

WORK&MOVE® en Eure-et-Loir



WORK & MOVE

FAÎTES DE VOTRE ENTREPRISE VOTRE TERRAIN DE JEU



CDOS

EURE-ET-LOIR

Le CDOS 28

Le Comité Départemental Olympique et Sportif d'Eure-et-Loir (CDOS 28) est une association reconnue d'intérêt général qui soutient et accompagne les comités départementaux sportifs et les associations sportives locales.

Nos objectifs

- ⇒ **Promouvoir et développer** le sport au niveau départemental,
- ⇒ **Fédérer et représenter** le mouvement sportif eurélien.

Quelques unes de nos missions

- ⇒ Formation des bénévoles ;
- ⇒ Création d'un réseau sport santé ;
- ⇒ Conseil aux associations ;
- ⇒ Participation à l'élaboration des politiques territoriales de développement du sport ;
- ⇒ Etc.

Le projet WORK&MOVE®

Le Comité Régional Olympique et Sportif du Languedoc Roussillon (CROS LR) a créé le programme WORK&MOVE® (W&M) il y a environ 3 ans.

But

- ⇒ Proposer aux salariés de sociétés privées des séances d'activité physique à la carte, au sein même de leur entreprise, et encadrées par des éducateurs sportifs professionnels.

Avantages principaux

- ⇒ Pas de déplacement ;
- ⇒ Mise à profit des temps de pause au bénéfice de la santé et donc de la productivité ;
- ⇒ Cohésion d'équipe, dépassement de soi, etc.

Bienfaits estimés de l'activité physique régulière*

POUR L'ENTREPRISE



6 à 9 %

Gains de productivité

1 à 14 %

Amélioration de la rentabilité nette



Diminution
de l'absentéisme

POUR LE SALARIÉ

Amélioration
de la sérénité



+ 3 ans

Espérance de vie

+ 6 ans

Retardement de l'âge du début de la dépendance



30 à 40€ / an

Économies en frais de santé

POUR LA SOCIÉTÉ CIVILE

308 à 348€ / an / personne

Économies en dépenses de santé



*1ère étude nationale et internationale sur l'impact économique de l'Activité Physique et Sportive, portée par le MEDEF et le CNOF avec le soutien d'AG2R la Mondiale.

Réalisée en 2015 par le cabinet Goodwill Management à partir de 150 études et d'une enquête auprès de 200 entreprises françaises de toutes tailles et tous secteurs d'activité.

Fonctionnement

1- Programme de sensibilisation

Le Programme de sensibilisation, est un programme inter-entreprise, proposant un programme d'activités variées à coût réduit pour les salariés.

Étape n°1 : « Tournée W&M »

- ⇒ Participation aux **initiations gratuites** (sans inscription),
- ⇒ Rencontre des éducateurs,
- ⇒ Réponse au questionnaire sur les besoins et les **attentes des participants**.



Étape n°2 : séances programmées et régulières

- ⇒ Création d'un planning d'activités payantes,
- ⇒ **Tarif : 7€ par séance et par personne***,
- ⇒ **Inscription** : via « Comiti » : <https://cdos28.comiti-sport.fr/>.

**Tarif de base pouvant évoluer en fonction des activités proposées.
Le tarif est clairement indiqué pour chaque activité lors de l'inscription.*

2- Programme sur mesure

Le Programme sur mesure, est un programme spécifique propre à chaque entreprise, proposant un accompagnement complet dans une démarche de *sport santé bien-être en entreprise*.

Il s'agit de toute demande d'une entreprise qui souhaiterait bénéficier d'une offre personnalisée, selon des conditions à définir avec le CDOS 28.

Voici les offres que nous sommes en mesure de proposer actuellement :

- ⇒ Sensibilisation à l'**ergonomie au poste de travail** + formation à l'utilisation du Swiss Ball ;
- ⇒ Intervention d'un coach sportif pour une ou plusieurs **séance(s) sportive(s)** ;
- ⇒ **Événements** à caractère sportif (tournois, jeux d'entreprise, etc.) ;
- ⇒ **Conférences et animations** sur des thèmes liés au sport et à la santé ;

Devis gratuits sur demande.

Contactez-nous !

Comité Départemental Olympique et Sportif d'Eure-et-Loir

1, Rue du Quatorze Juillet
28000 CHARTRES

Contact

Julien ALBAULT
entreprise@sport28.fr
02.37.90.84.97.

Du lundi au vendredi : 09h00 - 17h00

www.sport28.fr