

Communiqué de presse

Lundi 10 octobre 2022

A VOS MARQUES, PRÊT, MARCHÉZ !

Une opération de sensibilisation aux bienfaits de l'activité physique en entreprise à l'initiative de la mutuelle CCMO

Inscription gratuite du 10 au 28 octobre 2022 au plus tard par les entreprises pour leurs salariés

La mutuelle CCMO, acteur santé qui place l'Homme au cœur de ses préoccupations et la prévention au centre de ses actions, lance une opération de sensibilisation aux bienfaits de l'activité physique : "A vos marques, prêt, marchez!". Destinée à toutes les entreprises de France pour leurs salariés, l'événement, gratuit, se déroule du 17 octobre au 6 novembre 2022. L'inscription par l'entreprise doit se faire au plus tard le 28 octobre 2022 sur www.ccmo.fr/marchez.

A vos marques, prêt, marchez !

L'activité physique est reconnue comme l'un des principaux facteurs de prévention contre de nombreuses maladies comme le cancer, l'obésité, le diabète, etc. CCMO Mutuelle décide alors d'organiser une action de sensibilisation dédiée, cette fois-ci, aux bienfaits de l'activité physique au sein des entreprises.

Une fois l'entreprise inscrite à l'opération *A vos marques, prêt, marchez !*, ses collaborateurs téléchargent l'application Kiplin qui leur offre un programme d'activités, à réaliser en équipe du 17 octobre au 6 novembre. Les activités « sportives » (marcher, courir, se promener, jardiner, effectuer des tâches ménagères, etc.), basées sur le jeu et le collectif, sont adaptées pour être accessibles à tous.

Ensuite, pendant un an, les salariés bénéficient de cours (yoga, cardio, etc.), en direct ou en replay (jusqu'à trois cours par semaine), et gardent ainsi les bons réflexes pour rester actif.



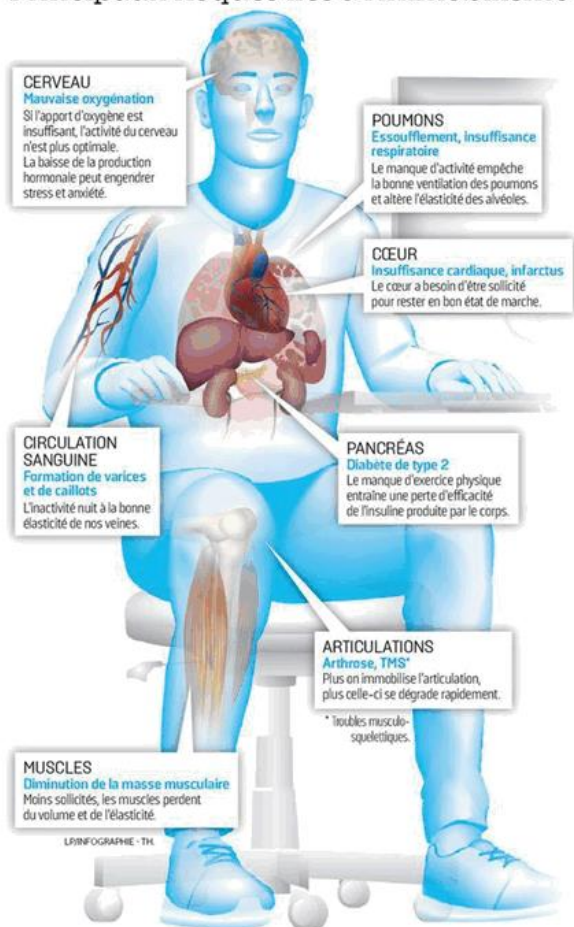
À VOS MARQUES, PRÊT
MARCHÉZ

Comment ça marche ?

1. L'entreprise s'inscrit au dispositif sur www.ccmo.fr/marchez avant le 28 octobre 2022.
2. L'entreprise invite ensuite ses collaborateurs à télécharger l'application Kiplin. Elle peut également associer l'opération à un challenge interne avec un objectif de don caritatif.
3. Les salariés ont alors trois semaines, du 17 octobre au 6 novembre 2022, pour participer en équipe de 2 à 6 personnes aux activités proposées, notamment la marche avec le comptage des pas.
4. Courant novembre, le classement intra et inter-entreprises est dévoilé.

« Inviter les salariés à partager ensemble une activité physique modérée et régulière contribue à améliorer la qualité de vie au travail. A vos marques, prêt, marchez ! favorise la cohésion d'équipe, en améliorant la santé physique et mentale des collaborateurs tout en promouvant les interactions sociales. Ce dispositif est à l'initiative de la CCMO, mais nous l'ouvrons à toutes les entreprises de France, adhérentes ou non. Certaines se sont d'ores-et-déjà engagées comme la Polyclinique Saint-Côme, Colgate, Isagri ou Presoa et, bien entendu, CCMO Mutuelle ! Chez nous, chaque pas générera un don à l'association Perspectives contre le cancer. » déclare Pol-Henri Minvielle, Directeur général de CCMO Mutuelle.

Principaux risques liés à l'immobilisme



Témoignage de Violette VAN DE WIEL, Attachée de Direction à la Polyclinique Saint Côme

Très investis dans la lutte contre le cancer, nous recherchons chaque année de nouvelles idées pour sensibiliser le public et les professionnels. Lorsque CCMO Mutuelle a communiqué sur le challenge « A vos marques, prêt, marchez » qui se déroule sur le mois d'Octobre, nous avons tout de suite fait le lien avec nos actions d'Octobre Rose.

L'activité physique est reconnue comme l'un des principaux facteurs de prévention du cancer. Cette initiative s'inscrit donc entièrement dans cette démarche ainsi que dans nos actions sur la Qualité de Vie au Travail.

Jusqu'ici, nous n'avons pas encore testé le système d'application numérique pour faire passer des messages de prévention auprès de nos équipes. Nous espérons que ce nouveau format, dans l'ère du temps, sera apprécié et permettra à un plus grand nombre de participer. Nous pensons notamment au personnel de nuit.

- ▶ Journalistes, si vous souhaitez interviewer Pol-Henri Minvielle, Directeur Général de CCMO Mutuelle ou une entreprise participante, contactez Léa Doucet, Attachée de presse, au 0 777 385 285 ou ldoucet@presstance.com

A propos de CCMO Mutuelle | www.ccmo.fr

Créée en 1943, CCMO Mutuelle s'adresse à tous en matière de santé et de prévoyance : particuliers, salariés d'entreprises, retraités, professionnels indépendants et gérants majoritaires.

Elle couvre aujourd'hui 170 000 personnes en santé et prévoyance. 50% d'individuels, 50% en entreprises et collectivités de toutes tailles, de l'industrie aux services, de la structure associative ou de la PME locale à la multinationale. CCMO Mutuelle exerce le métier d'assurance santé en défendant au quotidien ses valeurs mutualistes fondées sur la solidarité et le respect de la personne humaine, l'absence de recherche de profit, la proximité et la non-sélection du risque. Au-delà de l'activité spécifique à toute mutuelle, CCMO Mutuelle assure un rôle d'acteur santé. Elle place l'Homme au cœur de ses préoccupations et la prévention au centre de ses actions.

Retrouvez la Mutuelle CCMO sur   

Contact presse CCMO Mutuelle | Presstance – Léa Doucet • 0 777 385 285 ldoucet@presstance.com