



Le Grand Défi Entreprise chez Demix Agrégats



Chaque année depuis 2009, Demix Agrégats organise une journée sous le thème : Santé et Sécurité pour ses employés horaires afin de les sensibiliser et ainsi prévenir les accidents. Cette année, l'accent a été mis sur le volet santé.

Les 13 et 14 septembre derniers, les employés de Demix agrégats ont participé au Grand Défi Entreprise de Pierre Lavoie se définissant ainsi comme étant la première entreprise (hors projet pilote) à y participer.

Le Grand Défi Entreprise (GDE) est un programme de promotion de la santé des travailleurs par l'adoption de saines habitudes

de vie. C'est un bilan de santé personnalisé (et confidentiel), des travailleurs qui forment des équipes, un concours et un grand prix.

Concrètement l'activité consiste à séparer et regrouper les employés de chacun des sites (4) en équipe de cinq employés. L'unité mobile d'évaluation du GDE a visité chacun des sites et chaque employé a participé à un bilan médical complet (bilan sanguin, un test d'effort sur tapis roulant, la mesure de la tension artérielle de repos, une mesure du pourcentage de gras corporel, etc.) effectué par une équipe de professionnels.



Bilan médical des employés effectué dans l'unité mobile du Grand Défi Entreprise

À partir de maintenant chaque équipe a dix semaines pour améliorer sa condition en faisant de l'activité physique, en ayant une saine alimentation et en cessant de fumer (le cas échéant) pour ainsi cumuler des Cubes énergie. L'équipe ayant accumulé le plus de Cubes énergie sera gagnante.

Dans dix semaines l'unité mobile reviendra à chacun des sites pour refaire certaines évaluations sur les employés, notamment le poids, le tour de taille et le pourcentage de gras afin d'attribuer des Cubes énergie bonis.

L'équipe ayant accumulé le plus de Cubes énergie (tous sites confondus) se verra attribué



Activités physiques réalisées par l'équipe de Varennes

un grand prix, soit un tour d'hélicoptère survolant chacun de nos sites et comprenant également un diner dans la magnifique ville de Tremblant! Les trois équipes arrivant en tête dans les trois autres sites auront droit à une loge au centre Bell le 8 janvier prochain pour voir une partie de Hockey des Canadiens de Montréal!

Si on se fie aux résultats d'achalandage au bilan médical et de participation au GDE, notre pari fut couronné de succès. Voici les résultats :

- Invités pour le bilan de santé : 110 personnes
- Bilans de santé effectués : 90 personnes (82%)
- Inscrits au GDE à date : 15 équipes, soit 75 personnes (83% des bilans de santé)

Qui sera l'équipe gagnante? Nous souhaitons bonne chance à toutes les équipes et rappelez-vous que selon Pierre Lavoie et son équipe, trois axes mènent à une vie saine : l'activité physique, la saine alimentation et vivre sans fumer!