

DIAGNOSTIC CONDITION PHYSIQUE EN ENTREPRISE



CAPS'A
SPORT &
SANTÉ

CONTEXTE

- Stress, troubles musculo-squelettiques (TMS), maladies chroniques, sédentarité... La santé des salariés est mise à rude épreuve. Ces facteurs sont aujourd'hui la cause majeure d'absentéisme, de baisse de performance et de désengagement au travail.
- Quelques chiffres clés :
 - Les TMS représentent 87 % des maladies professionnelles reconnues
 - En France, 1 salarié sur 2 déclare ressentir un stress important au travail
 - Plus de 80 % des actifs ont un métier sédentaire, augmentant les risques de pathologies chroniques
- Face à ce constat, il devient essentiel d'agir en amont par une démarche de prévention individualisée, centrée sur l'humain, la santé et la qualité de vie au travail.

PUBLIC:

20 collaborateurs
max

TARIF:

Sur devis

TVA non applicable,
article 261-4-4° du CGI

ACTEURS CONCERNÉS

- Les collaborateurs ayant un poste sédentaire
- Les collaborateurs exposés à des gestes répétitifs ou à une posture debout prolongée

OBJECTIFS ET CONTENUS

Accompagner l'entreprise à travers la réalisation d'un diagnostic individuel auprès de 20 collaborateurs maximum permettant de :

- Évaluer leur santé perçue globale (sommeil, stress, qualité de vie...)
- Evaluer leur niveau d'activité physique et condition physique
- Favoriser une prise de conscience individuelle
- Identifier les besoins prioritaires pour orienter les actions collectives futures



À l'issue des entretiens, une synthèse anonyme et globale sera restituée à l'entreprise, afin de construire un plan d'action ciblé et adapté à vos enjeux internes.

MÉTHODES MOBILISÉES

Tout au long de cette phase diagnostique, la l'intervenante s'appuiera sur des outils validés scientifiquement :

- Tests de condition physique
- Tests de niveau d'activité physique
- Analyse individuelle des résultats

EVALUATION

Formatrice : Coralie Rusques

- Master 2 Activité Physique Adaptée et Prévention Santé
- Formé Prévention des Risques liés à l'Activité Physique



- Questionnaire de satisfaction à chaud
- Évaluation à 6 mois pour mesurer la mise en application des recommandations

📍 5 bis avenue de la Gare - 09120 Varilhes

☎ 0695099638



capsariege@gmail.com



<https://capsariege.fr/>

Sarl CAPS'A - Siret n° 91773142400011

Organisme de formation déclaré sous le numéro 76090071209 auprès du Préfet de Région Occitanie. Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'État.