

MASAK

Mental And Stress Assessment Kit



*La première solution
d'évaluation objective du
bien-être mental et physique*



Projet labellisé
**Parlons
santé
mentale!**
GRANDE CAUSE NATIONALE
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

by beScored

Édito

Notre démarche repose sur une expertise scientifique reconnue, issue des exigences du sport de haut niveau. Fort de six accompagnements aux Jeux Olympiques et de la direction du département de la recherche de l'INSEP, ce parcours a permis de structurer une approche méthodique et fondée sur des données probantes.

Au sein de beScored, nous avons ainsi développé un dispositif d'évaluation de la santé mentale et physique, issu de travaux de recherche menés à l'interface de plusieurs disciplines : chirurgie, neurosciences, psychologie du travail, ergonomie et performance sportive.

Cet outil innovant permet d'accéder à une mesure objective et multidimensionnelle de l'état de bien-être mental et physique de chaque collaborateur, en s'appuyant sur des indicateurs validés. **Agrégées à l'échelle de l'entreprise, ces données deviennent un véritable outil de pilotage : pour identifier les signaux faibles, prioriser vos actions de prévention et prendre des décisions RH éclairées.**



“

Nous avons mis au point un dispositif innovant permettant d'accéder à l'évaluation de la santé mentale d'un point de vue objectif

Christophe HAUSSWIRTH

”

MASAK
Mental And Stress Assessment Kit
by beScored

Éléments de contexte

Épuisement professionnel, douleurs, charge mentale, stress et sommeil :
au coeur des enjeux de santé et de performance au travail.

64%

Stress & anxiété

En 2025, près de 64% des salariés déclarent ressentir du stress au moins une fois par semaine, et 11% affirment y être confrontés quotidiennement. Plus largement, le stress et l'anxiété touchent l'ensemble de la population, avec près de 6 Français sur 10 se déclarant stressés, confirmant une tendance à la hausse.

30%

Douleurs chroniques

En France, les douleurs chroniques constituent un enjeu de santé majeur, y compris dans le monde du travail. Près de 30% des adultes en souffrent, dont une part importante de salariés en activité. Ces douleurs impactent directement la qualité de vie, la concentration et la capacité à maintenir une performance durable.

40%

Sommeil

En France, le sommeil des actifs est largement dégradé. En 2026, les Français dorment en moyenne 6h50 en semaine, un temps en baisse continue d'une année sur l'autre et insuffisant pour la récupération. Par ailleurs, près de 40% de la population déclare souffrir d'au moins un trouble du sommeil, dont l'insomnie reste le plus fréquent.

40%

Vitalité

En France, les indicateurs de vitalité des salariés traduisent une fragilisation progressive. Près de 40% des actifs déclarent un niveau de fatigue élevé ou très élevé au travail, tandis que près d'un salarié sur deux rapporte une perte régulière d'énergie ou de motivation au quotidien.

Charge mentale

En France, la charge mentale au travail concerne une large majorité des salariés. En 2025, près de 7 actifs sur 10 déclarent une surcharge mentale régulière liée à leur activité professionnelle, et plus de 40% évoquent des difficultés à gérer simultanément priorités, interruptions et sollicitations multiples.

Cette pression cognitive s'inscrit dans un environnement de travail de plus en plus exigeant, marqué par l'intensification des rythmes, la fragmentation des tâches et la multiplication des interactions numériques. Elle constitue aujourd'hui un déterminant central de la santé mentale et physique ainsi que de la performance durable en entreprise.

La première solution tout-en-un

Une évaluation complète comprenant une douzaine de tests cognitifs, mentaux et de vitalité en moins de 20 minutes, avec rapport instantané.



Le MASAK permet d'évaluer la fatigue mentale, les douleurs musculaires, le stress et la qualité du sommeil des salariés. **Ces données, strictement individuelles, peuvent être exploitées de manière collective pour orienter vos actions en entreprise.**

Bilan "bien-être mental et physique"

Le paradigme social des entreprises a changé

Le recrutement et la **fidélisation des salariés** sont devenus plus difficiles, avec près de 15% des effectifs renouvelés chaque année et des candidats désormais plus sélectifs dans le choix de leur entreprise.

