

Qualité de Vie au Travail
Impact économique de l'Activité Physique et
Sportive (APS) sur l'entreprise, le salarié et la
société civile

Préambule

- **Définition d'une activité physique et sportive (APS):**
 - L'Activité Physique et Sportive correspond ici à toute forme d'exercice physique volontaire que la vie quotidienne n'impose pas (assouplissements, gymnastique, sport en général).
- **Précautions à envisager pour obtenir des impacts positifs optimums dans le cadre de la pratique d'une APS:**
 - **Il faut une APS adaptée selon l'âge, le sexe, la santé et la condition physique de l'individu** pour éviter la survenue de lésions aiguës (fracture, luxation, traumatisme crânien, rupture des ligaments croisés, entorse) ou chroniques (tendinite de l'épaule pour la natation, tendinopathies du genou et de la cheville pour le vélo ou la course à pied).
 - **Il faut une APS progressive** surtout pour les individus qui ne pratiquent aucune APS.
 - **Il faut des conditions de sécurité adaptées** à la nature de l'APS (qualité des infrastructures, matériel, exercices d'échauffement...).
 - **Et enfin, une APS couplée à de bons comportements en matière de nutrition** augmentent les effets positifs sur la santé de l'individu.

Modèle Entreprise

Mesure de l'impact de l'APS:

- Quel est l'impact de l'APS?

**P S
R P
A O
T R
I T
Q I
U V
E E**

SERENITE

L'APS baisse le stress. Statistiquement les personnes qui font du sport ont de meilleurs résultats aux tests de stress.

APTITUDES

La pratique sportive permet de diminuer le risque d'avoir une maladie (cardiovasculaire, respiratoire, musculo-squelettique...) et elle améliore la forme physique de l'individu.

MOTIVATION

Le fait que l'entreprise propose une offre sport, augmente la motivation des salariés pour travailler dans cette entreprise.

ABSENTEISME

L'APS permet de réduire le risque de maladies physiques et psychologiques et donc le nombre de jours d'absence. Elle permet d'augmenter la motivation à travailler dans l'entreprise et donc l'absentéisme injustifié.

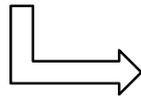
TURNOVER

L'APS permet de réduire le risque de maladies physiques et psychologiques et donc le nombre de démissions lié à ces maladies. Elle permet d'augmenter la motivation pour travailler dans l'entreprise et donc diminue les démissions pour démotivation.

Modèle Entreprise

Modèle de productivité:

- Quelle est la relation entre les critères et la productivité ?



À propos de l'impact de l'offre APS sur la motivation

Réalisation d'une matrice de l'offre APS au sein des entreprises (basé sur le Guide Sentez-vous Sport du CNOSF / MEDEF)

Niveau 1

- L'entreprise facilite la pratique du sport pour le salarié. Aucun investissement n'est réalisé par l'entreprise.

Δ Efficacité x 1

Niveau 2

- L'entreprise met à disposition des outils pour permettre la pratique du sport en entreprise. Investissement moyen-faible en terme de temps et d'argent.

