, l'efficacité de la démarche s'impose. Mais cette responsabilité ne relève pas seulement de l'assureur.

S.H. : En santé, les facteurs de risque en santé



sont bien connus : sédentarité, consommation de tabac, surpoids... entraînent une prévalence croissante des maladies chroniques. Couplées au vieillissement de la population, elles questionnent même la soutenabilité de notre système de santé. Mais il est difficile de mobiliser sur les sujets de prévention. Cela nécessite de répéter les actions et de les rendre accessibles à tous. D'innover aussi. À l'instar du méta-coaching (pour aller plus loin, voir page 48) ou du programme BASE (idem, page 48). Celui-ci propose aux chefs d'entreprise, qui font souvent passer leur travail avant leur santé, de réaliser un check-up de leur santé physique et psychique en une demi-journée. L'intérêt ? Contribuer

vité physique, de mode de vie, que nous pourrions, en grande partie, améliorer et maîtriser les coûts liés à la santé. L'effort à fournir est, certes, intense, et il relève d'une prise de conscience collective, de la part de tous les acteurs.

À l'avenir, comment la prévention peut-elle contribuer à préserver l'assurabilité du monde ?

C.P. : L'impact des actions de prévention est complexe à évaluer. Et mesurer l'état de santé de chacun pour l'associer à un comportement soulève la problématique de l'omniprésence des technologies et de l'emploi des données de santé. Des voix s'élèvent déjà, au sujet des appareils connectés (montres, balances...), qui permettent de monitorer la santé de chacun. Se pose la question de l'usage de ces outils et de la diffusion des informations collectées. Le défi de demain ? Passer de la loi des grands nombres à l'échelle individuelle et déployer une prévention mesurable et quantifiable.

S.H. : En assurance santé, à l'inverse de l'assurance de biens, nous ne sélectionnons pas le risque. Cela signifie que nous couvrirons aussi bien une personne en bonne santé qu'une personne malade. Mais nous devons préserver nos

« Le défi de demain ? Passer de la loi des grands nombres à l'échelle individuelle et déployer une prévention mesurable et quantifiable. »

STEPHANE HASSELOT

à la durabilité économique, et donc sociale, en prenant soin de ceux qui dirigent les entreprises, qui créent des emplois. Tout ce que nous mettons en œuvre vise à rendre les gens plus conscients, sans engendrer la peur. Parce que la prévention repose sur la responsabilité individuelle de chacun. Nous proposons donc des outils dont chacun peut se saisir. Et ainsi agir pour le bien commun.

C.P. : En effet, rien ne fonctionnera en matière de prévention sans un effort global de nos sociétés. Éducation, formation et information restent des principes génériques pour engager des changements de comportements. C'est grâce à de nouvelles habitudes, en termes d'alimentation, d'acti-

Méta-coaching

Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit. Aenean commodo ligula eget dolor.

Programme BASE

Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit. Aenean commodo ligula eget dolor.

équilibres techniques. Ce qui implique d'ajuster le niveau de cotisations si nos prestations augmentent, pour toujours mutualiser le risque. D'où la nécessité, économique, de diminuer les coûts de santé grâce à la prévention. Chacun doit comprendre que détecter les pathologies plus tôt ou modifier certains comportements minimise le besoin de prise en charge, et donc son coût. Aujourd'hui, c'est l'incitation qui prévaut. À l'avenir, rendre obligatoires certains examens s'imposera probablement. Cela demandera du courage. Mais si, à la faveur de ces efforts, on tombe moins malade, l'objectif sera atteint, à l'échelle de la Matmut, et, surtout, à l'échelle sociétale.