La **qualité de vie au travail**, les valeurs humaines, les perspectives d'évolution et les avantages bien-être sont déterminants pour 82% d'entre eux. Par ailleurs, la **démarche RSE** est aussi un critère important pour 75% des collaborateurs, dont 13% la considèrent comme prioritaire.

L'intérêt du MASAK en entreprise

- 1** Le salarié évalue son état de bien-être mental et physique de façon régulière à partir de données objectives individuelles.
- 2** L'entreprise prend soin de ses collaborateurs dans une démarche bienveillante et s'appuie sur des données collectives pour mettre en œuvre des actions visant à améliorer le bien-être au travail.
- 3** Les actions menées vers les collaborateurs sont une source de motivation, d'engagement et de fidélité.

Les indices MASAK



Qualité de sommeil

Questionnaires validés scientifiquement afin d'évaluer la qualité de sommeil



Équilibre énergétique

Mesure des paramètres cardiaques (fréquence cardiaque et indices de variabilité de la fréquence cardiaque) afin d'évaluer objectivement le niveau de vitalité et de forme des personnes



Forme physique

Utilisation d'outils innovants pour quantifier les douleurs musculaires et articulaires perçues ainsi que la charge de travail physique et le bien-être général

Score de douleurs **23**



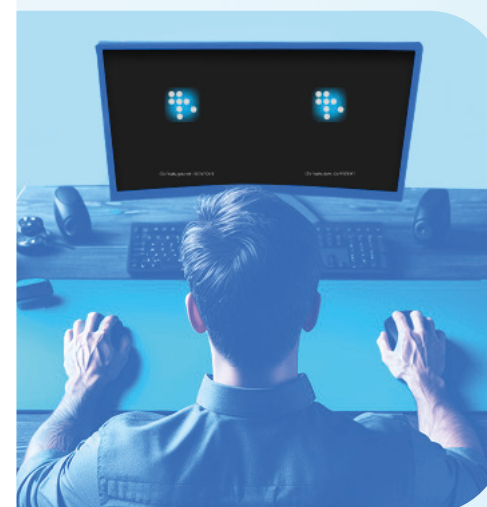
Forme mentale

Mesure objective de la fatigue mentale et de la charge de travail à l'aide d'une tâche informatisée validée scientifiquement (i.e. tâche de saccades guidées) évaluée au moyen d'un oculomètre à haute fréquence.



Équilibre émotionnel

Questionnaires d'appréciation des niveaux de stress et d'anxiété, ainsi que la mesure de l'état de stress par la dilatation pupillaire



