



BAROMÈTRE 2024 DU SPORT EN ENTREPRISE

En Occitanie, 86 % des salariés estiment qu'une entreprise qui propose du sport à ses collaborateurs est une entreprise qui se préoccupe de leur bien-être

Occitanie, le 24 juin 2024 – Harmonie Mutuelle et Amaury Sport Organisation (A.S.O) dévoilent les résultats de leur baromètre consacré au sport en entreprise¹, réalisé avec l'Institut CSA, en région Occitanie.

Selon l'étude, alors que 28 % des salariés ne pratiquent aucune activité physique, ces derniers manifestent un fort intérêt pour la pratique d'une activité physique dans le cadre professionnel : 56 % des collaborateurs dont l'entreprise ne propose pas d'offre sportive souhaiteraient ainsi qu'elle le fasse et 86 % des salariés sondés dans la région estiment qu'une entreprise qui propose du sport à ses collaborateurs est une entreprise qui se préoccupe leur bien-être.

Le baromètre interroge également, à l'échelle nationale, les dirigeants sur leur perception du sport en milieu professionnel. Ceux qui l'ont mis en place se réjouissent de son impact positif sur le bien-être au travail des salariés (75 %), sur leur capacité à travailler en équipe (53 %) et même sur l'engagement des salariés (30 %). Toutefois, parmi ceux qui voudraient proposer à leurs salariés une offre de sport, certains rencontrent des difficultés dans la mise en place d'activités sportives, faute de temps, de moyens financiers ou humains.

LES CHIFFRES CLÉS DU BAROMÈTRE

Du côté des salariés (chiffres Occitanie) :

- Pour **84 %** des salariés d'Occitanie, le sport permet d'avoir une bonne condition physique et pour **66 %** une meilleure santé mentale.
- Pour **86 %** des salariés, une entreprise qui propose du sport à ses collaborateurs est une entreprise qui se préoccupe de leur bien-être.
- Pour **86 %**, c'est une entreprise qui réduit leur stress.
- Pour **88 %**, c'est une entreprise qui lutte contre l'isolement des salariés et pour **84 %**, c'est une entreprise qui renforce la cohésion entre les équipes.
- Pour **82 %**, c'est une entreprise dans laquelle ils ont davantage envie de travailler et pour **80 %**, c'est une entreprise plus performante.
- **28 %** des salariés sondés ne pratiquent aucune activité physique.
- **56 %** des salariés dont l'entreprise ne propose pas d'offre sportive souhaiteraient qu'elle le fasse.

¹ Méthodologie du baromètre : l'étude a été réalisée en ligne, à l'échelle nationale, sur la base d'un questionnaire auto-administré, auprès d'un échantillon de 1 303 salariés et 400 dirigeants travaillant dans des entreprises de 50 salariés ou plus, dans le secteur privé. En région Occitanie, 101 salariés ont été sondés. L'échantillon des salariés a été constitué d'après la méthode des quotas sur la base des critères suivants : sexe, âge, profession, taille d'établissement, secteur, UDA 5 (découpage du territoire métropolitain français en 5 régions). L'échantillon des dirigeants a été constitué d'après la méthode des quotas sur les critères suivants : UDA 5, raisonné sur la taille d'établissement (170 pour les étab. de 50-99 sal., 130 pour les 100-249 sal. et 100 pour les 250 sal. et plus), et sur le secteur (minimum 30 dans la Construction).

Du côté des dirigeants (chiffres nationaux) :

- **34 %** des dirigeants estiment que l'instauration d'une offre de sport au sein de l'entreprise est indispensable ou prioritaire.
- **97 %** des dirigeants ayant mis en place des activités sportives au sein de leur entreprise déclarent que l'initiative a été accueillie positivement par leurs salariés.
- **75 %** estiment que cela a eu un impact positif sur la santé et le bien-être de leurs collaborateurs.
- **30 %** ont constaté un impact positif sur l'engagement de leurs salariés et **29 %** sur la performance de l'entreprise.
- **39 %** des dirigeants qui ont pour projet de mettre en place des activités physiques au sein de leur entreprise rencontrent des difficultés ; pour **63 %** d'entre eux, il s'agit d'un problème de financement ; pour **44 %** les difficultés sont liées à des contraintes d'organisation (manque de temps ou de ressources humaines).

LA SÉDENTARITÉ, UNE PROBLÉMATIQUE PRÉGNANTE CHEZ LES SALARIÉS D'OCCITANIE

Les résultats de ce baromètre dédié au sport en entreprise, réalisé par l'Institut CSA pour Harmonie Mutuelle et A.S.O, révèlent qu'en Occitanie, **28 % des salariés ne pratiquent aucune activité physique**. 56 % d'entre eux ne font pas de sport par manque de motivation ou de temps.