S.M. : Nous nous trouvons également face à un défi d'ordre économique. L'ONU a classé l'inassurabilité au rang des six plus grands périls pour l'humanité. La hausse des cotisations des contrats



« C'est grâce à de nouvelles habitudes, en termes d'alimentation, d'activité physique, de mode de vie, que nous pourrons, en grande partie, améliorer et maîtriser les coûts liés à la santé. »

CHRISTIAN PASQUETTI



d'assurance est inexorable. Dès le 1er janvier 2025, la part qui finance le régime Catastrophes naturelles va passer de 12 à 20 %. Avec la prévalence et la violence des risques naturels et des dommages associés, le coût des assurances Habitation va continuer de grimper. Et, au-delà d'un certain seuil, il ne sera plus possible de l'augmenter: nous atteindrons alors l'inassurabilité. Cela n'arrivera pas du jour au lendemain. Mais, de la même manière que le changement climatique est déjà en marche, la prise de conscience de ce qui s'opère doit s'engager dès maintenant. Concrètement, cela implique de faire preuve d'un pragmatisme de chaque instant, pour limiter la hausse des cotisations et maintenir l'assurabilité du plus grand nombre, mais aussi pour accompagner ceux qui sont exposés aux risques afin qu'ils se protègent mieux. C'est cet effort qui pourra amortir le choc inévitable auquel nous allons devoir faire face collectivement. Et cette question de la durabilité est essentielle dans ce que la Matmut engage aujourd'hui. ◆



L'AUTRE **VISAGE** DE LA **PRÉVENTION**

Afin de protéger durablement ses sociétaires, la Matmut doit anticiper, elle aussi, les aléas qui pèsent sur son avenir. Des spécialistes, en interne, modélisent et quantifient les risques qui pourraient menacer, à court et moyen terme, la pérennité de l'engagement mutualiste. **Décryptage.**



n n'y pense pas toujours, mais prendre en charge les risques du quotidien pour les autres, c'est prendre soi-même des risques... Le défi, en effet : gérer, au cœur d'un environnement éminemment instable, des flux de ressources aléatoires, sans se laisser jamais dépasser par les événements. L'imprévu, mal négocié, pourrait mettre en danger la durabilité même de l'organisation. Une mission critique, donc, qu'assurent en interne des pros des statistiques, précieux et indispensables « amortisseurs des risques » : les actuaires.

Modéliser l'incertitude

« Notre objectif, détaille Gérald Chauveau, directeur actuariat de la Matmut, est de former une vision économique pour que les fonds propres suffisent à porter le coût du risque ; et sécuriser ainsi l'avenir de nos sociétaires et celui de la mutuelle ». C'est, en quelque sorte, appliquer à soi-même les efforts de prévention qu'on prodigue aux autres.

Ici, pas d'incendie, d'accident ou de tempête... Les risques sont essentiellement financiers. Il y a d'abord, bien sûr, les contingences liées aux marchés, et l'impact de leurs fluctuations sur les actifs de la mutuelle. Une soudaine crise sur tel ou tel marché peut rapidement compromettre l'avenir... Viennent ensuite les risques de souscription : c'est, cette fois, l'incertitude quant aux résultats des contrats d'assurance, liée notamment à des soucis de provisionnement ou de tarification. Enfin, plus prévisibles sont les risques réglementaires, lorsque les règles du jeu se mettent à changer, rebattant les cartes et l'équilibre qui avait été escompté. La prévention de ces trois familles de risques est d'ailleurs, elle-même, très réglementée. Elle est soumise, depuis 2016, à la directive Solvabilité II (« Solva 2 », pour les initiés), un ensemble de règles fixant le régime de solvabilité applicables aux assurances dans l'Union européenne.

Horizon de cinq ans

L'art d'anticiper l'avenir financier obéit, à la Matmut, à une double temporalité. On cherche, forcément, à parer au plus urgent, le court terme : « Il s'agit de quantifier les montants que nous devons provisionner pour couvrir tous les risques de l'année en cours », souligne Gérald Chauveau. Et puis il y a le plus lointain. « La

dimension prospective est essentielle. Nous projetons notre modèle à un horizon de 5 ans. Le but : regarder comment notre profil de risque évolue dans le temps, et éclairer ainsi la trajectoire stratégique du groupe ».

