



Communiqué de presse  
11 janvier 2023

## Plaisir de l'hiver n° 3 : STEF et l'Équipe de France de biathlon vous aident à passer le Blue Monday avec le sourire

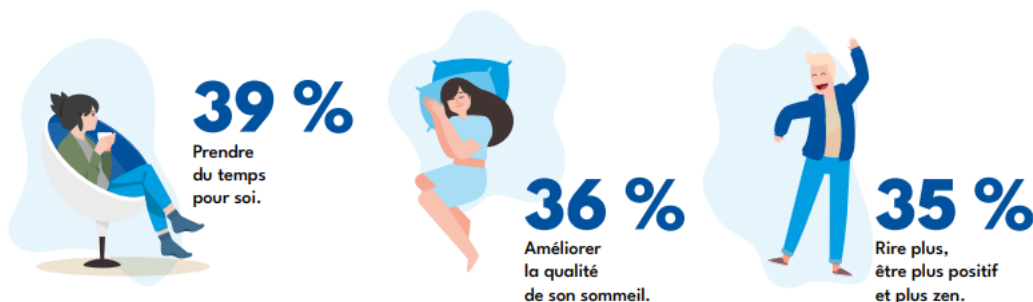
STEF, leader européen des services de logistique et de transport de produits alimentaires, a récemment lancé une campagne de mobilisation pour mieux aimer et protéger l'hiver avec la complicité du staff et des athlètes de l'Équipe de France de biathlon. Après avoir accompagné le lancement de la saison de biathlon avec une recette réconfortante puis avoir lancé un défi sportif pour garder la forme et le moral pendant l'hiver, STEF propose aux Français et aux Françaises de booster leur enthousiasme lors du Blue Monday, le troisième lundi du mois de janvier, réputé comme le jour le plus déprimant de l'année.

STEF a mené une étude avec Kantar pour comprendre le rapport des Français à l'hiver. Il en ressort que près de la moitié des Français et des Françaises associent cette saison à des termes négatifs. Cela corrobore le concept du Blue Monday, 3<sup>e</sup> lundi de janvier, considéré comme le jour le plus déprimant de l'année. Les fêtes de fin d'année sont passées, le week-end semble déjà loin, le soleil se couche encore tôt et la météo est rarement clémente : tous les ingrédients sont réunis pour faire du Blue Monday une journée que l'on traverse en faisant grise mine. Face à cela, STEF et l'Équipe de France de biathlon souhaitent aider les Français et les Françaises à conserver leur enthousiasme pour mieux aimer l'hiver et prendre conscience de l'impact du changement climatique sur cette saison.

### Prendre soin de son moral pour mieux aimer l'hiver

Si les Français et les Françaises sont globalement préoccupés par les enjeux climatiques, ils ont néanmoins besoin de se sentir bien physiquement et mentalement pour s'engager en faveur de l'hiver. 45 % d'entre eux pensent que la saison est particulièrement propice à passer plus de temps avec les gens qu'ils aiment et plus d'un tiers ont aussi de bonnes résolutions centrées sur leur bien-être pour mieux apprécier l'hiver. C'est pourquoi STEF et l'Équipe de France de biathlon ont choisi le Blue Monday pour partager avec les Français et les Françaises leurs astuces pour être de bonne humeur, garder son enthousiasme tout au long de la journée, et dissiper la morosité qui pourrait s'installer.

Cet hiver les Français ont besoin d'enthousiasme et de prendre plus de temps pour eux.

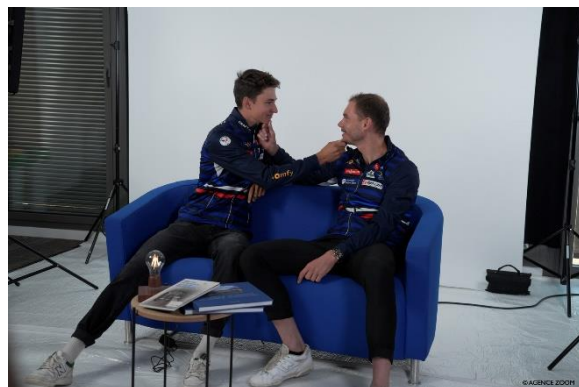
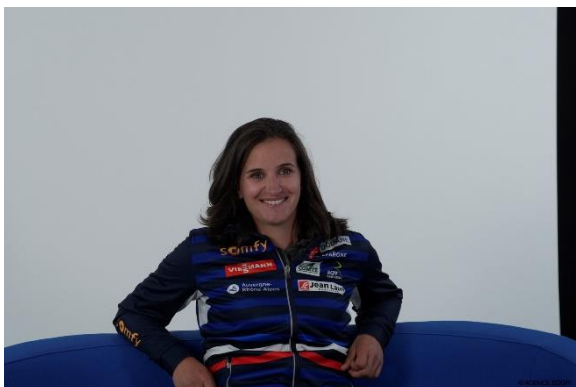


[Cliquez ici pour en savoir plus sur le rapport des Français à l'hiver](#)

« L'enthousiasme est une valeur que l'on retrouve à la fois chez les biathlètes et les équipes de STEF et qui est nécessaire pour se motiver, entretenir l'esprit d'équipe et donner du sens au travail. Nous sommes convaincus que les Français vivront d'autant mieux l'hiver et auront d'autant plus envie de protéger cette saison s'ils cultivent leur enthousiasme pendant ces quelques mois de l'année qu'ils trouvent plus déprimants. C'est ce qui a motivé notre envie de partager avec eux quelques astuces pour se lever du bon pied le matin, des occasions pour rire ou encore des rituels pour mieux dormir. » explique Céline Audibert, Directrice de la communication du Groupe STEF.