Δ Efficacité x 1,05

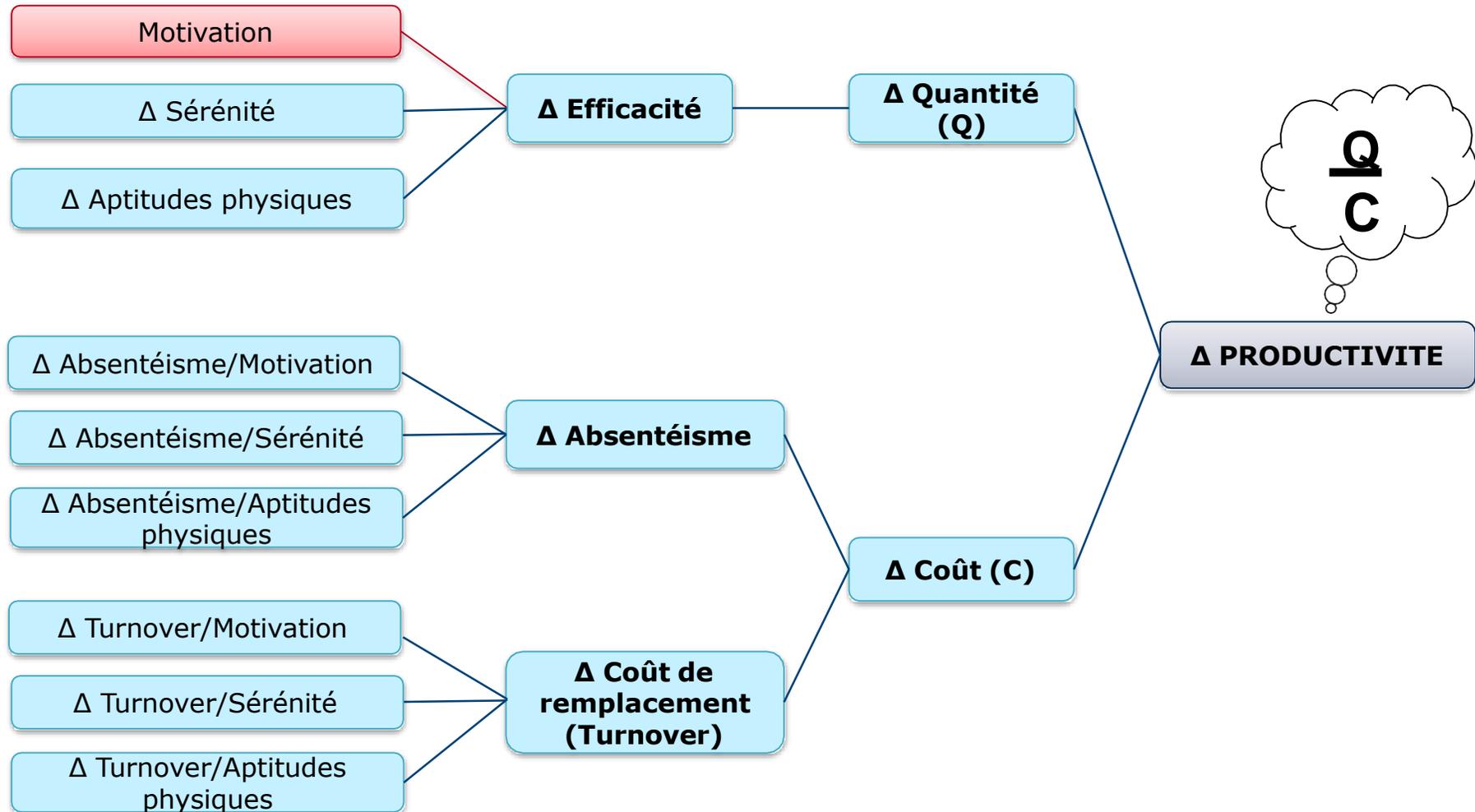
Niveau 3

- L'entreprise internalise l'offre sport. Investissement conséquent.