Une démarche qui implique d'entrer dans le détail, de multiplier les hypothèses. Comme lorsque les équipes s'emploient à modéliser la dérive tendancielle, en France, du risque sécheresse, particulièrement instable depuis 2016. Les actuaires manœuvrent alors des instruments et des techniques de haute précision... Autant de systèmes mathématiques, statistiques et de probabilités qui dévoilent les différents scénarios possibles.

LEXIQUE

RATIO DE SOLVABILITÉ :

Exprimé en pourcentage, il évalue la capacité d'une entreprise à rembourser ses dettes.

RÉSULTAT COMPTABLE :

Indicateur de performance sur une période donnée (l'exercice comptable), soit la différence entre le chiffre d'affaires hors taxes et l'ensemble des dépenses d'une entreprise.

« Une œuvre collective »

Un outil s'avère ici décisif : les stress tests (tests de sensibilité). Ou comment simuler un choc pour vérifier la résilience de l'organisation. « On peut par exemple simuler une grave crise sur les marchés boursiers, une attaque cyber ou encore la répétition d'événements climatiques intenses, et voir si nous tenons la route financièrement », témoigne le directeur de l'actuariat. Les actuaires observent ainsi les impacts de ce choc fictif sur les deux grandes métriques : le ratio de solvabilité, et le résultat comptable de la mutuelle. « Si nous constatons des défaillances, nous lançons une réflexion sur les remèdes et les moyens de redresser la barre. »

Nos prospectivistes, forcément, n'agissent pas seuls...

« À la Matmut, cette mission est très collaborative, insiste Gérald Chauveau. Tous les métiers viennent nourrir, en données notamment, nos outils et notre travail. » Un travail dont les fruits se transmettent et aiguillent les autres services, à l'instar du groupe de prospective économique, par exemple, qui réceptionne les résultats et les interprète.

« La modélisation éclaire la stratégie, et guide les décisions importantes », souligne Gérald Chauveau. Et de conclure : « Nous, actuaires, sommes les chefs d'orchestre de l'outil de modélisation, mais l'œuvre, elle, est collective. » ◆



L'AUTRE VISAGE DE LA PRÉVENTION

Afin de protéger durablement ses sociétaires, la Matmut doit anticiper, elle aussi, les aléas qui pèsent sur son avenir. Des spécialistes, en interne, modélisent et quantifient les risques qui pourraient menacer, à court et moyen terme, la pérennité de l'engagement mutualiste. **Décryptage.**

On n'y pense pas toujours, mais prendre en charge les risques du quotidien pour les autres, c'est prendre soi-même des risques... Le défi, en effet : gérer, au cœur d'un environnement éminemment instable, des flux de ressources aléatoires, sans se laisser jamais dépasser par les événements. L'imprévu, mal négocié, pourrait mettre en danger la durabilité même de l'organisation. Une mission critique, donc, qu'assurent en interne des pros des statistiques, précieux et indispensables « amortisseurs des risques » : les actuaires.

Modéliser l'incertitude

« Notre objectif, détaille Gérard Chauveau, directeur actuariat de la Matmut, est de former une vision économique pour que les fonds propres suffisent à porter le coût du risque ; et sécuriser ainsi l'avenir de nos sociétaires et celui de la mutuelle ». C'est, en quelque sorte, appliquer à soi-même les efforts de prévention qu'on prodigue aux autres.

Ici, pas d'incendie, d'accident ou de tempête... Les risques sont essentiellement financiers. Il y a d'abord, bien sûr, les contingences liées aux marchés, et l'impact de

leurs fluctuations sur les actifs de la mutuelle. Une soudaine crise sur tel ou tel marché peut rapidement compromettre l'avenir... Viennent ensuite les risques de souscription : c'est, cette fois, l'incertitude quant aux résultats des contrats d'assurance, liée notamment à des soucis de provisionnement ou de tarification. Enfin, plus prévisibles sont les risques réglementaires, lorsque les règles du jeu se mettent à changer, rebattant les cartes et l'équilibre qui avait été escompté. La prévention de ces trois familles de risques est d'ailleurs, elle-même, très réglementée. Elle est soumise, depuis 2016, à la directive Solvabilité II (« Solva 2 », pour les initiés), un ensemble de règles fixant le régime de solvabilité applicables aux assurances dans l'Union européenne.

