**Bilan de santé et des objectifs du salarié – Le bon compromis entre promotion du sport en bien-être en entreprise**

Les bienfaits de **l’activité** **physique** au sein de **l’entreprise** sont **indéniables** *( cf. dossier annexe : le sport en entreprise )*. Néanmoins, la mise en place d’horaires aménagés ou de séances juste après le travail peuvent être difficile à mettre en place.

Pourquoi ne pas **investir** dans un plan **moins** ‘’ **invasif** ‘’ ?

Je vous propose de faire passer un **questionnaire** de santé afin de connaître les **ambitions** **sportives** ou **psychiques** du salarié afin de créer un programme **personnalisé** qui sera mis en place **hors** du domaine du **travail**. L’employeur souhaitant **promouvoir** le **sport** au sein de son entreprise peut prendre en **charge** une **partie** du programme dudit salarié.

Grâce à ce planning vous, en temps qu’employeur, gagnez des employés en plus grande **forme**, plus **productifs** et moins souvent **absents** tout en évitant la difficile mise en place d’heures dédiées au sport dans l’entreprise.

**Un questionnaire de santé ? Pour qui ? Pourquoi ?**

Le but de mon projet est donc de pouvoir **satisfaire** les employés souhaitant utiliser **l’activité** **physique** comme un outil soit à la recherche de **performance** soit à la recherche de **bien**-**être** psychique/physique. Pour ce faire, je dois pouvoir **discuter** avec eux et lister leur **ambitions**/**demandes**. Il s’agit donc de remplir un questionnaire avec les employés qui le **souhaitent** et ensuite partir sur des séances d’entraînement hors heures de travail.

La prise d’information ainsi que la rencontre avec lesdits employés sont bien sur **gratuits**.

Le questionnaire me renseignera sur le bien être physique, psychique de l’employé ainsi que ses objectifs:

A la suite de ce questionnaire, je mettrai en place un programme **personnalisé** sur **3** **mois** minimum. Pour terminer, je discuterai avec le **responsable** afin de trouver le **pourcentage** qu’il souhaite prendre en charge.

**En conclusion**

Il s’agit d’un projet **donnant**-**donnant** et employeur et employé sont **gagnants**. Le questionnaire me permet de viser exactement les **besoins** des personnes cibles afin de **personnaliser** au mieux les séances d’entrainement. Le **partage** des charges, sous l’ambition de **promotion** du sport en entreprise, encourageront les salariés à suivre leurs programmes.

**Résultat** : **un retour sur investissement pour les responsables car les employés sont plus performants, plus apte, plus rapide et généralement plus épanouis, donc moins malades/absents.**

Je vous laisse le soin de lire mon dossier annexe sur le sport en entreprise afin de prendre connaissance du retour sur investissement de la mise sur pied d’un tel projet.

Je reste à votre disposition si vous souhaitez de plus amples information et je me ferais un plaisir de vous rencontrer afin de pouvoir en discuter avec vous.

Cordialement,

**Lorie Nicolas**

Sport Emphasis

1950 Sion

079 105 05 44

[Prepa.physique@hotmail.com](mailto:Prepa.physique@hotmail.com)

Http://www.facebook.com/sport.emphasis