

**Communiqué de presse** : Harmonie Lab’Entreprises avec Stéphane Diagana

**Le sport santé, un levier de performances pour l'entreprise**

**Mardi 20 septembre 2022 à 18h30 à Limoges**

**C.H.E.O.P.S 87 - 55 Rue de l’Ancienne Ecole Normale des Instituteurs**

Limoges, le 5 septembre 2022

 Entreprise mutualiste à missions engagée auprès des entreprises, Harmonie Mutuelle organise le mardi 20 septembre prochain son Harmonie Lab’Entreprises en présence de **Stéphane Diagana, en partenariat avec l’AIST87 (service de prévention et de santé au travail) et du MEDEF Limousin**.

**Le rendez-vous est donné à 18h30 au C.H.E.O.P.S de Limoges.**

Ambassadeur d’Harmonie Mutuelle, le double champion du monde d'athlétisme partagera ses secrets de champion, ainsi que son expérience pour promouvoir auprès des entrepreneurs limougeauds les bienfaits du sport sur le bien-être des salariés et inciter à davantage pratiquer une activité physique.

Inscription obligatoire et gratuite pour assister à l'évènement : <https://www.eventbrite.fr/e/billets-le-sport-sante-un-levier-de-performances-pour-lentreprise-381611408997>

**Stéphane Diagana comme symbole de l’engagement d’Harmonie Mutuelle**

Seulement 1 dirigeant sur 5 a mis en place des initiatives pour favoriser la pratique d'activités physiques dans l'entreprise. À travers des témoignages d'experts, Harmonie Mutuelle et l'AIST 87 souhaitent promouvoir les bienfaits du sport, vecteur de santé et de bien-être des salariés et encourager le développement du sport en entreprise.

Car aujourd’hui, les études sont unanimes : pratiquer une activité physique et sportive procure de réels bienfaits sur la santé à tous les âges de la vie (bien-être, sommeil régulier ou encore bouclier contre les maladies cardiovasculaires). Et pourtant, comme l’explique Stéphane Diagana : *« Nous avons divisé par 8 en 200 ans notre niveau d’activité physique, en grande partie dû à nos modes de vie de plus en plus sédentaires. Souvent, notre vie professionnelle nous amène à être assis 7h/jour. Ajoutez l’heure passée dans les transports et vous arrivez à des niveaux de sédentarité jamais connus dans l’humanité ».*

Stéphane Diagana – Crédit Photo VICTOIRES

**Table ronde**

Stéphane Diagana, le Dr Bernard Cavé, médecin du travail à l’AIST87 et un(e) représentant(e) du MEDEF Limousin vous feront découvrir que l'activité physique est **une source d'amélioration de votre santé et de celle de vos salariés, un levier de productivité, un facteur de fidélisation et d'attractivité des talents.**

Les échanges se poursuivront autour d’un cocktail.

**Une nouvelle impulsion pour la santé au travail :**

La loi Santé Travail publiée le 2 août 2021 a pour ambition de renforcer la culture de la prévention dans la santé au travail. Elle entreprend notamment de permettre le développement de politiques préventives de santé publique dans le milieu professionnel. Ainsi, des actions mobilisant l’activité physique et sportive comme l’activité physique adaptée peuvent être déployées par les services de prévention et de santé au travail dans le but de prévenir les risques professionnels (accidents, sédentarité, etc.). **Dans ce contexte, l’AIST87 déjà sensibilisée au problème de sédentarité et de désinsertion professionnelle, a mis en place depuis plusieurs années, des ateliers Échauffements et étirements au poste de travail animés par des infirmières en santé au travail en entreprise ou dans ses locaux. Ces mesures entrent dans la prévention des troubles musculosquelettiques (TMS) qui représentent à eux seuls 88 % des maladies professionnelles et permettent de sensibiliser les salariés aux effets positifs d’une pratique quotidienne d’exercices physiques et d’accompagner les entreprises dans leur démarche de QVT**.

**Un nouveau défi pour l’entreprise :**

Le défi pour l’entreprise est aujourd’hui de s’impliquer pleinement dans tout ce qui peut améliorer le bien-être des salariés dont beaucoup sont épuisés et/ou démotivés après deux ans de crise sanitaire. **Les RH l’ont bien compris, l’activité physique est un levier intéressant dans le cadre d’une politique salariale : attractivité, cohésion, performance de l’entreprise**. Un chiffre résume tout cela : l’activité physique en milieu professionnel diminue de 32 % les arrêts de travail et augmente la productivité de 12 %. L’activité physique a donc toute sa place dans la stratégie globale de l’entreprise de part son impact positif sur la QVT.

**Un Harmonie Lab pour promouvoir les bienfaits du sport auprès des entreprises**

Depuis plusieurs années, à l’initiative des élus Harmonie Mutuelle sur les territoires, des Harmonie Lab Entreprises se réunissent en région pour contribuer à la réflexion et la mise en œuvre de réponses et de solutions en direction des entreprises et de leurs salariés. À Limoges, le 20 septembre prochain, il sera donc question d’inciter les salariés à davantage de pratique sportive en mettant en avant les bienfaits sur leur bien-être, notamment dans leur vie en entreprise.

**Contact presse :**

Brigitte Petit  pour l’AIST87 : brigitte.petit@stlim.org / 05.55.77.07.06

Florence Millet pour Harmonie Mutuelle : florence@millet-rp.fr / 06.62.01.77.61

Karine Nonon Pour Harmonie Lab’entreprise : karine.nonon@harmonie-mutuelle.fr