



# neomove

## Prévenir les TMS par le mouvement

Plateforme opérationnelle combinant évaluation fonctionnelle, action individualisée et indicateurs anonymisés.



**79 %**

des salariés estiment que leur entreprise devrait consacrer plus de temps aux enjeux de santé au travail.

**01**

Le risque TMS

**02**

La valeur prévention  
Neomove

**03**

Le parcours  
utilisateur

**04**

Le déploiement

**05**

Le mot de la fin

# Le risque TMS : réalité terrain

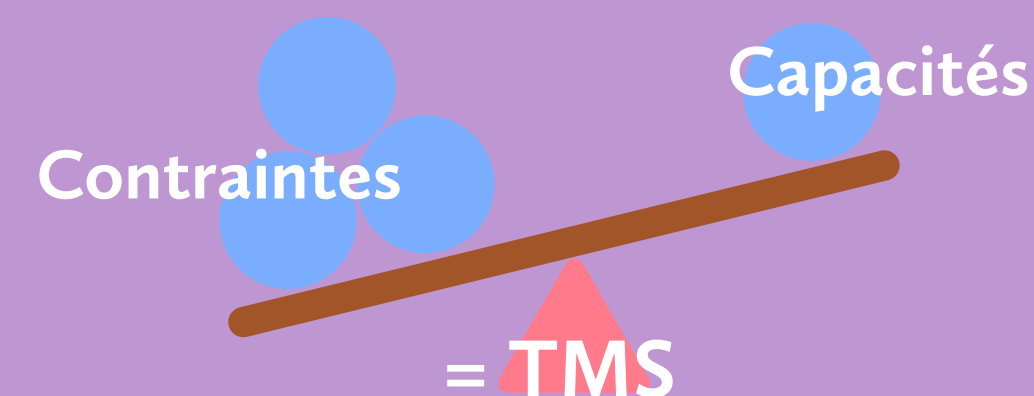
---

# Les TMS ne sont pas un incident, ce sont des trajectoires

Trouble Musculo-Squelettique (TMS)

= **déséquilibre** entre les **capacités physiques** du corps et les **contraintes auxquelles il est exposé**. Ils apparaissent de manière progressive et nécessitent une prise en charge dès les premiers signes.

- 87% des maladies professionnelles reconnues en France sont des TMS
- Impact durable avec effet domino sur l'activité
- Détection trop tardive

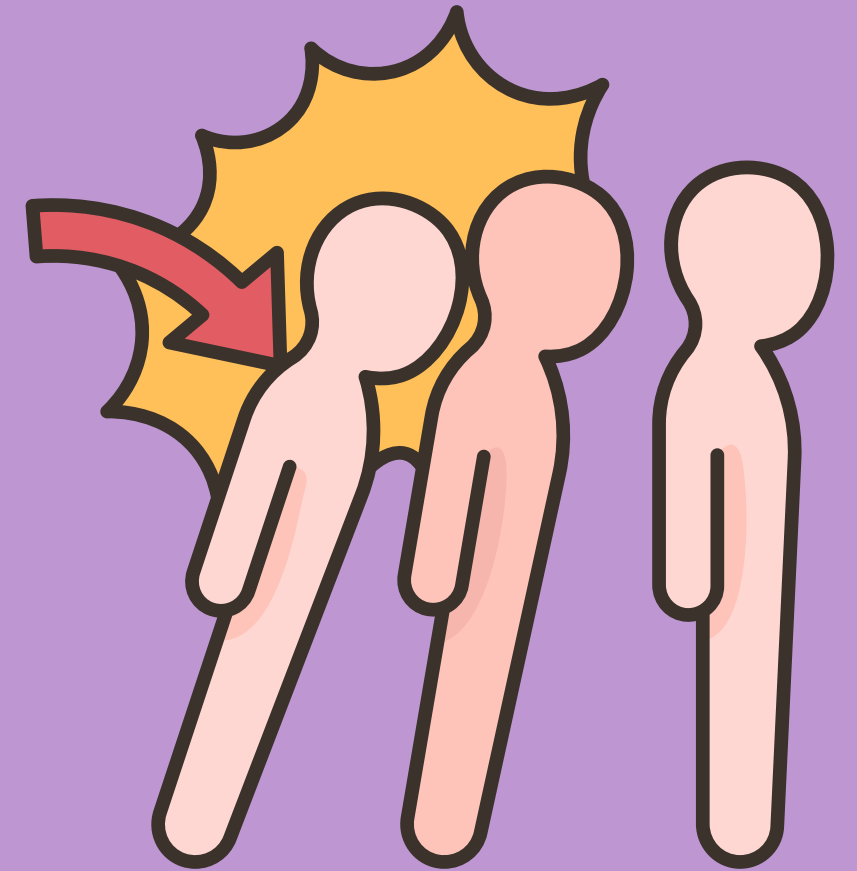


**21 000€** coût moyen d'un TMS\*

Source : INRS

# Effet domino d'un arrêt de travail

1. Arrêt de travail pour TMS (2 mois en moyenne pour le mal de dos)
2. Charge supplémentaire pour les collègues +/- perte de compétences clé
3. Hausse fatigue physique et mentale
4. Hausse tensions dans l'équipe
5. Nouveaux arrêts de travail
6. Ambiance dégradée et stress
7. Performance collective en chute
8. Dégradation de l'image et de la réputation de l'entreprise
9. Difficultés à recruter