Une large majorité des salariés sondés reconnaît pourtant les bienfaits d'une activité physique régulière sur la santé. **Pour 84 %, le sport permet d'avoir une bonne condition physique et pour 66 % une meilleure santé mentale.**

Si nombre de salariés sont insuffisamment actifs, l'essor du télétravail leur a néanmoins permis de mieux organiser leur temps pour faire du sport : **72 % des télétravailleurs de la région indiquent ainsi pratiquer régulièrement une activité physique**. Les salariés soulignent par ailleurs que **le télétravail a eu un impact positif sur leur santé physique (67 %) et mentale (83 %)**. Toutefois, ce mode d'organisation du travail a également un impact sur le temps passé assis, et peut accroître le risque de sédentarité² : **63 % des télétravailleurs interrogés en Occitanie déclarent passer plus de 7 heures par jour assis** contre 36 % pour l'ensemble des salariés.



« Proposer des activités physiques et sportives sur le lieu de travail ou bien à l'extérieur permet de préserver dans la durée la santé physique et mentale des salariés. Des salariés en meilleure santé physique et mentale, ce sont aussi des salariés plus engagés et productifs et par conséquent, des entreprises plus performantes et attractives.

C'est donc en toute logique qu'Harmonie Mutuelle s'est engagée dans une démarche active de promotion du sport en entreprise depuis plusieurs années, d'abord en interne, puis auprès de ses entreprises clientes. »

Frédéric Malfilatre, directeur régional Occitanie Harmonie Mutuelle

LE SPORT ORGANISÉ DANS LE CADRE PROFESSIONNEL PLEBISCITÉ PAR LES SALARIÉS D'OCCITANIE

En Occitanie, les salariés manifestent un fort intérêt pour la pratique d'activités sportives dans le cadre professionnel et aimeraient que leur entreprise se saisisse du sujet. Ainsi, **56 % des collaborateurs dont l'entreprise ne propose pas d'offre sportive souhaiteraient qu'elle le fasse**. Dans la région, cette part augmente même à 66 % chez les salariés qui pratiquent déjà du sport.

Les collaborateurs sondés dans le cadre de l'étude affirment que le sport est vecteur d'attractivité et de performance pour l'entreprise. Ainsi, **pour 86 % d'entre eux, une entreprise qui propose du sport à ses salariés est une entreprise qui se préoccupe de leur bien-être et qui réduit leur stress ; c'est aussi une entreprise qui lutte contre l'isolement des salariés (88 %) et qui renforce la cohésion entre les équipes (84 %)**. **Pour 82 %, c'est une entreprise dans laquelle ils ont d'avantage envie de travailler et qui est plus performante (80 %)**.

² La sédentarité (ou comportement sédentaire) correspond au temps passé assis ou allongé entre le lever et le coucher. Elle est à distinguer de l'inactivité physique qui se caractérise par un niveau insuffisant d'activité physique régulière de l'individu (source : HAS – [Guide des connaissances sur l'activité physique et la sédentarité](#)).

CHEZ LES DIRIGEANTS, UN ENGOUEMENT AUTOUR DU SPORT EN ENTREPRISE MAIS DES FREINS DANS LA MISE EN PLACE DES ACTIVITÉS

Les dirigeants interrogés à l'échelle nationale se disent intéressés par le sport en entreprise principalement au bénéfice de la santé et du bien-être de leurs salariés. **34 % estiment ainsi que l'instauration d'une offre sport au sein de l'entreprise est indispensable ou prioritaire.** Parmi eux, 76 % pensent que cela permet d'améliorer la santé des salariés et 68 % y voient un moyen de renforcer l'esprit d'équipe.

Parmi les dirigeants sondés, 17 % ont déjà mis en place des offres sport à destination de leurs salariés et 97 % d'entre eux déclarent que cette initiative a été accueillie positivement par leurs collaborateurs. Les bénéfices identifiés sont nombreux : **75 % des dirigeants estiment que cela a eu un impact positif sur la santé et le bien-être de leurs salariés, 53 % ont identifié un impact positif sur la capacité des collaborateurs à travailler en équipe, 30 % ont constaté un impact positif sur l'engagement de leurs salariés, 29 % sur la performance de l'entreprise et 12 % ont identifié une baisse de l'absentéisme.**

Toutefois, malgré l'engouement des dirigeants pour la pratique du sport en entreprise, **39 % de ceux qui ont pour projet de mettre en place des activités physiques au sein de leur entreprise rencontrent des difficultés.** Pour 63 % d'entre eux, il s'agit d'un problème de financement et pour 44 %, les difficultés sont liées à des contraintes d'organisation (manque de temps ou de ressources humaines).