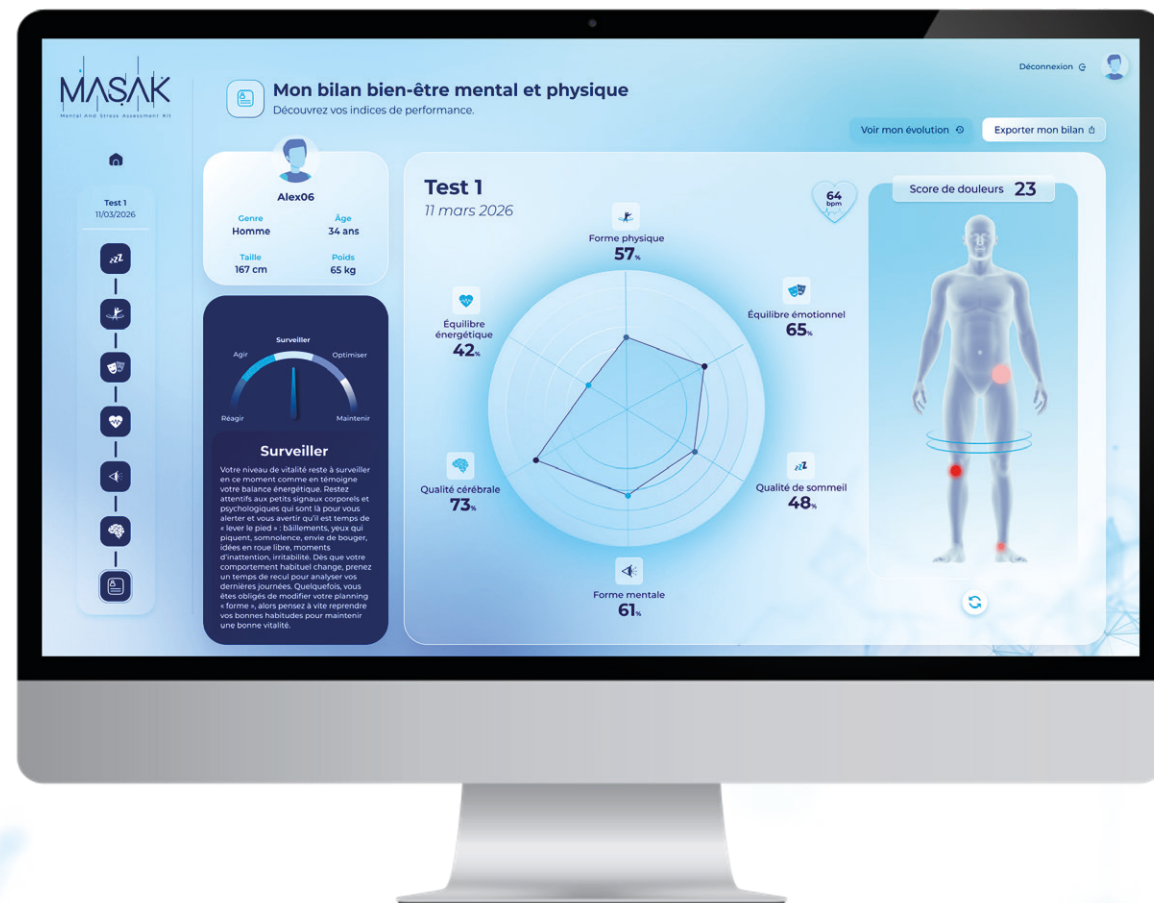
Qualité cérébrale

Évaluation des fonctions cognitives (mémorisation, attention, concentration) à l'aide de trois tests proposant des contraintes temporelles différentes. Chaque tâche a été standardisée sur la base des données collectées au cours de nos propres investigations cliniques.

Le bilan collaborateur



Bilan individuel de l'état de bien-être mental et physique



Ce bilan devient un moyen d'échanges avec les acteurs de la prévention au sein des entreprises.

Le bilan entreprise



Bilan collectif de l'état de bien-être mental et physique

Identification des enjeux et des leviers d'action

Indicateurs RPS

Quantification des niveaux de stress, de fatigue mentale et des capacités de concentration

Identification des principaux facteurs de stress et de charge mentale

- Environnement de travail
- Rythme de travail
- Tensions internes/externes
- Surcharges d'informations
- Raisons personnelles

Segmentation par domaine / département / poste

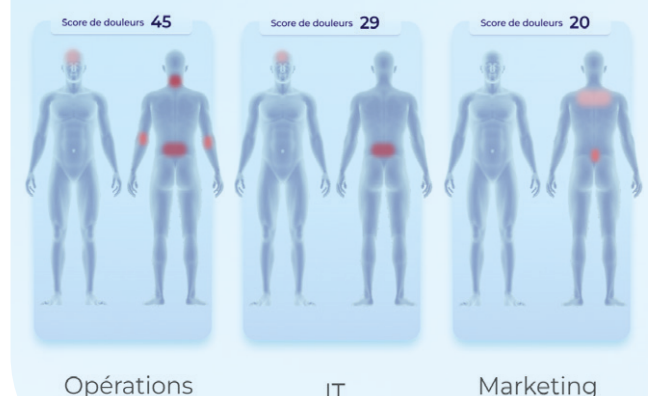


Indicateurs TMS

Cartographie précise des zones douloureuses

Repérage des zones du corps les plus impactées et des causes associées

- Ergonomie du poste
- Gestes répétés
- Sédentarité / manque d'activité
- Raisons personnelles



Énergie & Performance

- Quantification de niveau de vitalité et de la qualité du sommeil des collaborateurs
- Baromètre de l'état de bien-être mental et physique
- Accompagnement au ciblage des actions prioritaires



Notre Conseil Scientifique et Médical (CSM)

Une équipe fondatrice soudée portée par trois chercheurs en sciences du sport et de la santé pour piloter stratégie, tech et opérations.