Δ Efficacité x 1,1

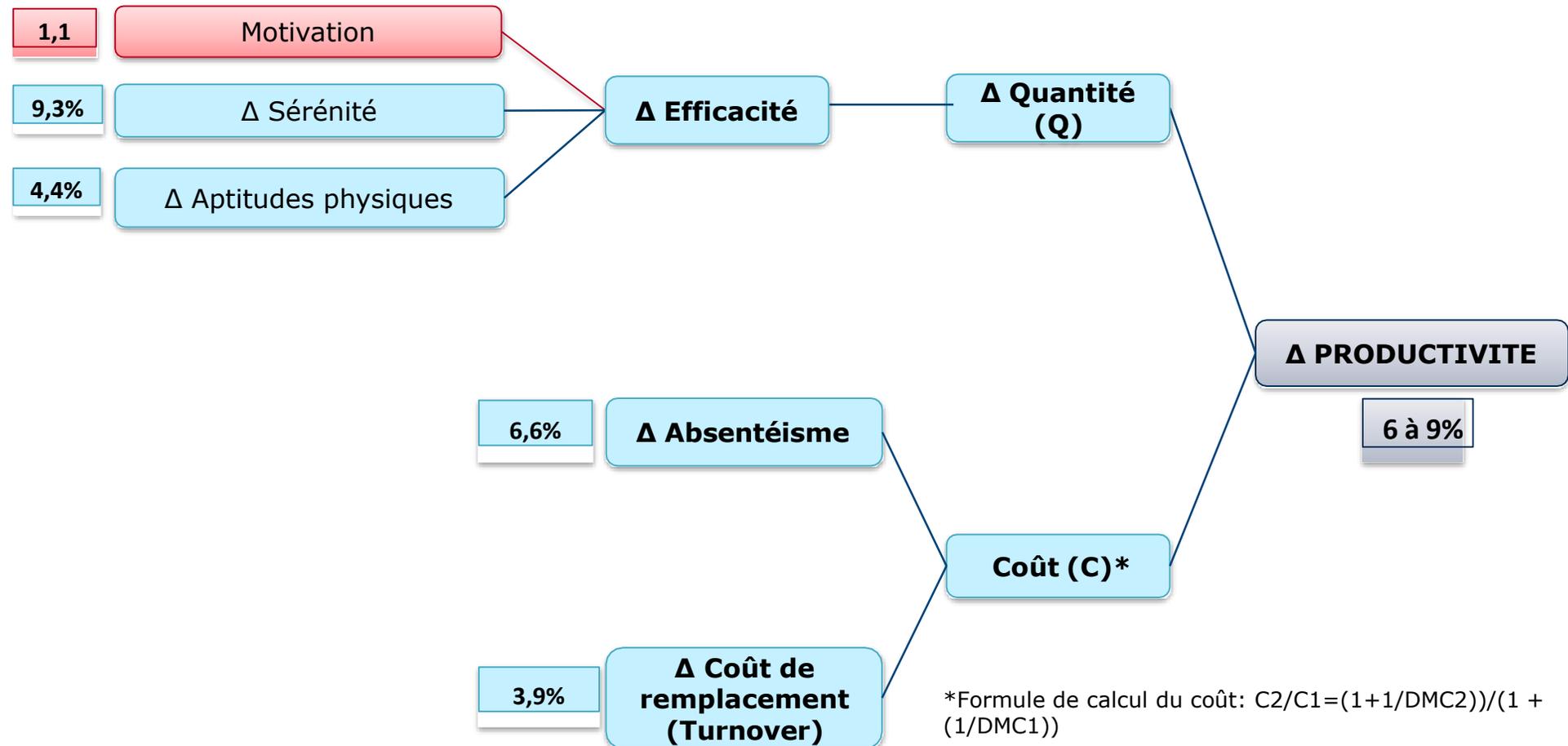
Modèle Entreprise

- **Modèle final incluant seulement les critères impactés par l'APS.**

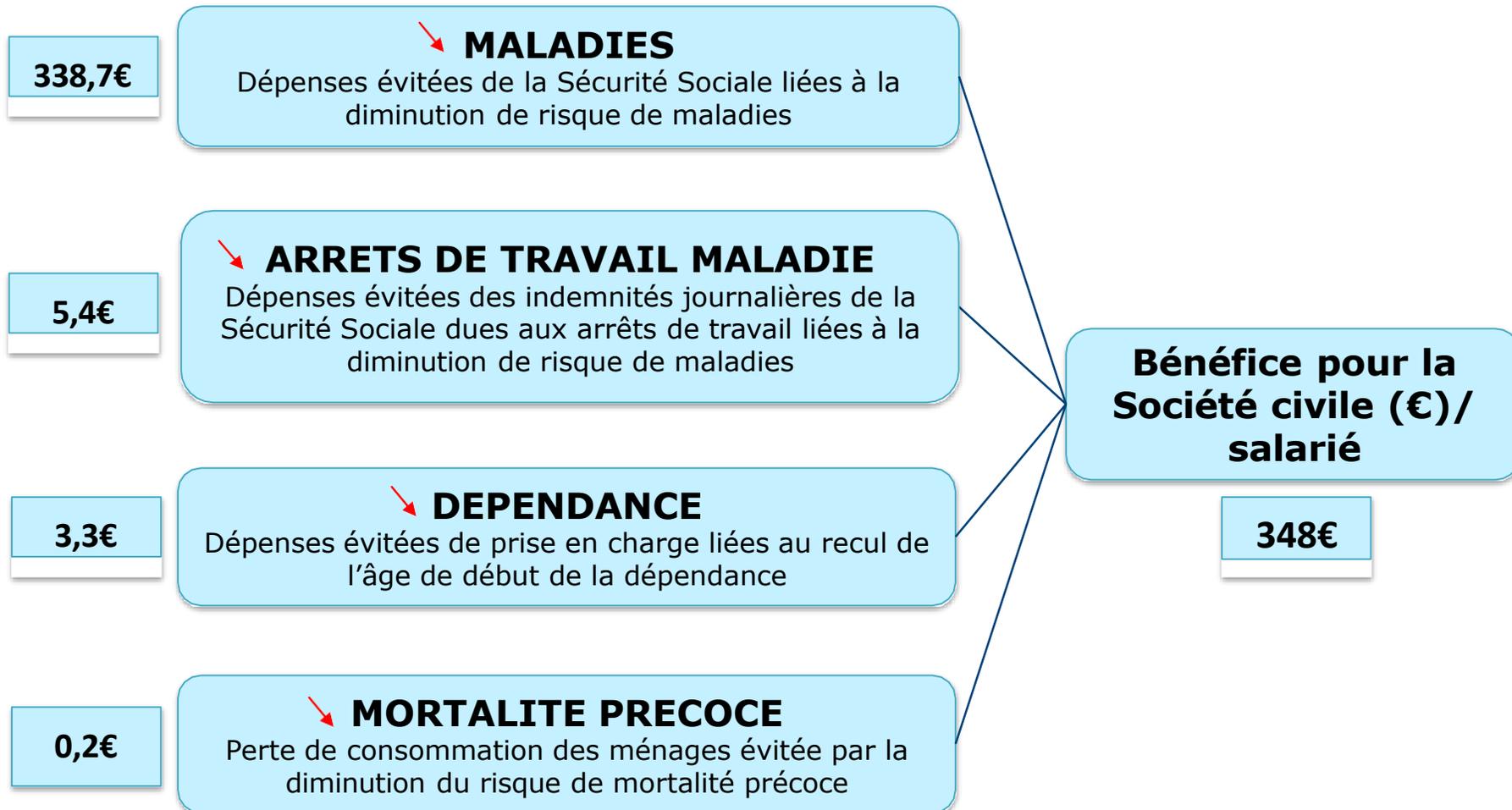


Modèle Entreprise

La productivité augmente en fonction de l'intensité de la pratique sportive
Et du niveau l'engagement:



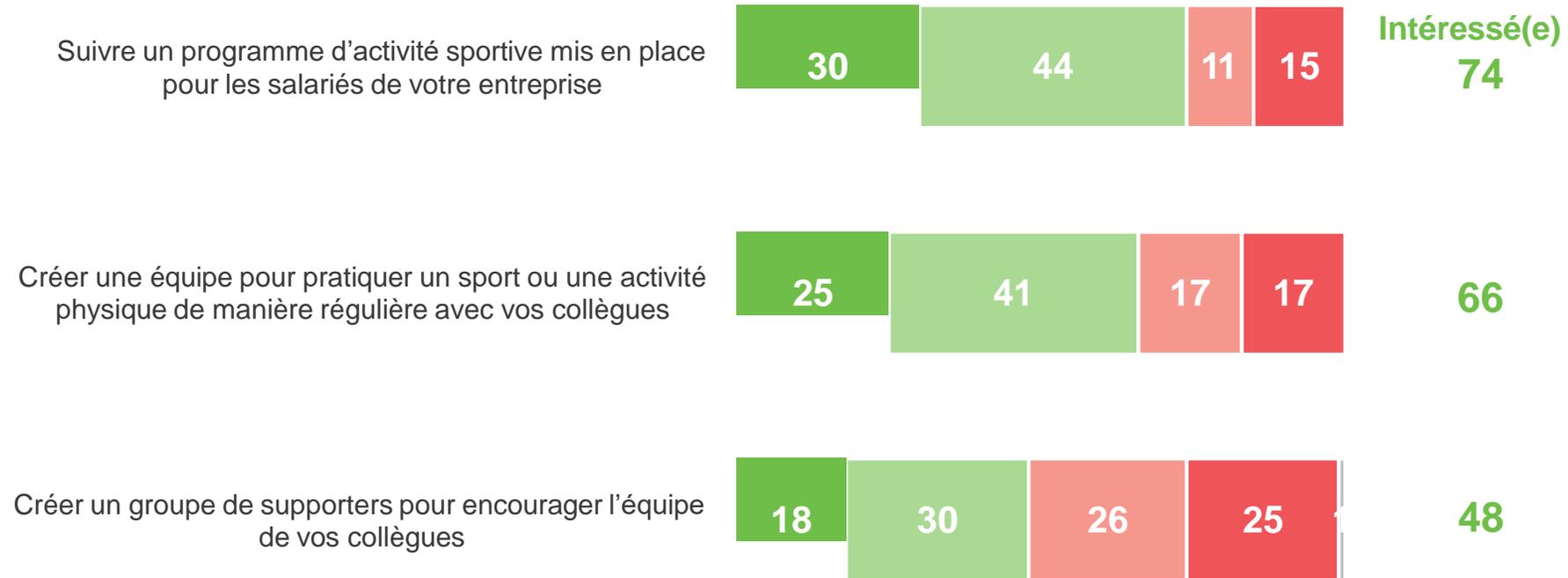
Modèle salarié et société civile



Sondage Harris Interactive: 3 salariés sur 4 se déclarent intéressé(e)s pour suivre directement un programme d'activité sportive mis en place par leur entreprise.

Plus précisément, au sein de votre entreprise, seriez-vous intéressé(e) ou pas intéressé(e) par chacune des propositions suivantes ?

- À tous, en % -



■ Très intéressé(e)

■ Plutôt intéressé(e)

■ Plutôt pas intéressé(e)

■ Pas du tout intéressé(e)

■ Ne se prononce pas

Les financements

- Financement CE ,Salarié, entreprise.
- Financement Organisme Paritaire Collecteur: OPCO en assimilant la pratique physique à la formation si le professionnel du sport est reconnu comme organisme de formation

La pratique

- Individualisée ou collective
- Tests: analyse individualisée des problèmes de santé (troubles musculo squelettiques, respiratoires, cardiaque...) et adaptation des programmes.
- Lieux variés:
 - Espace dans l'entreprise(salle de sport, de conférence...)
 - Extérieur(sur les chantiers échauffement, dans des parcs...)