Horizon de cinq ans

L'art d'anticiper l'avenir financier obéit, à la Matmut, à une double temporalité. On cherche, forcément, à parer au plus urgent, le court terme : « *Il s'agit de quantifier les montants que nous devons provisionner pour couvrir tous les risques de l'année en cours* », souligne Gérald Chauveau. Et puis il y a le plus lointain. « *La dimension prospective est essentielle. Nous projetons notre modèle à un horizon de 5 ans. Le but : regarder comment notre profil de risque évolue dans le temps, et éclairer ainsi la trajectoire stratégique du groupe* ».

Une démarche qui implique d'entrer dans le détail, de multiplier les hypothèses. Comme lorsque les équipes s'emploient à modéliser la dérive tendancielle, en France, du risque sécheresse, particulièrement instable depuis 2016. Les actuaires manœuvrent alors des instruments et des techniques de haute précision... Autant de systèmes mathématiques, statistiques et de probabilités qui dévoilent les différents scénarios possibles.

« Une œuvre collective »

Un outil s'avère ici décisif : les stress tests (tests de sensibilité). Ou comment simuler un choc pour vérifier la résilience de l'organisation. « *On peut par exemple simuler une grave crise sur les marchés boursiers, une attaque cyber ou encore la répétition d'événements climatiques intenses, et voir si nous tenons la route financièrement* », témoigne le directeur de l'actuariat. Les actuaires observent ainsi les impacts de ce choc fictif sur les deux grandes métriques : le ratio de solvabilité, et le résultat comptable de la mutuelle. « Si nous constatons des défaillances, nous lançons une réflexion sur les remèdes et les moyens de redresser la barre. »

Nos prospectivistes, forcément, n'agissent pas seuls...

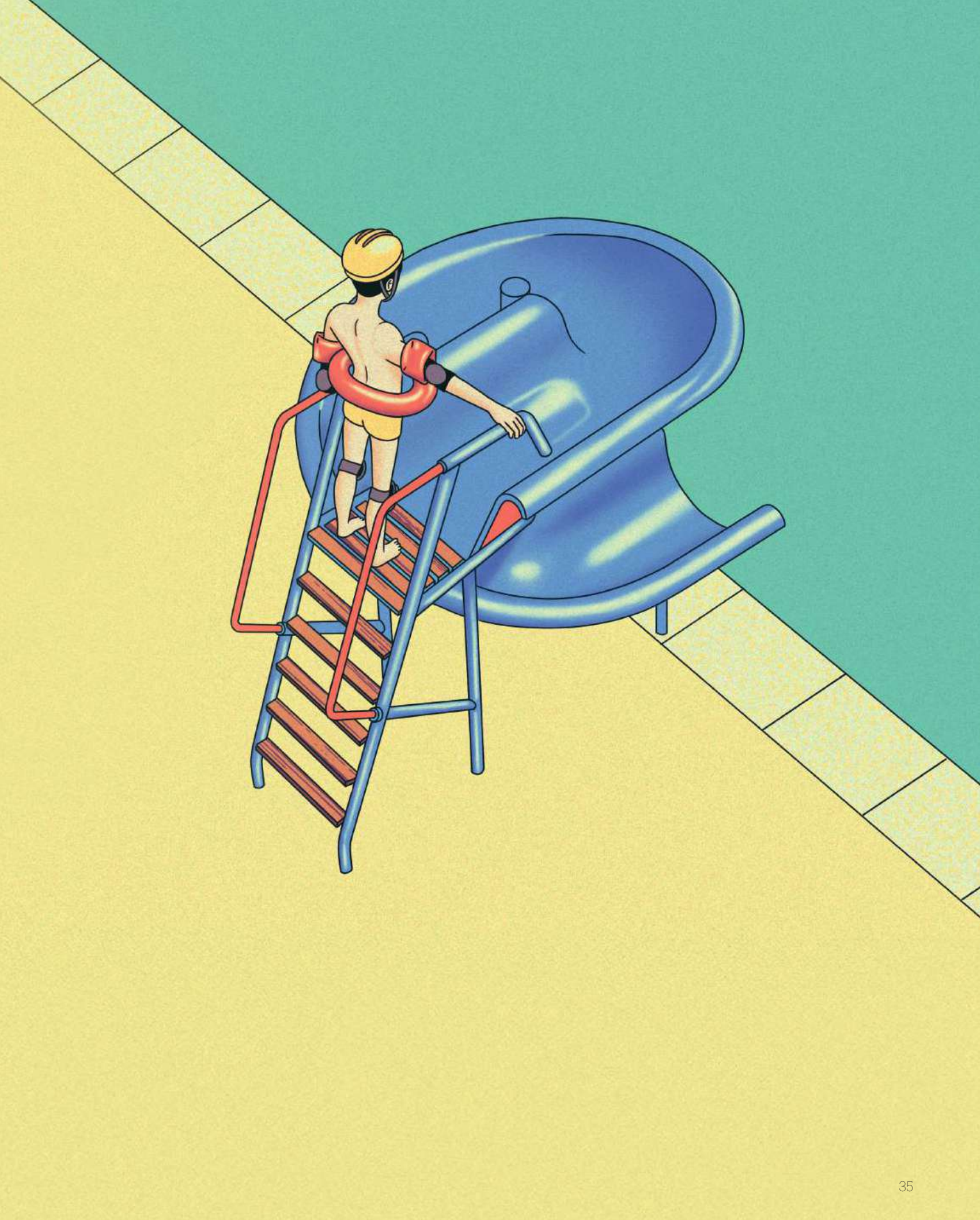
« À la Matmut, cette mission est très collaborative, insiste Gérald Chauveau. Tous les métiers viennent nourrir, en données notamment, nos outils et notre travail. » Un travail dont les fruits se transmettent et aiguillent les autres services, à l'instar du groupe de prospective économique, par exemple, qui réceptionne les résultats et les interprète.

