

De jeunes entrepreneurs réduisent le pourcentage d'arrêt de travail en apportant le sport au bureau

LIEU: Almería
DURÉE VTR: 1'57"

SOMMAIRE 60 pour cent des arrêts de travail en Espagne sont dus à des problèmes musculo-squelettiques. Promouvoir les bonnes habitudes physiques parmi les travailleurs au travers de tableaux d'exercices personnalisés est fondamental pour réduire ce chiffre. L'entreprise d'Almería Well&Co est l'une parmi très peu en Espagne et l'unique en Andalousie à apporter l'exercice physique adapté au travail de chaque entreprise. Dans le premier trimestre ils ont réussi à réduire le nombre d'arrêts de travail de 25 pour cent, chiffre qui augmente au fil et à mesure des mois qui passent.

VTR:

En Espagne 60 pour cent des arrêts de travail sont dus à des douleurs musculaires et des os, selon une étude du Conseil Supérieur des Sports qui conseille de pratiquer un exercice physique adapté et d'avoir des habitudes correctes au travail pour réduire ce chiffre. Parce que l'activité physique fait que les travailleurs:

JESÚS VICENTE
Directeur Projets Well&Co

"Obtiennent en premier une bonne condition physique pour qu'ils puissent réaliser leur travail sans gêne; en second, nous leur montrons tout le schéma corporel; et en troisième, nous leur enseignons la mobilisation de manière pratique de leurs charges, de leurs positions..."

De jeunes andalous d'Almería ont vu dans ce problème une possibilité de faire des affaires. Et en suivant le dicton 'Si Mahomet ne va pas à la montagne, la montagne ira à Mahomet', ils ont décidé d'apporter des tableaux d'exercices aux entreprises, adaptés à chaque poste de travail pour prévenir les lésions.

Moitié: "Nous nous mettons en arrière, nous maintenons, nous offrons un peu de tension et c'est fini."

JOSÉ LUIS LÓPEZ
Directeur Marketing
Well&Co

"L'implantation de ce type d'activités arrive à réduire de 25 pour cent le risque d'arrêt de travail dans les trois premiers mois d'activité. À partir de là ce pourcentage augmentera".

Selon leurs propos, les problèmes les plus communs sont les excès d'effort réalisés pour le travail, les positions continues inadéquates ou une mauvaise mobilisation des charges.

INMACULADA HERNÁNDEZ
Administrative

"Pour notre travail, nous passons de nombreuses heures assis sur une chaise ou dans la voiture et la zone cervicale est assez sollicitée et à partir du moment où nous avons fait ces exercices nous avons assez noté la libération".

AMADEO GASPARINI
Employé de réserve

"Pour moi le plus important est la posture physique qui t'aide au moment de lever les caisses, du travail, pour ne pas avoir aussi mal au dos".

JUAN GABRIEL LEAL
Employé de réserve

"Je me sens plus soulagé au moment de réaliser le travail, j'ai plus de capacités et beaucoup moins de gênes."

Selon le Conseil Supérieur des Sports, en terme de hausse de productivité et de réduction du nombre d'arrêts de travail le retour de l'investissement de ce type d'activités est de 1-3. C'est-à-dire, que pour chaque euro investi, l'entreprise en récupère trois.