# La majorité des signaux faibles ne remonte pas

**50 à 75% des TMS sont sous-déclarés\* :**

- douleurs incomprises
- adaptations silencieuses
- absence de mesure terrain continue

**Permettre à vos collaborateurs d'agir dès les premiers signes, c'est réduire le risque d'un arrêt de travail long et coûteux.**

**Stade 1 : Les signaux faibles.** Douleurs temporaires ressenties dans les actions ou positions responsables.

**Stade 2 : L'alerte ignorée.** La douleur apparaît vite dans l'activité et met du temps à disparaître au repos.

**Stade 3 : Le point de rupture.** La douleur est chronique, présente à la fois dans l'activité et au repos.



# Sédentarité : facteur aggravant mesuré

La sédentarité correspond au temps passé assis, couché ou debout, sans bouger (sans dépense d'énergie).

Elle concerne aussi bien le temps de travail que les temps de transport et de loisirs.

+2h

en position assise  
prolongée

=

Hausse significative des TMS de type lombalgie, douleurs au cou et à l'épaule ou de maladies comme la dépression.





# Cadre réglementaire : obligation de prévention

## Obligation générale

L'employeur doit protéger la santé et la sécurité des salariés, dès le 1er salarié :

- Évaluer les risques
- Mettre en place des actions de prévention
- Informer et former les collaborateurs

(Code du travail : L4121-1 à L4121-5)

Cette obligation est une **obligation de résultat**, ce qui signifie que l'employeur peut être tenu responsable s'il n'a pas pris toutes les mesures nécessaires pour prévenir les risques

## Sanctions en cas de manquement

- Responsabilité civile et pénale
- Amendes jusqu'à 1 500 € par infraction
- Doubles en cas de récidive

En résumé l'employeur doit adopter une **démarche proactive et continue de prévention des risques professionnelles**, basée sur l'évaluation des risques, la mise en place de mesures appropriées, l'information et la formation des salariés, ainsi que l'implication des professionnels de santé au travail.

# Valeur prévention Neomove

---

**Neomove n'est pas une App de sport**

C'est un coach-kiné digital qui donne à vos collaborateurs **le pouvoir de réduire les effets négatifs de leur position de travail** avec des exercices de **mouvement** conçus pour eux.

# Le mouvement, levier biomécanique de prévention

Avec la sédentarité, les positions et gestes répétitifs, le corps se désorganise :

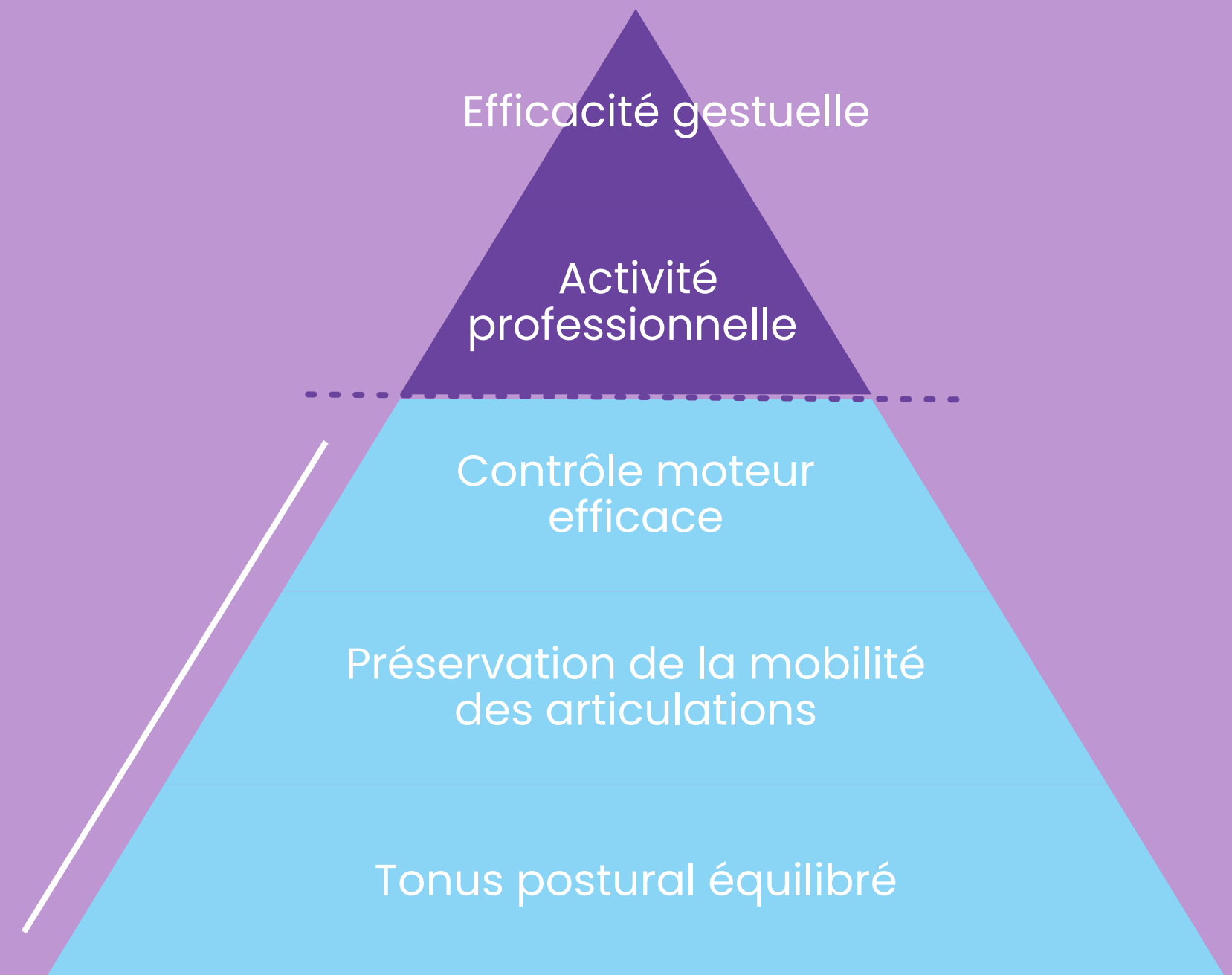
- Compensations progressives
- Perte de mobilité utile
- Baisse du contrôle moteur
- Surcharge de certaines zones

