



CAMPAGNE SPORT-SANTÉ



Ensemble, bougeons pour la santé des femmes

13 JANVIER - 11 FÉVRIER 2024



PARTICIPER



Contacts presse :

Afrique : Adama Sy TRAORE - Tel : +226 76 60 07 97 - Email : asytraore@santeenentreprise.com

Côte d'Ivoire : Alain SOGNOKO - Tel : +225 01 53 98 70 02 - Email : asognoko@santeenentreprise.org

Europe : Mathieu MAVILLE - Tel : +33 6 64 23 10 86 - Email : mmaville@santeenentreprise.com



Sommaire

Edito : le Sport-Santé, une grande cause sociétale ?	3
Sport-Santé : quelques chiffres-clés	4
La Campagne « Ensemble, bougeons pour la santé des femmes »	5
• Principe de l'opération	5
• Les Ambassadrices et Ambassadeurs	7
• Dates à retenir	
Partenaires	10
A propos de Santé en Entreprise (SEE)	12
Communiqué de Presse (<u>En fichier joint</u>)	



Erick Maville

Directeur Général,
Santé en Entreprise (SEE)

Le sport-santé : une grande cause sociétale ?

Dans notre monde actuel où le stress et les maladies liées au mode de vie sont de plus en plus présents, quels meilleurs leviers que le Sport et l'Activité Physique pour promouvoir la santé ?

Le sport-santé est une discipline qui allie activité physique et bien-être, et qui offre de nombreux avantages individuels, sociaux et économiques :

- Tout d'abord, le sport-santé permet de prévenir de nombreuses maladies. En effet, des études ont montré que la pratique régulière d'une activité physique réduit les risques de maladies cardiovasculaires, de diabète, d'obésité et même certains types de cancer.
- De plus, le sport-santé contribue à notre bien-être mental. Le sport permet ainsi de lutter contre le stress, la dépression et l'anxiété. De plus, il favorise la concentration, la mémoire et la créativité.
- Par ailleurs, le sport-santé est un excellent moyen de socialisation. Le sport permet de créer des liens sociaux forts, de renforcer la cohésion et l'esprit d'équipe et de partager des moments conviviaux.
- Enfin, il convient de mentionner le potentiel économique du sport-santé, tant en termes de création d'emplois que de développement local dans de nombreux territoires.

Convaincu que les entreprises et les fondations ont un rôle clé à jouer, dans le cadre de leur engagement sociétal, pour soutenir le sport-santé, SEE fait de la promotion de l'activité physique un des axes majeurs de son plan d'actions 2024.

Cette nouvelle année sera rythmée par **trois temps forts** : la **Coupe d'Afrique des Nations (13 janvier au 12 février, Côte d'Ivoire)**, les **Jeux olympiques et paralympiques (26 juillet au 11 août, Paris)** ainsi que « **Novembre Bleu** » (**1er au 30 novembre**) dédié à la **prévention du diabète et des cancers**. SEE déploiera à ces occasions des campagnes digitales, challenges de pas, et caravanes santé axés sur la promotion de l'activité physique.

C'est le bon moment pour passer à l'action. Ensemble, bougeons pour notre santé.

Belle et heureuse année à toutes et à tous. Bonne santé !

EN
UN COUP
D'ŒIL

LIGNES DIRECTRICES DE L'OMS SUR L'ACTIVITÉ PHYSIQUE ET LA SÉDENTARITÉ



Chez les adultes, l'activité physique apporte des bénéfices au regard des résultats sanitaires suivants : amélioration de la mortalité toutes causes confondues, de la mortalité liée aux maladies cardiovasculaires, de l'hypertension incidente, de certains cancers incidents ; du diabète de type 2 incident, de la santé mentale (symptômes d'anxiété et de dépression réduits) ; de la santé cognitive et du sommeil ; les mesures de l'adiposité peuvent également s'améliorer.

Il est recommandé ce qui suit :

> Tous les adultes devraient pratiquer une activité physique régulière.

Recommandation forte, preuves de certitude modérée

> Les adultes devraient pratiquer au moins 150 à 300 minutes d'activité physique aérobique d'intensité modérée ou au moins 75 à 150 minutes d'activité physique aérobique d'intensité soutenue ou une combinaison équivalente d'activité physique d'intensité modérée et soutenue par semaine pour en retirer des bénéfices substantiels sur le plan de la santé.

Recommandation forte, preuves de certitude modérée



Pour retirer des bénéfices supplémentaires sur le plan de la santé :

Au moins 2 des activités de renforcement musculaire d'intensité modérée ou plus soutenue faisant travailler les principaux groupes musculaires.



> Les adultes devraient également pratiquer des activités de renforcement musculaire d'intensité modérée ou plus soutenue faisant travailler les principaux groupes musculaires deux fois par semaine ou plus, au vu des bénéfices supplémentaires que ces activités apportent sur le plan de la santé.

