

Titre : Comment Axa Maroc veut améliorer le bien-être de ses collaborateurs.

## Comment Axa Maroc veut améliorer le bien-être de ses collaborateurs

**E**xercices de sport et de détente, conseils en diététique, médecine douce et prévention bucco-dentaire..., Axa Maroc a organisé durant une semaine des séances de bien-être au profit de ses collaborateurs. L'opération, deuxième en son genre pour le groupe, s'inscrit dans une démarche de prévention des risques de santé. Par exemple, on sait que l'augmentation du niveau de

stress a pour corollaire l'augmentation de la tension artérielle, l'accélération du rythme cardiaque, une perte de souplesse des muscles et l'affaiblissement du système immunitaire. Justement, le concept santé/bien-être en entreprise a pour but de donner aux collaborateurs des pistes pour prévenir ces problèmes de santé et faire évoluer leur hygiène de vie. Animés par des experts, les ateliers portent sur des thèmes comme «5 minutes de sport par jour»,



■ Parmi les thèmes de l'atelier santé : «cinq minutes de sport par jour», «découvrir les médecines douces : l'homéopathie»...

«prévenir le mal de dos», «cuisiner léger», «bien dormir», «découvrir la médecine douce : l'homéopathie».

Une nouveauté cette année, l'organisation d'un atelier pour les enfants des collaborateurs d'Axa sur la prévention bucco-dentaire.

Devant le succès de cette semaine, la compagnie d'assurance a décidé d'en faire un rendez-vous annuel et d'en faire bénéficier les salariés de certaines de ses entreprises clientes ■