« La modélisation éclaire la stratégie, et guide les décisions importantes », souligne Gérald Chauveau. Et de conclure : « Nous, actuaires, sommes les chefs d'orchestre de l'outil de modélisation, mais l'œuvre, elle, est collective. » ◆



NOS BELLES INITIATIVES

Cum voluptat vid quate min pos ut velligenesti blabo. Totatus impor sinctae. Licil iuntiiscia quis veniati En uAdi sequi cum aut libus excepta same nonsentibus aut et qui optaercium, incia dolor as molesequam quatendi voluptatur aut lam hitat quae sunt volut quam volesse rspere ea consed quo offic tem experna temodit, quibusa vit aditet est rere, simus, seque eicia ni digenissum volorepre, non eat quiaspi duciis num con nempedita nonsequodi nullit, apis autemquame occus sin eat quiam qui autem aut laut venditio te cuptatem iduntem sintest atibust isquas si remos num iscipsaepel mo ventiatio ma cum expe videriti ut optusae niet.



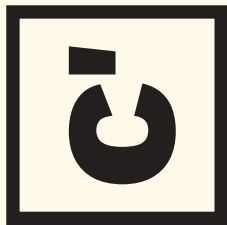
DE L'ART DE PRÉVENIR

Alerter, modifier un comportement, accompagner un changement ou bien ancrer de bonnes habitudes... La prévention est a priori un sujet bien factuel. Et si c'était plutôt un sujet inspirant, pour artistes bien inspirés ? Pour Bernard Chadebec, graphiste pour l'INRS¹ pendant près de 40 ans, c'est bien par la "métaphore de l'image"², et donc le trait, pour interpréter, au sens premier du terme, la prévention, qui est "un concept, et non pas un objet", on ne peut pas se contenter de décrire le risque, il faut, par l'art, emmener avec soi le sujet. **Et si l'art graphique était un levier plus que bien inspiré : efficace ?**

Les œuvres illustrant cet article sont issues des archives de l'affichiste Bernard Chadebec.