→ **Apparition de douleurs fonctionnelles (TMS)**

Le mouvement agit à un double niveau :

- Mécanique : mobilité, stabilité, répartition des charges
- Neuro-moteur : coordination, timing, efficacité gestuelle

→ **Répartition équilibrée des contraintes**



# Neomove au service de l'efficacité neuro-motrice

## Corriger les causes fonctionnelles

Des mouvements de bonne qualité permettent au corps de **bouger sans accumuler de tensions et compensations** à la source de douleurs et blessures.

## Lutter contre la douleur

Le mouvement est le meilleur remède à la peur de bouger, aussi appelée kinésiophobie.

## Réduire la sédentarité

Le mouvement est recommandé par l'agence européenne pour la santé et la sécurité au travail (EU-OSHA).



Force du dos  
+ Mobilité des hanches et des chevilles  
➔ Protégé toute la journée

Fessiers et abdos activés  
➔ Protection de la zone lombaire



# Neomove, chaînon manquant de l'ergonomie

La posture parfaite n'existe pas. Prévenir les TMS implique d'agir sur l'environnement de travail et la qualité de mouvement.

## Actions ponctuelles

- Diagnostics ergonomiques
- Formations et sensibilisations
- Ateliers et interventions ciblées
- Correction de situations identifiées

## Prévention continue

- Évaluation fonctionnelle régulière
- Actions individualisées entre interventions
- Pratique intégrée au quotidien
- Indicateurs anonymisés de suivi et d'ajustement

**Neomove renforce l'effet des actions ponctuelles par une prévention continue pilotée.**



# Valeur opérationnelle entreprise

## Compatible travail hybride et télétravail

Solution accessible et praticable partout, sur mobile.

## Solution clé en main

Pas d'intégration IT, pas de matériel obligatoire. Le panneau de pilotage permet un déploiement à l'échelle simplifié.

## Données mesurables

Moyenne mensuelle anonymisée des points de tension, des forces et faiblesses posturales et du niveau de fatigue.

## Inclusivité

Contenu centré sur l'humain, adapté au niveau, à l'âge et aux besoins physiologiques de chacun. Contenu évolutif et adaptatif pour chaque personne.

## Objectifs atteignables

Réduction de l'absentéisme lié aux TMS, engagement QVT, réduction de la sédentarité.

## Engagement RSE

Grâce à notre partenaire, la [fondation Epic](#), vous pouvez offrir à vos collaborateurs la possibilité de convertir leurs points de Rewards en dons financés par l'entreprise.

## Conformité et prévention

Répond aux obligations (DUERP, QVCT), approche préventive et compatible avec le quotidien en entreprise. Conformité RGPD.

