

ILYCOACH

SPORT & BIEN-ÊTRE AU SERVICE DE VOS COLLABORATEURS

APPLICATION QUI PERMET AUX COLLABORATEURS DE PRATIQUER
UNE ACTIVITÉ SPORT & BIEN-ÊTRE SUR LE LIEU DE TRAVAIL

1 salarié sur 4 serait aujourd'hui victime de dépression ou de burn-out lié au travail. Pour y pallier, près de 20 millions de personnes actives en France seraient prêtes à pratiquer une activité physique et bien-être sur leur lieu de travail. C'est pourquoi, **ilycoach accompagne les entreprises dans la mise en place d'un plan d'action Sport Santé Bien-Être à destination des collaborateurs.**



Un audit QVT (Qualité de Vie au Travail) est effectué en amont permettant ainsi de déterminer les enjeux spécifiques propres à chaque entreprise et d'établir un plan d'action **parfaitement adapté**. Grâce à l'automatisation de ses process, ilycoach peut ainsi répondre à des demandes **au niveau national**. Incubée au Tremplin, l'équipe se compose de 5 membres dont Laura Ellak, Fondatrice et Présidente. ilycoach compte aujourd'hui de nombreux clients allant de la startups au grands groupes tels que le Groupe ALTICE, ORANGE BUSINESS, TBWA ou encore LVMH.

ilycoach met à disposition des DRH la première solution 100% automatisée et adaptable leur permettant de piloter l'offre sport et bien-être de l'entreprise de manière **simple et flexible**, de la création d'une séance jusqu'à sa facturation. Une **application web et mobile** dédiée permet ainsi aux collaborateurs de rejoindre les séances en quelques clics.

RÉFÉRENCES

Ilycoach accompagne Orange OBS depuis janvier 2019 – Après un audit QVT, 2 enjeux ont été identifiés : favoriser la santé des collaborateurs et renforcer la cohésion d'équipe. **Plan d'action mis en place (1 an) :**

- **Séances de Yoga Soft Energy (hebdo)** pour se relaxer et de détendre les muscles profondément.
- **Séances de Pilates & Balance (hebdo)** pour se renforcer, éviter les problèmes musculaires/articulaires.
- **Atelier Bien-être (mensuel)** pour se détendre avec des professionnels du bien-être en petits groupes.
- **Atelier Prévention & Sécurité (mensuel)** pour prendre soin de son corps dans tous les gestes professionnels utilisés grâce à des ateliers dédiés.
- **Team building Challenge Sportif (trimestriel)** composé de plusieurs jeux d'équipes sportifs et ludiques pour réunir les différents services de l'entreprise dans une ambiance conviviale et ainsi évacuer le stress du quotidien tout en faisant preuve d'esprit d'équipe et de cohésion.

ÉVALUATION

À l'issue de la période, **ilycoach analyse les résultats de chacune de ses actions** grâce à un second sondage transmis aux collaborateurs. Celui-ci permet ainsi de **détecter l'impact du plan d'action Sport Santé Bien-être dispensé**, sur les enjeux précédemment déterminés. Concernant le cas particulier du **taux d'absentéisme**, ilycoach analyse l'impact de nos actions sur cet enjeu en collaboration avec les RH si ces derniers acceptent de transmettre les données actualisées avant et après la mise en place du plan d'action.