1. L'Institut national de recherche et de sécurité pour la prévention des accidents du travail et des maladies professionnelles

2. Interview vidéo de Bernard Chadebec, "Chadebec Bouscule l'affiche", INRS, 2016.



est entendu pour nous tous, une campagne de publicité est destinée à vendre. C'est-à-dire rendre désirable un objet, un service, avec, comme comportement attendu de sa cible : l'achat (après la mémorisation, la considération, et l'intention...). Dans le cadre de la prévention, l'objectif, c'est l'action immédiate et percutante mais surtout... la modification d'un comportement ou d'une habitude bien ancrée, pour sa propre sécurité et/ou celle des autres.

Imaginons un autre registre – moins vital - : on s'est tous un jour privé de café, après la disparition des gobelets en plastique au bureau, en oubliant de modifier nos habitudes et tout simplement d'emmener notre propre tasse... Peut être en se disant que la petite affichette qui nous en informait, puis le mail, ou le rappel n'étaient pas suffisamment impactants ? Si le sujet, qui pourtant concerne notre lieu de travail, avait été plus important, il aurait dû mieux nous toucher.

C'est cela. Touché, concerné. Sensibiliser, c'est « rendre perceptible à un organe » (selon le Cntrl, Trésor de la langue française). "Rendre perceptible", concret... Comment rendre perceptible à des yeux nimbés de messages publicitaires, de logos, de spots radio ? Et, une fois touché, comment convaincre ?

L'idée de l'art dans la publicité n'est pas nouvelle, on pourrait même imaginer que les deux sont nés ensemble. On parle bien d'art publicitaire, dans l'idée qu'on se fait de la créativité derrière une accroche, ou bien du talent d'un photographe destiné à sublimer telles chaussures ou tel rouge à lèvres. Mais quand il s'agit d'un concept ? Quand il s'agit d'imaginer quelque chose qui ne doit pas arriver. Quand il s'agit de créer à propos d'un risque dont on ignore même s'il va exister... Quel levier utiliser ?

Dans le cadre de la prévention au travail, et si le geste artistique, par sa présence même dans un univers professionnel, une usine, un entrepôt – qui ne forment pas tout à fait la liste d'un écriin à l'expression culturelle – , venait troubler la routine professionnelle, pour capter l'attention, et surtout, accompagner l'évolution des comportements...

ACCOMPAGNER LES ÉPOQUES

C'est le parti-pris historique de l'INRS -avec son graphiste devenu célèbre, Bernard Chadebec, salarié de 1965 à 2005. Avec un talent pour les métaphores et l'utilisation des animaux dans des illustrations complètes, il marque, avec l'institut, un tournant dans les prises de paroles liées à la prévention.

Avant lui ? Austérité, culpabilisation, des affiches aux allures normatives



LA SECURITE SOCIALE AU SERVICE DE LA PREVENTION
INSTITUT NATIONAL DE RECHERCHE ET DE SECURITE
30, RUE OLIVIER NOYER, 75680 PARIS CEDEX 14

L'IDÉE DE L'ART DANS LA PUBLICITÉ N'EST PAS NOUVELLE, ON POURRAIT MÊME IMAGINER QUE LES DEUX SONT NÉS ENSEMBLE.

et une posture infantilisante, comme un ordre de plus collé aux murs. Pour Chadebec, c'est le dialogue qui fait sens, et fertilise l'action. Ses affiches sont alors mordantes, au sens propre et au figuré, puisqu'il n'hésite pas à comparer un outil de travail avec les dents acérées d'un alligator, par exemple. De l'ère post-soixante-huitarde, il emprunte les codes colorés, un minimalisme efficace et une typographie aussi vive que des revendications scandées : après tout, la prévention et la santé au travail, c'est avant tout un droit des salariés. Et un trésor graphique que Bernard Chadebec leur a offert, sans jamais les culpabiliser, sans jamais leur faire incarner le risque, mais bien emmenés avec lui, de s'en protéger.