Recommandation forte, preuves de certitude modérée



une combinaison équivalente d'activité physique d'intensité modérée et soutenue par semaine pour en retirer des bénéfices substantiels sur le plan de la santé.

Recommandation conditionnelle, preuves de certitude modérée

DÉCLARATIONS DES BONNES PRATIQUES

- Une activité physique limitée vaut mieux qu'aucune activité physique.
- Si les adultes n'atteignent pas le niveau recommandé, une quantité limitée d'activité physique sera néanmoins bénéfique pour leur santé.
- Les adultes devraient commencer par de petites quantités d'activité physique et en augmenter progressivement la fréquence, l'intensité et la durée.

Chez les adultes, une sédentarité accrue est associée aux résultats sanitaires négatifs suivants : mortalité toutes causes confondues, mortalité liée à des maladies cardiovasculaires et mortalité liée au cancer, incidence de maladies cardiovasculaires, de cancer et de diabète de type 2.

Il est recommandé ce qui suit :

> Les adultes devraient limiter leur temps de sédentarité. Remplacer la sédentarité par une activité physique de tout niveau d'intensité (y compris de faible intensité) apporte des bénéfices pour la santé.

Recommandation forte, preuves de certitude modérée

> Pour contribuer à réduire les effets néfastes pour la santé d'un niveau de sédentarité élevé, les adultes devraient viser à dépasser les niveaux recommandés d'activité physique d'intensité modérée à soutenue.

Recommandation forte, preuves de certitude modérée



Sport-Santé : quelques chiffres-clés

- Selon l'OMS, 1 adulte sur 4 dans le monde ne pratique pas une activité physique aux niveaux recommandés à l'échelle mondiale.
- Les personnes ayant une activité physique insuffisante ont un risque de maladies non transmissibles et de décès majoré de 20 % à 30 % par rapport à celles qui sont suffisamment actives.

Téléchargez les lignes directrices

La campagne

« Ensemble, bougeons pour la santé des femmes »

Principe de l'opération

À l'occasion de la Coupe d'Afrique des Nations (CAN), SEE et ses partenaires placent le sport-santé et le numérique au cœur de ce grand rendez-vous du football africain, à travers :

- Un **tableau connecté** avec des témoignages de personnalités.
- Un **Challenge connecté** «Qui fera le max de pas ?» (14 jours de challenge avec Start'Rby SEE).
- Une **campagne digitale** sur les réseaux sociaux (messages-clés de prévention).
- Des **témoignages photos et vidéos**.
- Des **webcasts** avec des Ambassadrices/Ambassadeurs de la Campagne, experts et porteurs de solutions HealthTech et Sport Tech.



[Accédez au site web dédié](#)

Le tableau connecté

Des personnalités ivoiriennes, africaines et de la diaspora, s'engagent afin de promouvoir le sport-santé et transmettent leur message à travers un tableau connecté

Ces Ambassadeurs sont des acteurs de la société civile démontrant un engagement reconnu dans la promotion de la santé et du sport : chefs d'entreprise, Tech entrepreneur.e.s, managers, journalistes, artistes, sportifs...

[Découvrez les 16 Ambassadeurs](#)



Les 16 Ambassadrices et Ambassadeurs



CAMPAGNE SPORT-SANTÉ



Ensemble, bougeons pour la santé des femmes

Les Ambassadrices et Ambassadeurs



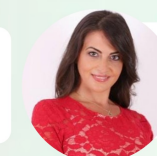
Amina ABU KHALIL
Administratrice Générale de
la Fondation Orange Guinée



Stéphane BAHOKEN
Footballeur Professionnel



Nadine BLA
Vice Présidente de la Chambre de
Commerce et d'Industrie de Côte d'Ivoire
CCI-CI



Nadia CHEAIB
Fondatrice et Présidente de ClinGroup
Présidente de la Commission Santé
Chambre de Commerce Française en Egypte



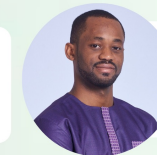
Stéphane EHOLIE
PDG de SIMAT/DHL
Côte d'Ivoire



Valérie-Noëlle KODJO-DIOP
Directrice Innovation et Développement
Durable Banque Ouest Africaine de
Développement - BOAD



Christine LOGBO KOSSI
Directrice Générale,
Chambre des Mines
Côte d'Ivoire



Christ LOKONDA
Directeur des opérations,
IMPACT-HUB Abidjan



Erick MAVILLE
Fondateur et Directeur Général de
Santé en Entreprise
SEE



Marie-Laure MOUKOKO
Directrice associée,
Clikodoc Afrique
Côte d'Ivoire



Nada NADIF
Consultante en stratégie et innovation en santé
Déléguee Santé ESCP Alumni
Head Fellow Health MeM by CGEM