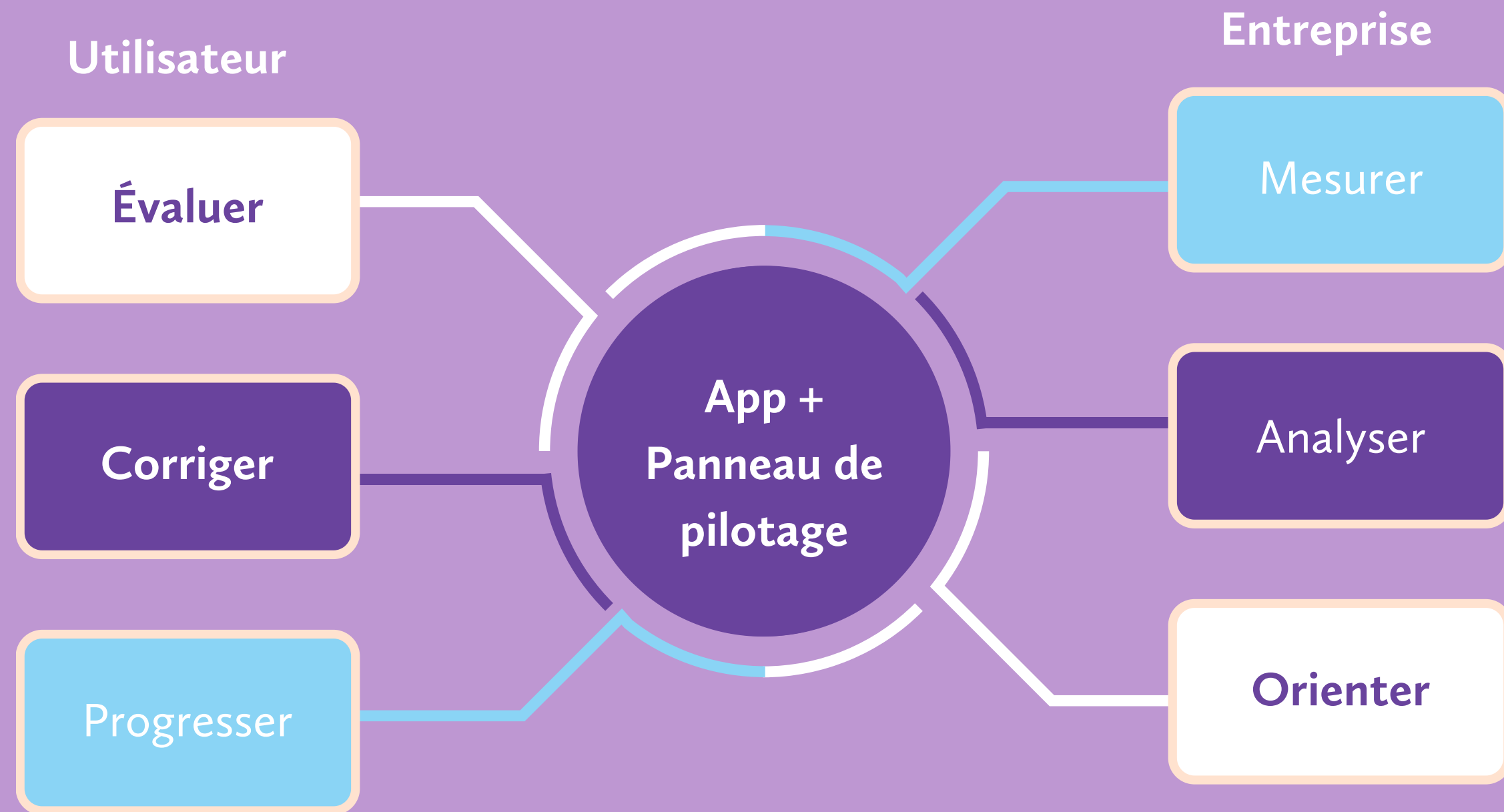
## Innovation simple avec une réelle expertise

Kinésithérapie, posturologie, analyse du mouvement, neurosciences.



