Acteur incontournable du bien-être, Umanlife prouve son engagement dans la prévention des maladies cardio v
asculaires auprès de l'association
RMC
-
BFM
et signe leu
r Chartre du C
œur.

Le 16 Septembre, au Ministère du Travail, se tenait la cérémonie de la signature officielle de la Charte du Cœur ,
l'association créée par RMC et BFM.

Alexandre Plé, fondateur de Umanlife ; le site de prévention santé & bien-être, a souhaité agir et apporter sa signature parmi plus de 232 autres sig
nataires
,
dont
GDF Suez, IBM, MEDEF, Philips France, TF1,
la
Croix-Rouge Française,
Mutuelle UMC
, Scor et bien d'autres.

Cette Charte du Cœur est un espace dédié aux entreprises et a pour vocation de lutter pour la prévention des maladies cardio vasculaires. Les signataires s'engagent dans cet enjeu de santé publique et montrent l'exemple en :

- Sensibilisant les salariés sur les risques cardiaques et sur la prévention des maladies cardiovasculaires,

- Apprenant les gestes de premiers secours,

- Installant des défibrillateurs au sein de l'entreprise.

« S'engager pour sauver des vies » en prenant en compte la santé de ses collaborateurs et contribuer à la création d'un environnement de travail favorable, tel est

le but de la Charte du Cœur.

Aussi, le Club des entreprises est destiné à faire vivre la Charte du Cœur. Il permet notamment d'évaluer les progrès réalisés en France en matière d'installation de défibrillateurs, de formation de la population et surtout de vies sauvées.

Il a également vocation à faciliter l'accès à l'information et le partage d'expériences pour aider les entreprises à tenir leurs engagements.

Pour Umanlife, il est impératif de réagir face à ce fléau en prenant sa santé en main : Le stress au bureau et dans
nos vies personnelles nous emmène souvent vers des modes de vie à bannir comme
:
le t
abagisme,
la
sédentarité,
ou encore
l'obésité.

À noter que les sportifs peuvent aussi être concernés par des AVC dû à des troubles du rythme cardiaque.

Ces comportements en hausse ces dernières années ne doivent pas être négligés car il s'agit là des trois principaux facteurs de risques de maladies grave s ou mortelle s .

Les bonnes pratiques

Le site de prévention Umanlife a été crée pour permettre à tout le monde de prendre sa vie en main et de faire un bilan régulier de son mod e de vie pour se responsabiliser et éviter de se négliger.

Une activité physique régulière, manger sainement, éviter ou ralentir la consommation de tabac, d'alcool etc...
Cela fait
maintenant plusieurs années que
tout le monde connait
les rè
gles d'une bonne hygiène de vie,
m
ais il n'est pas toujours facile de se suivre et de trouver la motivation nécessaire.

Ainsi, il est bon de se faire accompagner au quotidien dans cette démarche par des services de prévention, mais également par votre médecin.

Imad Abi Nasr, Cardiologue et membre du Comité d'Ethique de Umanlife, rajoute : « Les maladies cardiovasculaires sont responsables de 40 000 morts subites évitables en France, il est impératif d'apprendre à les prévenir avec Umanlife et la Charte du Cœur.
»

http://www.charteducoeur.fr/

A propos de Umanlife :

Umanlife est un tableau de bord digital qui permet, à travers un carnet de santé digital et des modules de suivi thématiques autour de l'hygiène de vie, de gérer facilement sa santé et son bien-être grâce à la technologie des objets connectés et des applications mobiles. Grâce à un algorith
me validé scientifiquement par le
Comité d'Ethique
créé par Umanlife
,
ce service de prévention
délivre
aux
utilisateurs des recommandations de bonne pratique et
propose d
u coaching personnalisé.

Umanlife se positionne également sur le modèle BtoB en proposant la mise à disposition et la personnalisation de la plateforme comme outil digital de prévention et de corporate wellness
.
http://
www.umanlife.com