Des solutions clé en main pour accompagner les entreprises et les salariés

En partenariat avec la Fédération Française du Sport d'Entreprise (FFSE), **Harmonie Mutuelle accompagne ses entreprises clientes afin de leur permettre d'agir efficacement sur le bien-être, la santé mentale et physique de leurs salariés.** Elle préserve ainsi leur santé et leur performance.

Harmonie Mutuelle met à leur disposition une solution clé en main, **l'offre « Sport en entreprise »**, qui leur donne accès à **un diagnostic personnalisé des besoins ainsi qu'à un suivi sur-mesure**, leur permettant notamment de mettre en place :

- Des séances de sport avec des coachs certifiés ;
- Des événements sportifs ;
- Un accompagnement à la création d'une salle de sports, etc.

Véritable chef de file de la promotion du sport sur le lieu de travail, Harmonie Mutuelle a pour objectif de **sensibiliser le plus largement possible les entreprises à la mise en place de programmes d'activités physiques et de prévention, à destination des salariés.**

CONTACTS PRESSE

Florence MILLET - Florence@millet-rp.fr – 06 62 01 7761
Cyrielle Entraygues – Cyrielle.Entraygues@harmonie-mutuelle



À PROPOS D'AMAURY SPORT ORGANISATION

Amaury Sport Organisation (A.S.O.) est une entreprise créatrice et organisatrice d'événements sportifs internationaux de premier plan. Spécialisée dans le « hors-stade », elle possède en interne la maîtrise de l'ensemble des métiers liés à l'organisation, à la médiatisation et à la commercialisation de compétitions sportives.

A.S.O. organise 250 jours de compétition par an pour 90 événements dans 30 pays.

Elle est présente dans 5 univers sportifs avec notamment en cyclisme le Tour de France, en rallye raid le Dakar, pour les épreuves grand public le Schneider Electric Marathon de Paris, en golf le Lacoste Ladies Open de France, et en voile via la production et la distribution des images de nombreuses courses prestigieuses.

Amaury Sport Organisation est une filiale du Groupe Amaury, groupe de médias et de sport propriétaire de L'Équipe.



À PROPOS D'HARMONIE MUTUELLE

Pour répondre aux nouveaux enjeux de protection sociale, Harmonie Mutuelle affirme que seul le pouvoir du collectif peut apporter des réponses efficaces notamment pour lutter contre les fractures sociales et territoriales.

Harmonie Mutuelle, membre fondateur du Groupe VYV, propose et invente des solutions de solidarité qui donnent à chacun les moyens d'être acteur de sa santé et de la société. Une société qu'Harmonie Mutuelle veut plus inclusive, plus équitable et plus solidaire.

Acteur majeur du mutualisme en France, Harmonie Mutuelle s'engage aux côtés de 88 700 entreprises et de 150 000 entrepreneurs qui veulent agir dans l'intérêt collectif. Elle les accompagne dans la protection et le développement de leur capital humain. Ses solutions assurantielles (en santé, prévoyance, épargne-retraite...) sont amplifiées par la création de liens sociaux et la mise en relation avec des pairs, des experts et des partenaires.

Acteur du temps-long et des transformations sociales et environnementales, Harmonie Mutuelle compte près de 5 millions de bénéficiaires et s'attache à gérer un système de redistribution financière (sous forme de soins, de prestations en santé et de placements alimentant l'économie réelle) et à réaliser des investissements (fonds d'amorçage, fonds capital développement) pour mettre en place des solutions digitales et technologiques en santé.

L'engagement de notre collectif de près de 7 000 salariés et élus, la pertinence de notre modèle et la puissance du Groupe VYV sont autant de forces sur lesquelles nous nous appuyons au quotidien, au cœur des territoires et des réseaux locaux, aux côtés des professionnels de santé et des partenaires économiques et sociaux.

Harmonie Mutuelle, *Avançons collectif*

Harmoniemutuelle.fr



À PROPOS DU GROUPE VYV

Le Groupe VYV, pour une santé accessible à tous

Premier acteur mutualiste de santé et de protection sociale en France, le Groupe VYV agit pour rendre la santé accessible à tous. Parce qu'il considère la santé comme un tout, il intervient au travers de ses trois métiers (assurances & retraite, soins & accompagnement, logement) sur la majorité des facteurs qui impactent la santé.

Son réseau d'agences et d'établissements, déployé sur l'ensemble du territoire, lui permet d'être au plus près des besoins des employeurs publics et privés, de protéger 10,5 millions de personnes, en accompagner et soigner 6 millions, et en loger près de 400 000. Fortes de l'action de leurs 10 000 élus locaux et militants dans leurs territoires, et de leurs 46 000 collaborateurs, les mutuelles et entités du Groupe VYV s'engagent à favoriser, dans toutes leurs solutions, la co-construction et le dialogue avec leurs publics, l'accessibilité pour toutes et tous, l'ancrage local et l'éco-responsabilité.



www.groupe-vyv.fr

