

bilan santé personnalisé en ligne : B.A.S.E.1

Le Baromètre Action Santé Explorer est le 1^{er} bilan personnalisé et de coaching sur Internet ou Intranet permettant de développer le bien-être dans les domaines de l'alimentation, de l'activité physique et de la gestion du stress.

Cet outil interactif apporte de façon complètement individualisée et confidentielle des statistiques sur l'état de forme et l'état de stress des salariés à qui vous faites bénéficier de ce service. Il apporte également une analyse et un programme adapté pour chacun d'eux afin de modifier leur perception et leur implication vis-à-vis de leur capital "forme et santé".

Objectifs

- Réduire les risques d'Accidents du Travail en agissant sur l'état de forme de chaque salarié ;
- Inculquer un changement de culture avec la prise en main de sa propre santé et de son hygiène de vie.

Procédé

Un questionnaire est disponible en ligne. Une fois celui-ci complété, l'utilisateur reçoit de façon totalement confidentielle ses résultats sur sa messagerie.

Des conseils et des programmes personnalisés accessibles sur un espace personnel pendant 3 mois permettront ensuite d'aider chaque personne à prendre sa santé en main sur les trois pôles :

- activité physique
- alimentation
- stress

Un système de relance par mail toutes les deux semaines permet d'entretenir une forte motivation.