La sensibilisation au risque a pris la forme d'un gimmick, « manger/ bouger » depuis 2001, où la créativité se cache derrière le principe de répétition, plutôt efficace pour la mémorisation...

Une accroche qui rappelle « celui qui conduit c'est celui qui ne boit pas » inauguré par la Sécurité Routière en 2005. En organisant un baptême (laïc) de SAM, le fameux personnage qui ne boit pas, sur le boulevard Saint Michel à Paris, la campagne a rejoint les usagers « dans la vraie vie », pour sortir de l'injonction, de la culpabilisation, par un procédé événementiel autour duquel tout le monde pouvait se réunir... En baptisant tout conducteur sobre, un SAM, la sécurité routière marquait aussi l'uniformisation des prises de paroles sur le sujet (après les opérations de communication « C ki ki conduit », « nez rouge » et « capitaine de soirée »).

L'ART PRÉVIENT ?

80 % des accidents sont multifactoriels : c'est-à-dire qu'il y a bien sur les comportements individuels, mais il y aussi un partage des responsabilités. Ce glissement s'illustre aussi dans les campagnes de sensibilisation qui n'ont plus comme unique objectif une modification des usages, mais aussi de sensibilisation... politique ! Dans le cadre de la sécurité routière, par exemple quand il s'agit de la vitesse, sensibiliser les publics aux grands risques d'une conduite rapide la prépare aussi à l'action préventive de l'état, aux éventuelles sanctions, pouvant justifier la création de nouveaux radars, par exemple...

Avec ces enjeux multiples, l'expression artistique des campagnes s'est aussi radicalisée, en s'éloignant des métaphores et en empruntant des codes encore plus universels. En 1999, cette évolution a été incarnée par Raymond Depardon, qui a signé des campagnes de prévention dont les films mettaient en scène de vrais pompiers, de vrais urgentistes, dans des conditions réelles, pour exploiter la vérité. Naturellement, dans l'œil de Depardon, artiste renommé, à la haute exigence journalistique, des grands reportages de guerre, jusqu'au portrait de François Hollande à l'Élysée, c'est le grand art photographique qui nourrit le sujet préventif...



LA PRÉVENTION DANS LA PUBLICITÉ INCARNE AUSSI UN CERTAIN REFLET D'UNE ÉPOQUE, BIEN LOIN DES MURS ET DES PROCESS NORMALISÉS DU MONDE DU TRAVAIL.



3. Voir le courts
métrage *Ivresse*
de Guillaume Canet



4. Voir le courts
métrage
Le bon vivant de
Nakache-Toledano



5. Voir le courts
métrage
Les coups de fil



Cette hybridation de l'écriture artistique et de la publicité semble être une tendance qui s'ancre dans la prévention, ou ailleurs. **Guillaume Canet**³ ou le duo **Nakache-Toledano**⁴ ont par exemple signé, toujours pour la sécurité routière, des courts métrages impactants, et tout à fait... cinématographiques. C'est à dire que d'une certaine façon, le sujet est suffisamment sérieux pour être traité "en grand". Ainsi, du spot publicitaire d'une trentaine de secondes (et l'avènement des réseaux sociaux, comme Youtube, l'a aussi permis), on glisse vers des spots de plus de dix minutes, racontant une histoire soutenue, vibrante, qui distille du drame dans les scènes triviales de la vie - l'annonce d'un décès pendant une coupe chez le coiffeur - ou bien en suivant l'itinéraire **d'un garçon joyeux**⁵... jusqu'au jour de son accident de voiture. Une façon, aussi, de lever les derniers freins d'une audience peu concernée, en créant une empathie profonde ?

En 2008, après le cinéma, c'est la mode, dans son expression la plus iconique, qui s'invitait dans les campagnes, Karl Lagerfeld portant le gilet jaune, pour encourager les conducteurs à ne pas l'oublier en cas d'accident.