Elodie NGAMBI
Vice Présidente de l'association Afriqu'Elles
Strasbourg



Corine OUATTARA
Conceptrice du PASS SANTÉ MOUSSO
Présidente de Santé Numérique en Côte d'Ivoire
SNCI



Daisy PORTELLA
Experte en communication



Ariel SHENEY
Artiste Musicien



**Alain Désiré YORO
alias Lino VERSACE**
Président, Fondation Coupé Décalé
Côte d'Ivoire

Le Challenge de pas Start'R

Dans le cadre de la Campagne Sport-Santé déployée à l'occasion de la CAN, SEE organise du 22 Janvier au 4 février 2024 inclus, un Challenge de pas par équipe avec la solution Start'R sur le thème « Ensemble, bougeons pour la santé des femmes »

Pourquoi ce choix ?

L'objectif de ce challenge est de promouvoir la marche au quotidien, tout en renforçant la prise de conscience sur les inégalités de genre en santé qui sont persistantes partout dans le monde.

C'est un fait encore méconnu. Peu écoutées, moins bien informées, souvent moins bien diagnostiquées que les hommes, et surtout moins vite soignées, les femmes sont encore victimes des représentations et de discriminations de genre très ancrées dans la société.

En quoi consiste le Challenge de pas?

- Enrôler 20 équipes dans la compétition
- Réunir 100 participants minimum par équipe
- Créer la plus grande communauté de personnes connectées sur la thématique du Sport-Santé pendant les 2 semaines de Challenge
- Réaliser un objectif de 7500 pas minimum par personne et par jour (les pas sont comptés par l'application Start'R installée sur le smartphone de chaque participant)

[Découvrez les équipes](#)

START'R

LISTE DES CHALLENGES

ÉQUIPE

CAMPAGNE
SPORT-SANTÉ

ENSEMBLE
BOUGEONS POUR LA
SANTÉ DES FEMMES

22/01 > 04/02

À venir

BOUGEONS POUR LA
SANTÉ DES FEMMES

Du 22 janvier au 04 février

DÉCOUVRIR
CE CHALLENGE



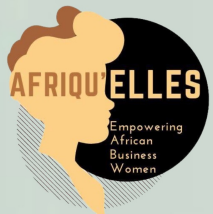
Les 20 équipes en compétition



CAMPAGNE SPORT-SANTÉ



Ensemble, bougeons pour la santé des femmes



CLIKODOC AFRIQUE









CLINGROUP



Les Insights de l'Eco



Les dates à retenir

Dates	Evénements
 8 Janvier 2024	Lancement de la campagne et point presse
 13 Janvier - 11 Février 2024	Campagne « Ensemble, bougeons pour la santé des femmes »
 22 Janvier - 11 Février 2024	Challenge de pas connecté Start'R by SEE
 Jeudi 18 Janvier 2024 9:00-10:00 GMT	Webcast : S'engager pour promouvoir le sport-santé en Afrique
 Jeudi 25 Janvier 2024 9:00-10:00 GMT	Webcast : Bien manger, bien bouger : comprendre les bienfaits de l'Activité Physique et de l'alimentation équilibrée sur la santé et le bien être
 Jeudi 1er Février 2024 9:00-10:00 GMT	Webcast : Quelles solutions numériques et techniques pour promouvoir le sport-santé en Afrique ?
 Jeudi 8 Février 2024 9:00-9:45 GMT	Webcast : Développer l'industrie du sport-santé en Afrique : Quel modèle économique ? Quel Partenariat ?
 Jeudi 15 Février 2024 9:00-10:30 GMT	Le debrief : bilan de la campagne « Ensemble, bougeons pour la santé des femmes »

Les Partenaires



CAMPAGNE SPORT-SANTÉ

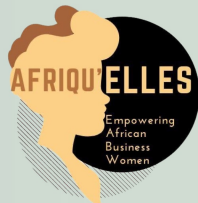


Ensemble, bougeons pour la santé des femmes



CLINGROUP

GLI



CLIKODOC AFRIQUE



Les Insights de l'Eco





A propos de Santé en Entreprise (SEE)

SEE est une ONG internationale créée en janvier 2011 et déclarée à Paris. Forte d'un réseau de partenaires constitué d'entreprises, de Fondations, de mutuelles et d'institutions de prévoyance partenaires, l'association met en place des actions de prévention multi-maladies contre le VIH, les hépatites, le paludisme et le diabète destinées aux employés et aux populations locales. SEE intervient en France, en Outre-Mer et en Afrique. SEE coordonne par ailleurs la plateforme d'engagement Business for Global Health (B4GH) / Les entreprises pour la santé mondiale et déploie le programme panafricain « Caravane Santé Afrique » (C'SA) dans 7 pays d'Afrique subsaharienne (Bénin, Burkina, Côte d'Ivoire, Cameroun, Guinée, Sénégal, Togo)

www.santeenentreprise.com