# Chaîne de valeur prévention Neomove

Double boucle : action individuelle — pilotage collectif

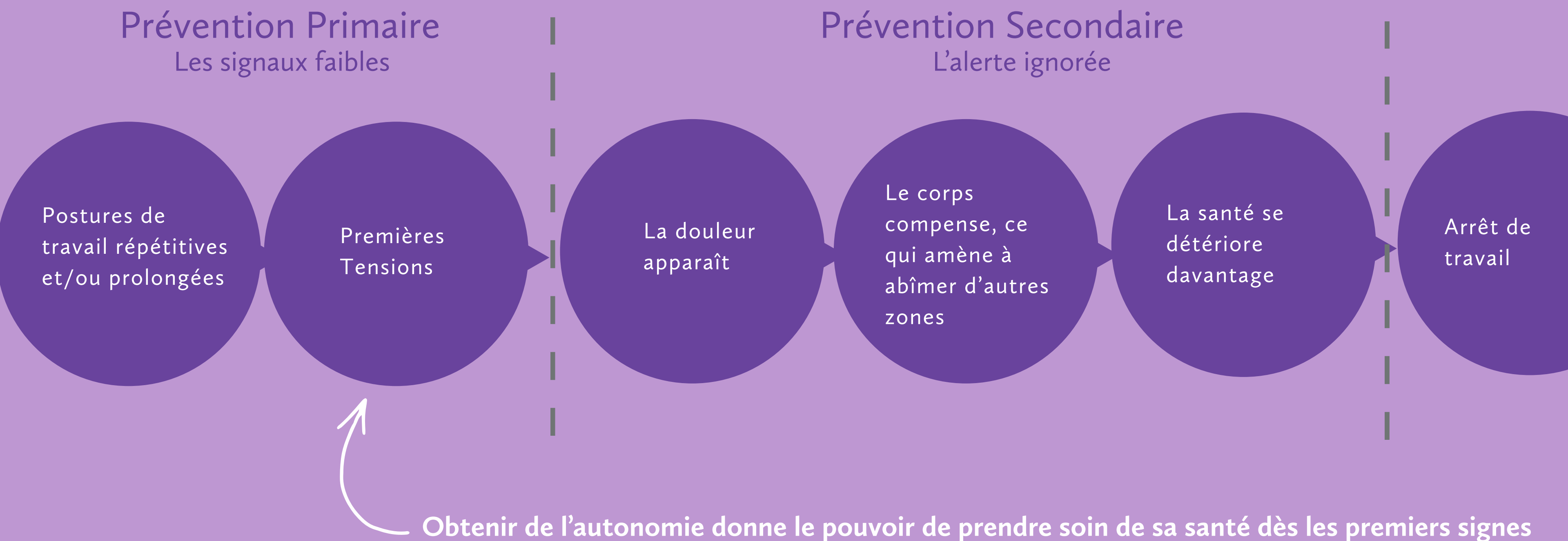


# Le parcours utilisateur

---

# Intervention dans la trajectoire de risque

50 à 75% des TMS sont sous-déclarés par manque de connaissances ou par peur de le signaler à l'employeur



# Parcours utilisateur orienté prévention

## Prévention primaire

- Move Test : analyse de la posture et des capacités de mouvement
- Move Sessions individualisées
- Pauses actives anti-sédentarité
- Étirements & récupération
- Respiration consciente & détente

**Objectif :** réduire les contraintes, soulager les tensions quotidiennes et renforcer la capacité fonctionnelle

## Prévention secondaire

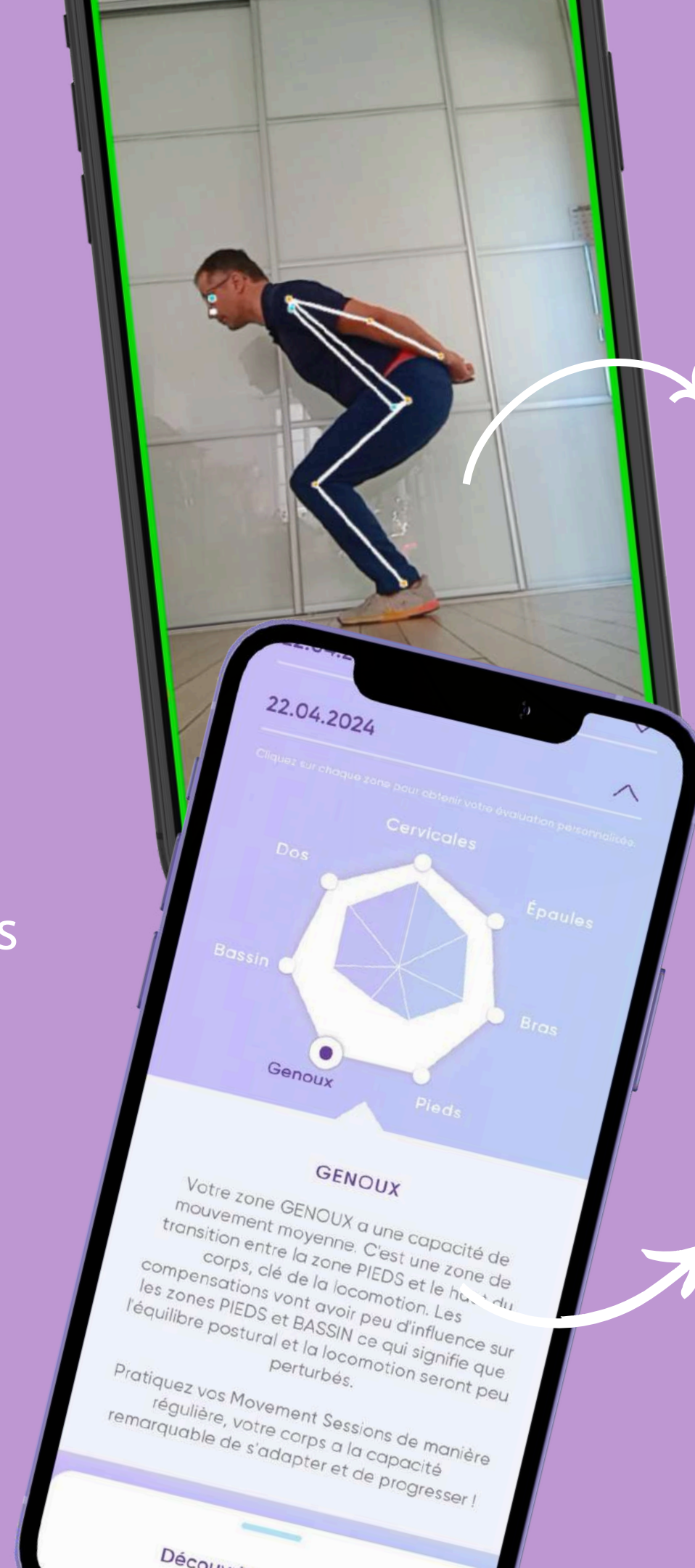
- Protocoles par zone de douleur issues de la kinésithérapie
- Étirements & récupération
- Retour vers Move Test et Move Sessions individualisées

**Objectif :** éviter l'aggravation et la chronicisation. Rester en mouvement et reprendre confiance dans son corps.

## Le Move Test

Combiner kinésithérapie, biomécanique et neurosciences pour analyser, mesurer et adapter.

