

ENTREPRISES

DU 5 AU 11 JANVIER 2008 N° 8137

Santé. L'entreprise Météostress, qui vient de sortir de l'incubateur Midi-Pyrénées, propose le premier site internet de dépistage et de prévention du stress chronique.

Un site pour mesurer son stress

Alors qu'un salarié sur quatre souffre du stress, en 2002, une étude chiffrait le coût annuel pour les entreprises de l'Europe des 15 à 20 milliards d'euros.

Malgré l'importance des chiffres, « rien de concret n'existe face au stress », s'insurge le docteur Florence Bénichoux. Ce médecin au parcours atypique (elle a exercé dans un centre anticancéreux, collaboré aux pages santé du *Monde*, a versé dans la publicité avant de créer un cabinet de conseil en communication santé, puis d'être professeur à l'ESC Toulouse) est à l'origine, avec Nicole Dutheil, ostéopathe, de la création, en 2008, du site internet Météostress.

L'entreprise qui vient de sortir de l'incubateur de Midi-Pyrénées repose sur un concept simple: proposer aux particuliers des outils pour évaluer et prévenir leur stress et aux entreprises des formules pour mesurer l'état de stress au sein de leurs services. Différents modules sont ainsi mis à la disposition des

Face au stress chronique...

...Venez découvrir votre météo intérieure et améliorer votre qualité de vie

meteostress.com

Le 1^{er} site de dépistage et de prévention du stress chronique

particuliers: des outils de dépistage, un baromètre de l'humeur sous la forme d'un widget que l'on peut télécharger sur le bureau de son ordinateur, un disque de vie qui permet de repérer au fil du calendrier les événements stressants. « Tout ceci permet de faire des prévisions sur la journée et donc d'anticiper les choses », poursuit Florence Bénichoux. « Notre objectif est que tout le monde dispose d'un tableau de bord mensuel, et que cela serve comme outil de dialogue avec ses proches ou les professionnels de

santé ».

Le marché de l'entreprise, que cible également Météostress, pourrait être très prometteur lui aussi puisque, explique Florence Bénichoux, « les entreprises ont, depuis un accord interprofessionnel du 2 juillet 2008, l'obligation de mettre en place des outils de prévention du stress chronique. » Une « pression juridique » qui devrait inciter les chefs d'entreprise à offrir à leurs salariés des abonnements, mais pas seulement. « Les entreprises pourront également recevoir des don-

nées anonymes, des analyses et des recommandations adaptées à leur taille. »

« Le stress permet de développer les performances de l'entreprise, admet le médecin. En revanche, lorsqu'on dépasse un certain stade, il n'y a plus de performance ». Météostress devrait donc intéresser aussi bien les grands comptes que les PME qui pourront y trouver un « outil de suivi dans le temps, plus adapté qu'un simple audit qui n'offre qu'une photographie de la situation dans l'entreprise ou qu'un stage de gestion du stress dont les effets disparaissent au retour en entreprise ou encore que des séances de coaching très onéreuses. »

Florence Bénichoux qui ne dévoile pas encore les chiffres de fréquentation du site ouvert seulement depuis fin 2008, entend faire de Météostress « le site de référence ». Elle prépare déjà la traduction du site en anglais et souhaite l'internationaliser très rapidement.

AGNÈS BERGON