

jeudi 14 Avril 2022 - Conférence - CCI Gard - Nîmes

**LE SPORT EN
ENTREPRISE PAR
STÉPHANE DIAGANA**

Stéphane Diagana, ambassadeur Harmonie Mutuelle, double champion du monde d'Athlétisme nous partage ses secrets de champion et abordera les bienfaits du sport pour les salariés.

Image not found or type unknown



DESCRIPTIF

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'histoire de l'humanité ! »

Seulement 1 dirigeant sur 5 a mis en place des initiatives en faveur du sport en entreprise. Harmonie Mutuelle souhaite promouvoir auprès des entreprises les bienfaits du sport sur le bien-être des salariés et inciter à davantage pratiquer une activité physique.

Stéphane Diagana, ambassadeur Harmonie Mutuelle, nous fera découvrir comment le sport :

- est un allié pour la performance du dirigeant, celle de son entreprise et celle de ses salariés.
- est un facteur d'attractivité vers les jeunes salariés et un levier d'engagement
- est un levier de performance managériale
- Et d'autres secrets vous seront dévoilés lors du prochain Harmonie Lab'Entreprises à la CCI du Gard à Nîmes.

Inscription obligatoire et gratuite pour assister à l'évènement.