Le Move Test détecte les déséquilibres posturaux et moteurs puis propose des exercices individualisés pour que chaque personne soit capable d'absorber les contraintes résiduelles avec efficacité.



Analyse de la **posture et des mouvements en temps réel** via Motion Tracking :

- 3 tests posturaux
- 6 tests de mouvement

Résultats détaillés **zone par zone** :  
cervicales, dos, épaules, bras,  
bassin, genoux, chevilles

## Move Session Individualisée

- 10, 20 ou 30 min
- Ajustement selon le niveau de fatigue, la motivation et le ressenti
- Avec ou sans matériel
- Zones de tension protégées
- Tous niveaux de condition physique

## Pause Active

Assise : Des étirements doux que vous pouvez suivre sans réfléchir.

Debout : Des exercices simples et efficaces qui peuvent être effectués devant ses collègues.

## Programme par zone douloureuse

- Nuque
- Bas du dos
- Épaule
- Coude
- Poignet
- Hanche
- Jambes lourdes
- Maux de tête liés à tension cervicale
- Douleur type “sciatique”

## Rewards

Convertir ses points de rewards en bons d'achat ou de réduction et/ou en don

## Respiration Consciente

De courtes sessions de respiration consciente inspirées de la cohérence cardiaque pour se détendre à tout moment de la journée

## Échauffement au poste de travail

Préparer le corps en amont, ou dès son arrivée sur site

## Étirements

Idéal pour relâcher les tensions en fin de journée



# Adoption et engagement utilisateur

## Une source d'exercices fiable

Les contenus sont individualisés selon ses mesures posturales, ses zones douloureuses, sa fatigue, sa motivation et son ressenti suite à sa précédente session.

## Flexibilité et autonomie

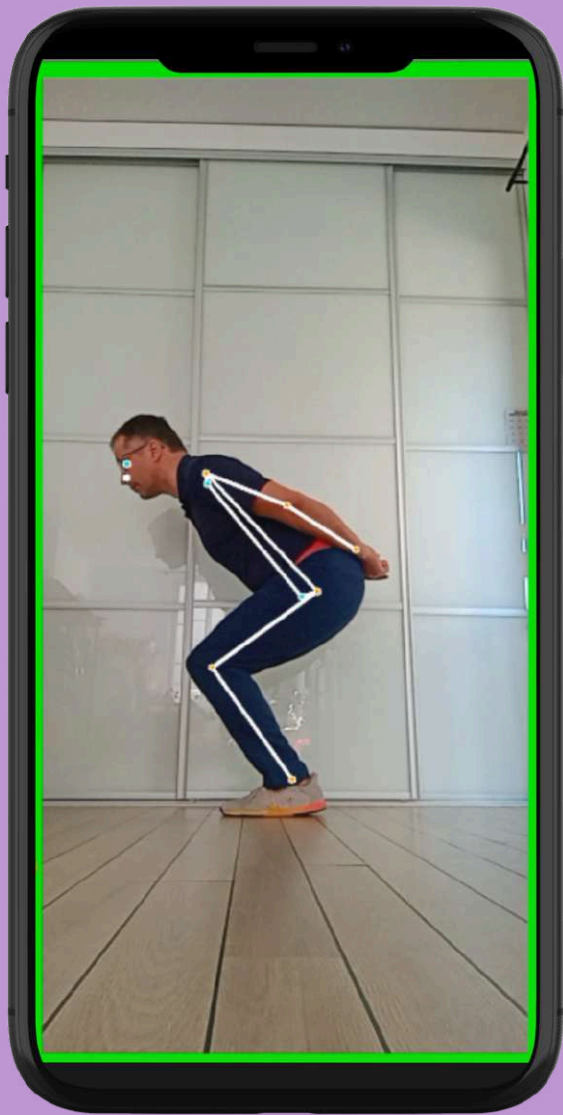
Neomove peut être utilisée au moment le plus opportun pour votre collaborateur. Grâce au Move Test, les contenus se réajustent en cas d'interruption de pratique (vacances...)

