



COMMUNIQUÉ DE PRESSE

Puteaux, le 08 septembre 2026

A l'occasion de « Septembre Bouge », 1^{re} édition nationale dédiée à l'activité physique et sportive,

emeis réaffirme le rôle essentiel de l'activité physique dans le soin et l'accompagnement des personnes les plus fragiles avec le programme « Plus forts en mouvement »

À l'occasion de « Septembre Bouge », première édition nationale dédiée à l'activité physique et sportive organisée par le Ministère des Sports, de la Jeunesse et de la Vie associative et par le Ministère de la Santé, des Familles, de l'Autonomie et des Personnes handicapées, *emeis* présente son programme « Plus forts en mouvement », qui vise à promouvoir et à développer, tout au long de l'année, la pratique d'une activité physique adaptée dans les maisons de retraite, les cliniques de soins médicaux et de réadaptation (SMR), les cliniques de santé mentale et les activités d'aide à domicile.

Chaque jour, les équipes *emeis* accompagnent des personnes dont la vie a été fragilisée par l'âge, la maladie, un accident ou un trouble psychique. Dans ces parcours de vie, il y a une réalité : lorsque la fragilité s'installe, le mouvement est souvent ce qui recule en premier. Pourtant, le mouvement participe à prévenir les complications, à préserver l'autonomie, à soutenir la rééducation, à favoriser le rétablissement, à restaurer la confiance en soi et à maintenir le lien aux autres.

Valérie Carrat, Directrice Médicale France. *« Le mouvement fait pleinement partie du soin et de l'accompagnement. Il est présent aussi bien dans des activités dédiées que dans les gestes du quotidien, dans les efforts accompagnés, dans les progrès infimes. Les bénéfices d'une pratique régulière, adaptée aux capacités de chacun, notamment pour préserver les capacités physiques, la mobilité et l'autonomie et contribuer à réduire les symptômes de dépression et d'anxiété sont nombreux. Chaque progrès compte : remarcher après une hospitalisation, retrouver un geste du quotidien, maintenir son équilibre ou reprendre confiance en soi. L'enjeu n'est pas la performance, mais la capacité de chacun à rester acteur de son parcours. Avec le programme, "Plus forts en mouvements", nous valorisons encore plus toutes les initiatives d'activités physiques. »*

- **« Plus forts en mouvement » dans les maisons de retraite,** c'est préserver l'autonomie, entretenir les fonctions essentielles, faire du quotidien un espace où l'on continue, autant que possible, à agir par soi-même. Ainsi les résidents participent régulièrement à une activité physique adaptée : marche, gymnastique douce, exercices d'équilibre, danse, vélo, natation ou encore parcours moteurs.

- Dans les cliniques de soins médicaux et de réadaptation, le mouvement structure les parcours thérapeutiques et permet à chacun de reconstruire des capacités, de retrouver des repères, de reprendre le cours de sa vie.
- « Plus fort en mouvement » dans les cliniques de santé mentale, c'est lutter contre l'isolement, restaurer l'estime de soi, prévenir certaines rechutes et réduire les symptômes anxieux et dépressifs. Il est un appui thérapeutique au sein de stratégies non médicamenteuses.
- Dans les agences d'aide à domicile, le mouvement participe à maintenir l'autonomie et à améliorer la qualité de vie. Il favorise le maintien du lien social et la poursuite d'activités, chez soi ou à l'extérieur, afin de lutter contre l'isolement.

Dans l'ensemble des établissements du Groupe, les équipes proposent un mouvement adapté, progressif, sécurisé, pensé pour chaque personne fragilisée, aux différentes étapes de son parcours. Cette approche est collective. Elle mobilise toutes les équipes : aides à domicile, médecins, aides-soignants, auxiliaires de vie, animateurs, équipes de rééducation, psychomotriciens, ergothérapeutes etc. Cette culture du mouvement bénéficie également aux équipes en établissements et au siège, à travers la mise en place d'actions de prévention, notamment des exercices d'échauffement visant à prévenir les troubles musculosquelettiques (TMS) et à favoriser la qualité de vie au travail.

Avec « Plus forts en mouvements », emeis promeut le soin à travers l'activité physique et les gestes du quotidien.

Pour en savoir plus sur notre programme et découvrir nos contenus dédiés : [Plus forts en mouvement](#)





A propos de emeis

Avec près de 84 600 experts et professionnels de la santé, du soin, et de l'accompagnement des plus fragiles, *emeis* est présent dans 19 pays et couvre cinq métiers : les cliniques de santé mentale, les cliniques de soins médicaux et de réadaptation, les maisons de retraite, les services et soins à domicile et les résidences services.

emeis accueille chaque année près de 290 000 résidents, patients et bénéficiaires. *emeis* s'engage et se mobilise pour relever un des enjeux majeurs de nos sociétés : l'augmentation du nombre des populations fragilisées par les accidents de la vie, par le grand âge ou encore par les maladies mentales.

En juin 2025, *emeis* est devenu société à mission, inscrivant dans ses statuts quatre engagements : *œuvrer au changement de regard sur les plus fragiles et leurs proches pour une véritable inclusion ; contribuer à la juste reconnaissance et à l'attractivité de nos métiers ; faire du soin aux plus fragiles, une contribution majeure au lien social de proximité et à la cohésion territoriale ; et innover pour contribuer à un soin respectueux de la planète et du vivant.*

emeis, détenue à 50,2% par la Caisse des Dépôts, CNP Assurances, MAIF et MACSF Epargne Retraite, est cotée sur Euronext Paris (ISIN : FR001400NLM4) et membre des indices SBF 120, CAC Mid 60 et CAC All-Tradable.

Site : www.emeis.com

Contacts presse

Isabelle HERRIER NAUFLE

Directrice relations presse &

e-reputation

07 70 29 53 74

isabelle.herrier@emeis.com

Hugo LE MONTREER

Attaché de presse

07 88 98 90 47

Hugo.lemontreer@emeis.com