Une façon de voir la prévention du côté du partage culturel, par la richesse d'un langage à exposer, quand parfois, on est loin du cinéma ou du musée... En imaginant peut-être faire rayonner la parole d'artistes, de photographes, de stylistes et laisser une empreinte vraiment durable : après tout, aujourd'hui, les affiches de Bernard Chadebec s'achètent et se collectionnent plus du tout pour protéger, mais surtout... sont exposées dans les musées. Une jolie façon de boucler la boucle, et de se dire que l'art est décidément bien... partout ! ♦





Le film à voir :

Flow, le chat qui n'avait plus peur de l'eau

Avec Flow, le chat qui n'avait plus peur de l'eau, l'animation sort des sentiers battus pour livrer une œuvre engagée riche de sens et de poésie. Ce film nous plonge dans l'histoire de Flow, un chat marqué par une peur viscérale de l'eau, qui doit

surmonter ses traumatismes pour sauver son village, menacé par une inondation.

Au-delà de son récit touchant, Flow brille par son message : il sensibilise avec subtilité à l'importance de la prévention face aux risques climatiques. Les décors somptueux et la mise en scène immersive servent une narration qui mêle émotion et réflexion. Ce film interpelle, rappelant que le courage et la solidarité sont essentiels face aux défis actuels.

Film de Gints Zilbalodis - 85 minutes



À feuilleter

Monstres et Cie

Moi, ce que j'aime, c'est les monstres (2 tomes) d'Emil Ferris

Avis aux amateurs du 9ème art ! Avec Moi, ce que j'aime, c'est les monstres, Emil Ferris s'impose comme un pilier du roman graphique contemporain avec un style unique, inspiré des carnets à spirales et des couvertures de pulp magazine.

À travers le récit de Karen, une jeune fille passionnée de monstres et marginalisée, l'autrice aborde des thèmes forts comme la différence, l'identité et les traumatismes. Le style graphique, dense et détaillé, reflète l'intensité émotionnelle de l'histoire, construite comme un journal intime visuel. Inspirée par sa propre expérience de réhabilitation après une maladie paralysante, Ferris propose une œuvre d'une profondeur rare. Encensé par la critique, ce roman graphique démontre la capacité du genre à rivaliser avec les récits littéraires les plus marquants. Le 2e volume vient tout juste de sortir, de quoi vous accompagner dans vos lectures cette année !

Éditions Monsieur Toussaint Louverture, Tome 1, 2018, 416 pages



À feuilleter

Une vie en story

« Vivre pour les caméras » : un miroir déformant du monde 2.0 de Constance Vilanova

Avec Vivre pour les caméras, la journaliste Constance Vilanova livre un roman grinçant sur l'obsession contemporaine de l'image et des réseaux sociaux. Entre fiction et satire sociale, l'autrice nous plonge dans l'univers factice de Margaux, une influenceuse en quête d'absolu digital. Derrière les filtres et les stories, une quête effrénée de validation qui frôle l'absurde. Un récit percutant, qui, tout en divertissant, invite à réfléchir sur notre propre rapport à l'exposition. Un miroir à double tranchant pour l'ère des écrans.

Éditions JC Lattès, Collection Nouveaux jours, 2024, 224 pages



Un podcast à écouter

La prévention, mais sans prise de tête !

"Grand bien vous fasse" co-produit par Bing Audio

Grand bien vous fasse, c'est le podcast de la vie quotidienne de France Inter qui mêle conseils malins et discussions animées sur tout ce qui fait nos vies. Ali Rebeih mène cette émission avec humour et intelligence pour aborder les petits (ou les grands) tracas de tous les jours. Et vous connaissez nos recommandations, ici pas de discours moralisateur ! On apprend à éviter le burn-out, à préserver sa santé, à mieux vivre en collectif, ou même à sauver la planète ! Avec des expert-e-s éclairé-e-s et des invité-e-s qui nous ressemblent, chaque épisode offre des trucs et astuces pour mieux vivre, sans se prendre trop au sérieux. Finalement, écouter Grand bien vous fasse c'est un peu comme discuter avec des collègues à la machine à café et en ressortir avec un grand sourire et une nouvelle énergie !

www.radiofrance.fr/franceinter/podcasts/grand-bien-vous-fasse