## Ludique, instructif et motivant

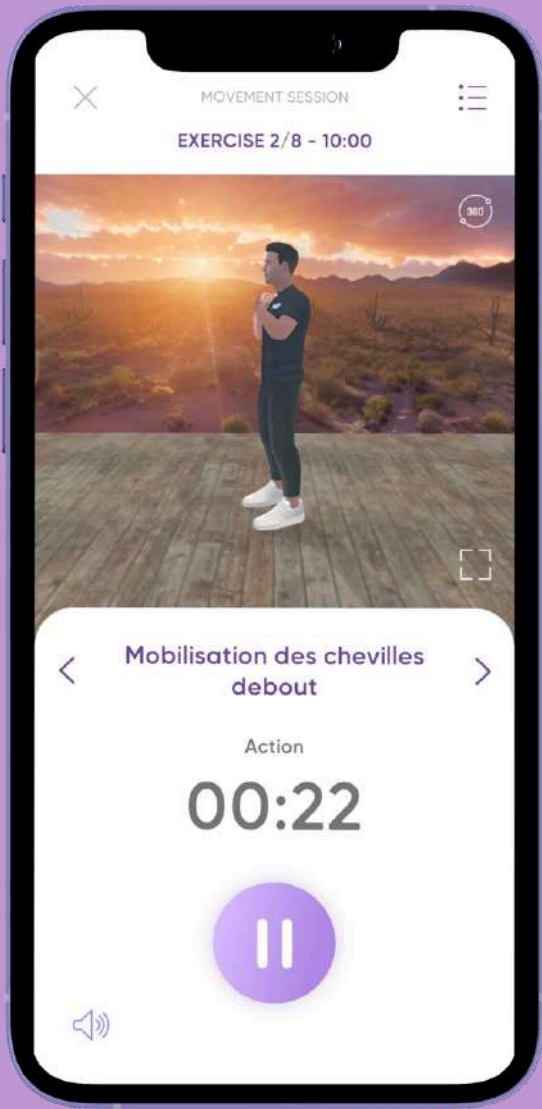
Les multiples formats répondent aux besoins quotidiens. La régularité est récompensée par des Rewards à convertir en réductions ou en dons. UX et UI sont conçus dans un objectif d'éducation et de motivation.