Dr. Christophe Hausswirth, PhD, HDR (CEO)

Fondateur et dirigeant de beScored, Christophe porte une vision stratégique ambitieuse pour le MASAK, avec l'objectif de transformer durablement l'évaluation du bien-être mental et physique grâce à une approche scientifique et technologique intégrée. Membre associé à l'Université Bourgogne Europe, à l'Université de Côte d'Azur, et adjunct Professor à l'Université Technologique de Sydney (Australie) et fort de 20 ans d'expérience à la tête du département Recherche de l'INSEP, où il a accompagné six Jeux Olympiques, il mobilise aujourd'hui son important réseau international pour accélérer le développement et le rayonnement du MASAK.



Dr. Alexandre Coste, PhD (CTO)

Docteur en sciences du mouvement humain, Alexandre a développé une expertise pointue dans l'évaluation ergonomique des dispositifs médicaux, intégrant les dimensions biomécaniques, neurophysiologiques et cognitives. En tant que CTO, il supervise le développement technologique du MASAK, garantissant l'intégration optimale des avancées scientifiques et des innovations logicielles pour offrir une solution performante et fiable.



Dr. Geoffrey Millour, PhD (COO)

Docteur en sciences du sport et membre externe du laboratoire MIP (Nantes Université), Geoffrey est reconnu pour son expertise dans le sport de haut niveau, en particulier dans l'analyse physiologique et biomécanique de la performance. Il consacre désormais ses travaux à l'optimisation des approches innovantes favorisant le bien-être global. Il pilote l'ensemble des études scientifiques menées au sein de beScored, qui alimentent directement le développement du MASAK.

Une vision globale de la santé mentale et physique, portée par un board alliant médecins spécialisés en psychiatrie, sommeil, biologie, neurosciences et performance humaine.



Dr. François DUFOREZ, MD
Médecin du sommeil
Fondateur de l'European Sleep Center (ESC)



Dr. Xavier Bigard, MD, PhD
Membre de l'académie de médecine
Médecin en chef de l'Union Cycliste Internationale



Dr. Cyril Schmit, PhD
Neuroscientifique
chercheur associé à l'Institut du Cerveau



Dr. Vincent Raimondi, MD
Médecin biologiste
Fondateur d'Infinite Health et ancien DG de Cerballiance



Marc Laidet
CEO Secteur Santé,
Président FHP psy, Vice-président Acteurs de la Prévention



Dr. Laurent Morasz, MD
Psychiatre
Fondateur du Groupe Clinipsy et du Groupe Ykoé

Ils témoignent



Le MASAK associe l'expertise du sport de haut niveau et de la recherche appliquée en santé pour améliorer le bien-être au travail. Une solution innovante pour accompagner dirigeants, salariés et entrepreneurs dans le cadre de notre Service de Santé au Travail.

Éric DELLACASA
Directeur Général AMETRA06 (Service de Santé au Travail)

“

Nous travaillons avec beScored depuis 5 ans. Nous avons vu l'évolution du MASAK et son intérêt pour évaluer la fatigue de nos chirurgiens. Désormais, nous installons ce dispositif dans les tours J&J pour nos salariés afin d'évaluer leur Santé mentale et physique

Fabrice DEGENEVE
Managing Director – Johnson & Johnson MedTech Benelux



”

Ils nous font déjà confiance

Johnson & Johnson

ykoé
Innovation en santé mentale

THALES
Building a future we can all trust

SOLIA
Solutions

imes

CENTRE THERMAL
Avène

ametra06
la santé au travail

ergomotion®

Mood
House

RT
RELAIS THALASSO
THALASSO & SPA - WELLNESS HOTEL

ACQS
AX-LES-THERMES

LPG

Boost
by Borlee

Cryorecup

BIOPTRON+

CAPSIX
ROBOTICS

CRYOCENTER
Basel

MECOTEC
FREEZING TECHNOLOGY

European
sleep
center
PARIS

INTUITIVE.

Maison Epigenetic
Paris

STENDO

VITAL TECH

L'OCCITANE
EN PROVENCE

Intéressé.e
par une démo du
MASAK
Mental And Stress Assessment Kit
by beScored



Contactez-nous !

-  bescored.fr
-  contact@bescored.fr
-  Scan me !

