Preventech Consulting
Conseil en amélioration des conditions de travail

QVCT

AUTO-DIAGNOSTIC SUR LA SANTÉ GLOBALE (PHYSIQUE ET MENTALE)



70%

DE NOTRE ÉTAT DE SANTÉ DÉPENDRAIT DES FACTEURS SOCIO-ÉCONOMIQUES ET ENVIRONNEMENTAUX.

Source : données reprises dans la fiche originale, OMS / littérature scientifique.

LES BÉNÉFICES POUR LE CLIENT

- **Vision 360°**
- **Repères clairs**
- **Prévention ciblée**
- **Plan d'action**



CE QUE VOUS ALLEZ OBTENIR

- **Un questionnaire digital de 62 questions**
- **Un bilan global de santé physique et mentale**
- **Un aperçu des habitudes de vie ayant un impact sur la santé**
- **Une identification des points forts et axes de vigilance**
- **Un rapport individuel clair et immédiatement exploitable**

+ de 22 ans d'expérience

+ 500 clients

+ de 35 experts pluridisciplinaires

Intervention sur toute la France

CONTEXTE

L'Organisation mondiale de la Santé (OMS) définit la santé comme « un état de complet bien-être physique, mental et social, qui ne consiste pas seulement en une absence de maladie ou d'infirmité ». La santé est ainsi prise en compte dans sa globalité et associée à la notion de bien-être. Elle repose sur de nombreux déterminants, tels que les facteurs biologiques, comportementaux, environnementaux et socio-économiques.

La communauté scientifique estime que les facteurs socio-économiques et les facteurs environnementaux contribuent à environ 70 % de notre état de santé. Par exemple, marcher pendant 30 minutes ou faire du vélo pendant 20 minutes presque tous les jours réduit le risque de mortalité de plus de 10 % (OMS, 2022).

Cependant, malgré une espérance de vie en progression, celle en bonne santé reste stable en France depuis plusieurs années, pointant un besoin crucial d'évaluer et d'améliorer notre état de santé global. L'importance de la prévention et de la sensibilisation du public aux facteurs de santé modifiables, en particulier ceux liés à leurs habitudes de vie, est cruciale pour promouvoir un bien-être durable et réduire les risques de maladies chroniques.

OBJECTIFS

Comprendre et agir sur les facteurs de santé modifiables, comme l'activité physique, l'alimentation ou le sommeil, peut significativement améliorer la qualité de vie et réduire les risques de maladies chroniques. C'est dans cette optique que notre questionnaire d'auto-diagnostic a été conçu.

•Il vous aidera à identifier les facteurs influençant votre état de santé au quotidien, en mettant en lumière vos points forts ainsi que les aspects nécessitant une attention particulière – une première étape essentielle pour initier des améliorations concrètes.

•Cet auto-diagnostic vous permettra de faire un bilan global de votre santé, tant physique que mentale.

MÉTHODOLOGIE

Le questionnaire d'auto-diagnostic est basé sur plusieurs échelles. Il comporte 62 questions et vous permet de faire un point sur les aspects suivants :

- Fatigue physique
- Douleurs physiques
- Anxiété et dépression
- Sommeil
- Alimentation
- Consommation d'alcool et de substances
- Sédentarité et activité physique

La passation de ce questionnaire dure entre 10 et 15 minutes. À l'issue, vous recevrez un rapport offrant un aperçu de votre état de santé physique et mentale, ainsi que de vos habitudes de vie susceptibles d'impacter votre santé.

Preventech Consulting
Conseil en amélioration des conditions de travail

QVCT

MODALITÉS D'INTERVENTION

1	**Cadrage du besoin**	Validation du périmètre, des objectifs, des modalités de diffusion et des garanties de confidentialité.
2	**Auto-évaluation**	Mise à disposition d'un lien sécurisé vers l'auto-diagnostic sur la Santé globale.
3	**Analyse**	Le questionnaire explore la fatigue, les douleurs, le sommeil, l'alimentation, l'activité physique et la santé mentale.
4	**Restitution individuel**	Le participant obtient un aperçu de l'intensité de sa symptomatologie : faible, vigilance ou alerte.
5	**Repérage des priorités**	Les résultats mettent en lumière les points forts et les dimensions nécessitant une attention particulière.
6	**Orientation**	Les enseignements permettent d'initier des améliorations concrètes et d'alimenter les démarches QVCT et prévention.

INTERVENANTS ATTENDUS

- Consultants QVCT
- Psychologues du travail
- Experts prévention santé
- Consultants Preventech

RESSOURCES MOBILISÉES

- Plateforme digitale sécurisée
- Échelles d'évaluation
- Rapport personnalisé
- Interprétation des résultats

NOS RESSOURCES

- **Habilité IPRP depuis Mars 2006.**
- **Membre de la FIRPS**
- **Ergonomes, Ergonomes Européens**
- **Ingénieurs sécurité**
- **Psychologues du travail, Coachs sportifs, Nutritionnistes, Sophrologues, Ostéopathes, Rigologues, Naturopathes, Conférenciers, etc...**

NOS HABILITATIONS & CERTIFICATIONS

Qualiopi processus certifié
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

POUR ALLER PLUS LOIN

NOS SOLUTIONS INNOVANTES

DIAGNOSTICS
& AUTO-DIAGNOSTICS



SERIOUS GAMES



E-LEARNING



VIDÉOS

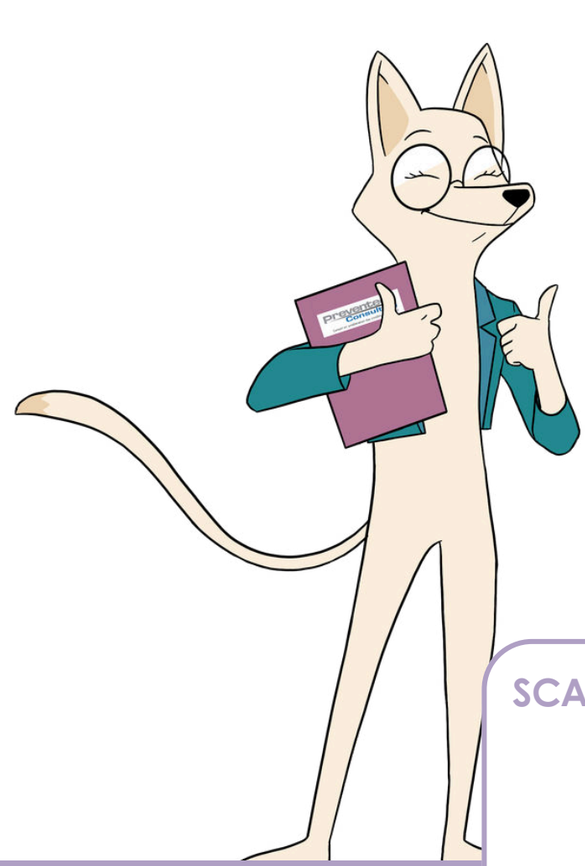


MOTION DESIGN



WEBINAIRES

MYQVCTECH,
IA DÉDIÉE A LA QVCT





CRÉATION
DE MASCOTTE



ATELIERS DE
SENSIBILISATION



BANDES
DESSINÉES

SCANNEZ-MOI

Contactez-nous :

md@preventech.net 01 44 09 70 44 preventech.net