

**COMMUNIQUÉ
POUR DIFFUSION IMMÉDIATE**

**Suite à la mise en place
de son programme de mise en forme *Hans Kai***

**La MRC de Beauharnois-Salaberry finaliste aux Prix Distinction du
Groupe Entreprises en santé**

(Beauharnois – Le 31 octobre 2017) La direction de la MRC de Beauharnois-Salaberry se réjouit d’avoir été finaliste aux Prix Distinction 2017 du Groupe entreprises en santé. L’événement prenait place le 27 octobre dernier devant quelque 120 personnes réunies à l’Hôtel Ritz Carlton de la rue Sherbrooke Ouest à Montréal.

La candidature de la MRC a été retenue dans la catégorie « *Habitudes de vie et gestion du stress – Petite et moyenne entreprise* » pour son programme de santé et de mise en forme *Hans Kai* inspiré d’un modèle japonais (**Hans** signifiant « petit groupe » et **Kai** voulant dire « s’améliorer, changer »), qu’elle a implanté depuis l’été dernier auprès de son personnel.

La MRC a en effet accepté de participer à un projet pilote proposé par la Coop de solidarité « *Beauharnois en santé* », un programme promouvant la santé en milieu de travail et incitant les employé(e)s d’une entreprise à prendre leur santé en main et à modifier leurs habitudes de vie de manière à aspirer à une meilleure qualité de vie.

À l’aide d’une dizaine d’ateliers livrés à la MRC par une infirmière et des collaborateurs invités (kinésiothérapeute, nutritionniste, etc.), le programme *Hans Kai* couvre une multitude d’aspects intimement reliés à l’amélioration de l’état de santé, que ce soit notamment les indicateurs de santé et la façon de les mesurer, la saine alimentation, les bienfaits de l’activité physique, l’importance de l’équilibre (la gestion du stress et le sommeil), etc.

De manière à motiver les employé(e)s à participer au programme, il a été convenu de fixer un objectif de groupe, en l’occurrence celui d’atteindre mensuellement et collectivement 170 heures d’exercices, au rythme de blocs de 30 minutes d’exercices que doivent compléter les participants. Ainsi, le groupe d’atelier du lundi (Les Verts) est donc confronté amicalement au groupe du vendredi (Les Jaunes).

« Pour toute organisation, un personnel en santé est synonyme d'efficience au travail et de diminution du taux d'absentéisme causé par les douleurs physiques ou la maladie. Cette culture de la santé en entreprise a démontré ses vertus, dans la mesure où il y a un lien direct entre le milieu de travail, la santé des personnes et une prestation de services de qualité. Même si nous n'avons pas été lauréat, nous sommes bien heureux que cette initiative ait été reconnue par une instance comme le Groupe entreprises en santé et nous revenons de cet événement avec plein d'idées » de commenter la Directrice de l'administration et des ressources humaines de la MRC, madame Isabelle Perron.

- **Le Groupe entreprises en santé –**

Le Groupe entreprises en santé (www.groupeentreprisesensante.com) est un leader du mouvement santé et mieux-être en entreprise. Depuis plus de 12 ans, il appuie des hauts dirigeants et gestionnaires dans l'intégration des meilleures pratiques en santé globale (physique et psychologique) et en mieux-être au travail.

Le Groupe Entreprises en santé (Groupe ES) agit également à titre de porte-parole des employeurs auprès des décideurs politiques, des parties prenantes dans le domaine de la santé et du milieu des affaires. Aujourd'hui, le Groupe ES possède un vaste réseau principalement au Québec et au Canada, mais aussi à l'international.

- **Poursuite du programme-**

La Directrice générale de la MRC de Beauharnois-Salaberry, madame Linda Phaneuf, se réjouit grandement du succès que connaît le programme *Hans Kai* auprès des membres du personnel. « Le fait d'avoir été finaliste aux prestigieux Prix Distinction du Groupe ES confirme la pertinence de notre initiative. Nous sommes par ailleurs ravis de la participation des employé(e)s et souhaitons poursuivre cette heureuse et profitable expérience au-delà des dix ateliers initialement prévus » conclut-elle.

Nous rappelons en terminant que la Coop de solidarité «*Beauharnois en santé*» a pour mission d'offrir des services de santé de proximité accessibles aux citoyens, en partenariat avec les professionnels de la santé regroupés dans une communauté de pratique interdisciplinaire.

MRC de Beauharnois-Salaberry

-

-