# Un cercle vertueux



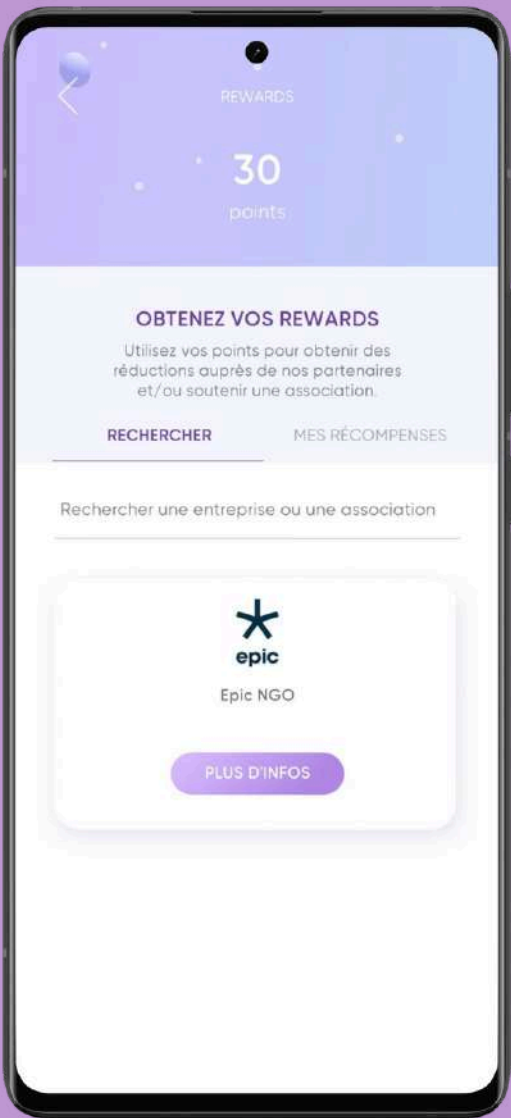
S'évaluer



Pratiquer



Progresser



Être récompensé·e



iOS & Android  
FR & EN

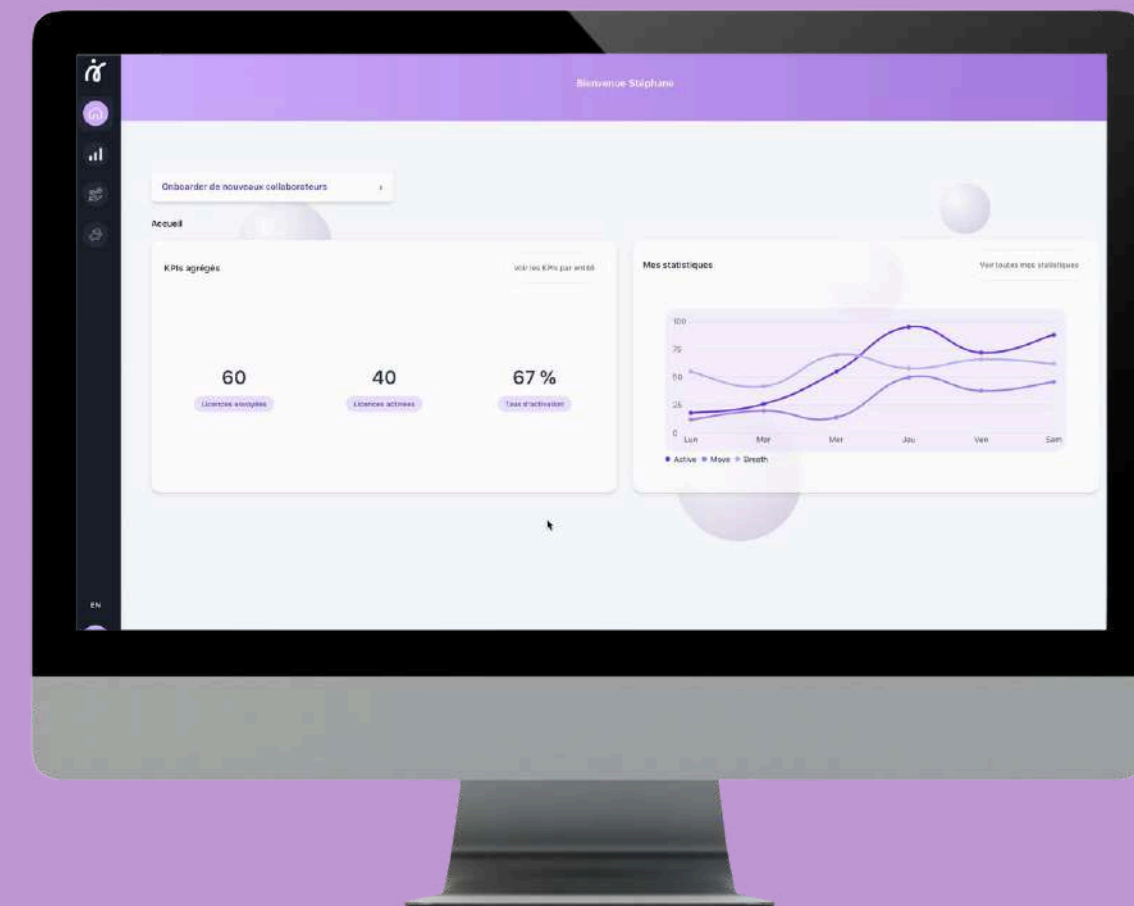
# Le déploiement

---

# CMS Neomove : déployer et piloter à l'échelle

Le CMS Neomove permet à l'entreprise de transformer l'usage terrain en dispositif de prévention piloté.

- structuration multi-entités (groupes, filiales, sites)
- gestion et réattribution des licences
- déploiement par population cible
- suivi activations et engagement
- tableaux de bord anonymisés prévention
- indicateurs exploitables RH / HSE / CSE
- conformité RGPD
- sans intégration SI lourde



**Une couche de gouvernance qui transforme l'app en dispositif opérationnel.**

# Déploiement entreprise : qui fait quoi

- **Entreprise :**

- Un onboarding en quelques clics :
  - Vous uploadez les emails de vos collaborateurs
  - Vous envoyez l'email d'onboarding et/ou l'invitation au webinaire (emails et liens préformatés)
- Vous pilotez les indicateurs

- **Neomove :**

- En amont du déploiement, nous récoltons les informations nécessaires à la configuration de votre CMS.
- Nous vous accompagnons à chaque étape clé :
  - Nous suivons l'activation et l'adoption
  - Nous fournissons une assistance technique à vos collaborateurs depuis l'App (formulaire)
  - Vous pouvez nous contacter depuis votre espace CMS ou via votre CSM



# Dispositif Neomove et modules d'accompagnement

## Socle dispositif

- Accès complet aux fonctionnalités et mises à jour de l'App
- Panneau de pilotage entreprise
  - Gestion des licences
  - Suivi des activations
  - Indicateurs anonymisés prévention (> 25 salariés)
- Option Rewards RSE : s'associer à notre partenaire, la Fondation Epic, pour que vos collaborateurs puissent convertir leurs points en dons financés par votre entreprise.

## Modules d'accompagnement :

- Questionnaire de sensibilisation
- Webinaire onboarding collaborateurs
- Webinaires santé
- Conférences & ateliers de sensibilisation
- Accompagnement CSM
- Suivi engagement & NPS
- Communication interne
- Formation référents prévention



# Le mot de la fin

---

# Prévenir devient une nécessité opérationnelle

- Les TMS = 1ère cause de maladies professionnelles
- Sous-déclaration massive des signaux faibles
- Obligation légale de prévention (DUERP, actions, traçabilité)
- Coûts d'arrêt et de désinsertion élevés
- Hausse des charges santé pour les entreprises

**Le curatif ne suffit plus.**

**La prévention continue devient un levier de maîtrise du risque.**

76 %

des salariés pensent que  
**l'entreprise est légitime à  
proposer des activités physiques  
et que cela pourrait favoriser  
leur bien-être.**

Etude Harris Interactive pour Sport & Business Limitless- 2020

# Neomove transforme la prévention TMS en dispositif piloté

- Évaluation fonctionnelle individuelle
- Comptatibilité avec les actions déjà engagées
- Sessions de mouvement ciblées
- Prévention primaire & secondaire
- Indicateurs anonymisés entreprise
- Pilotage via panneau de gouvernance
- Déploiement multi-entités simplifié

**Prévention continue, mesurable, déployable.**

100 %

des chefs d'entreprise  
recommandent à leurs pairs de  
développer ces activités  
[sportives].

Le Baromètre « Vitalité, Sport et Entreprise »  
Generali – OpinionWay 2018



Planifiez votre démo gratuite

Déploiement, pilotage, parcours utilisateur (45min)



Ils nous soutiennent