### Des astuces pour booster son enthousiasme cet hiver

Avec la complicité de l'Équipe de France de biathlon, et épaulés par Pauline Neyrolles, autrice du livre « Healthy, mais pas trop » et créatrice de contenus, STEF propose une série de vidéos et de publications sur les médias sociaux pour se réveiller de bonne humeur, faire du rire un facteur de bien-être et mieux dormir pour être en forme. À découvrir notamment : qui sont les lève-tôt et les lève-tard de l'Équipe de France ? Quel biathlète a le rire le plus drôle ? Qui a toujours le mot pour rire dans l'équipe ? Et un maximum de conseils bien-être sur le compte Instagram [@paulineneyrolles](https://www.instagram.com/paulineneyrolles) pour remplacer le Blue Monday par une bonne dose d'enthousiasme.



[Cliquez ici pour voir les vidéos](#)

### STEF s'associe à l'Équipe de France de biathlon pour nous faire aimer l'hiver

STEF a souhaité donner de l'impact et du sens à son partenariat avec l'Équipe de France de biathlon au travers d'une campagne de mobilisation en faveur de l'hiver. Dictée par une préoccupation partagée de l'impact du changement climatique sur l'écosystème de la montagne et de ses acteurs alimentaires dont STEF est le partenaire logistique, cette campagne vise à partager les plaisirs de l'hiver avec l'ambition de faire aimer cette saison au plus grand nombre. Celle-ci s'articule autour de quatre thèmes :

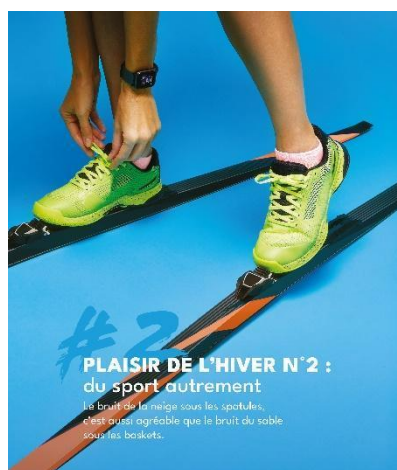
- le plaisir par l'alimentation, le secteur d'activité dans lequel évoluent STEF et ses clients ;
- la motivation dans le sport, spécialité de la Fédération Française de Ski ;
- l'enthousiasme - une valeur commune aux équipes STEF et à l'Équipe de France de biathlon - mis au service du bien-être ;
- et la solidarité, pour renforcer nos liens au service de la communauté.



**STEF ET L'ÉQUIPE DE FRANCE DE BIATHLON S'ASSOCIENT POUR VOUS FAIRE AIMER L'HIVER.**  
 Nous sommes convaincus que plus on aime l'hiver, plus on aura envie de le protéger contre le changement climatique.  
**Ensemble partageons les plaisirs de l'hiver !**



BIATHLON DE FRANCE



**STEF ET L'ÉQUIPE DE FRANCE DE BIATHLON S'ASSOCIENT POUR VOUS FAIRE AIMER L'HIVER.**  
 Nous sommes convaincus que plus on aime l'hiver, plus on aura envie de le protéger contre le changement climatique.  
**Ensemble partageons les plaisirs de l'hiver !**



BIATHLON DE FRANCE



**STEF ET L'ÉQUIPE DE FRANCE DE BIATHLON S'ASSOCIENT POUR VOUS FAIRE AIMER L'HIVER.**  
 Nous sommes convaincus que plus on aime l'hiver, plus on aura envie de le protéger contre le changement climatique.  
**Ensemble partageons les plaisirs de l'hiver !**



BIATHLON DE FRANCE

**Pour en savoir plus : téléchargez ici le dossier de presse : [ici](#)**

#### À propos du Groupe STEF

STEF est un pure player de la supply chain alimentaire. Sa mission est d'approvisionner les populations en produits alimentaires. Une responsabilité majeure qui s'appuie sur une histoire riche de plus de 100 ans. Aujourd'hui, STEF réunit un ensemble d'expertises qui en fait le leader européen des services de transport, de logistique et conditionnement sous température contrôlée dédiés aux produits alimentaires. Avec ses clients de l'industrie, de la distribution et de la restauration hors domicile, STEF œuvre pour construire une supply chain toujours plus agile et connectée en réponse aux évolutions des modes de consommation et à la transformation des canaux de distribution, du commerce de proximité, à la grande surface et au e-commerce. Son plan stratégique 2022-2026 « Engagés pour un avenir durable » place le « care » au cœur de ses relations avec l'ensemble de ses parties-prenantes internes comme externes ainsi qu'au centre de sa démarche climat. STEF compte plus de 22 000 collaborateurs et plus de 270 sites implantés dans 8 pays européens. En 2022, STEF a réalisé un chiffre d'affaires de 4,3 milliards d'euros.

Contact media : Sport Market – Cloé BAHUAUD // cbahuaud@sportmarket.fr // +33 6 32 69 17 49

STEF - Catherine MARIE // catherine.marie@stef.com // +33 6 35 23 10 88