

COMMUNIQUE DE PRESSE – PRIX CREAGIR 2015

Lutter contre le burnout grâce à nos cinq sens

Sous embargo jusqu'au 23 avril 2015 à 19h00

(Genève, 23 avril 2015) **Le prix Créagir 2015, doté de 6'000 francs, a été décerné à l'association « Les sens à soi » pour son approche novatrice dans la lutte contre le stress et le burnout. Fondée par quatre étudiant-e-s des HES genevoises, l'association propose une palette d'exercices à réaliser en entreprise ou dans la nature pour mieux se « déconnecter » des activités quotidiennes et se « reconnecter » aux valeurs essentielles.**

En Suisse romande, un actif sur deux se sent stressé au travail, relève une étude du SECO (Secrétariat d'Etat à l'économie) publiée en 2012 ; un phénomène désastreux au plan personnel et qui nuit aussi à la productivité au sein des entreprises. En jouant sur la stimulation de tous nos sens, l'association « Les sens à soi » apporte des réponses à trois niveaux. Individuel avec des exercices simples de cinq à dix minutes qu'on peut réaliser en entreprise ; collectif avec des animations ciblées lors de balades en nature ; interactif enfin, grâce à des bobines industrielles en bois, disposées dans les espaces verts des communes qui soutiendront le projet. Les activités proposées visent non seulement à reconnecter les personnes actives à leurs valeurs essentielles, mais aussi à recréer des liens à soi, à l'autre et à l'environnement.

Grâce à son approche pluridisciplinaire mêlant travail social, psychomotricité, gestion d'entreprise et communication visuelle, l'association « Les sens à soi » a été distinguée parmi les trois projets finalistes de cette édition, dont le jury a souligné la qualité. Elle répond parfaitement aux critères du prix Créagir : viabilité économique, forte valeur ajoutée sociale et environnementale, pluridisciplinarité. Le projet a été porté par quatre étudiant-e-s HES : Natacha Borsa et Juliette Descombes, de la Haute école de travail social (HETS), Steeve Dubois de la Haute école de gestion (HEG) et Mélissa Monnier de la Haute école d'art et de design (HEAD – Genève).

Remis jeudi 23 avril par François Abbé-Decarroux, directeur général de la HES-SO Genève, le prix Créagir est ouvert à toutes les écoles HES du canton, il récompense le meilleur projet interdisciplinaire dans le domaine du développement durable appliqué à la région et permet à l'association lauréate de développer concrètement ses activités. Il a déjà couronné les ruches urbaines d'APIDAE en 2013 et les jardins modulables de Delta-Kit en 2014.

Légende de la photo : L'équipe lauréate. De gauche à droite, Steeve Dubois, Juliette Descombes, Natacha Borsa et Mélissa Monnier. DR

Informations complémentaires

Natacha Borsa, présidente de l'association « Les sens à soi »
Tel 079 715 65 67, courriel : natacha.borsa@hesge.ch

Laurent Cornaglia, coordinateur du projet Créagir
Tel 079 245 89 05, courriel : laurent.cornaglia@maneco.ch

François Abbé-Decarroux, directeur général de la HES-SO Genève
Tel 022 388 6505, courriel francois.abbe-decarroux@hesge.ch

A propos de la HES-SO Genève

La HES-SO Genève est un acteur fondamental du tissu économique, social et culturel genevois. Ses six hautes écoles proposent des formations supérieures euro-compatibles, 27 bachelors et 16 masters. Ses 11 instituts de recherche participent à de nombreux projets régionaux, nationaux et internationaux et créent un lien solide avec d'importants partenaires économiques et institutionnels. Membre de la Haute Ecole Spécialisée de Suisse occidentale, la HES-SO Genève accueille 5'000 étudiants. Ses écoles sont : la Haute école du paysage, d'ingénierie et d'architecture, la Haute école de gestion, la Haute école d'art et de design, la Haute école de musique, la Haute école de santé et la Haute école de travail social.