



BAROMETRE DU SPORT EN ENTREPRISE :

79% DES SALARIES SOUHAITENT TRAVAILLER DANS UNE ENTREPRISE QUI FAVORISE LA PRATIQUE DU SPORT

Paris, le 02/03/2023 – À l’approche de l’Harmonie Mutuelle Semi de Paris qui se déroulera dimanche 5 mars 2023, Harmonie Mutuelle et A.S.O dévoilent les résultats d’un baromètre sur le sport en entreprise¹, réalisé avec l’Institut CSA. Selon l’étude, 79% des salariés sondés ont envie de travailler dans une entreprise qui favorise la pratique du sport et 75% ressentent une amélioration de leurs performances professionnelles grâce à la pratique d’une activité physique sur le lieu de travail. Pour les salariés interrogés, le sport est également considéré comme un levier efficace pour préserver la santé physique et mentale des collaborateurs : 91% des salariés sondés estiment que le sport a un impact sur leur bien-être, 63% reconnaissent ses bienfaits sur la santé mentale et 79% sur la santé physique. Alors que seules 20% des entreprises favorisent l’activité sportive dans le cadre professionnel, les collaborateurs expriment des attentes de plus en plus fortes dans ce domaine.

LES CHIFFRES CLÉS DU BAROMÈTRE

- **79%** des salariés souhaitent travailler dans une entreprise qui favorise la pratique du sport ;
- **75%** des salariés considèrent que le sport en entreprise améliore leurs performances de travail ;
- **87%** des sondés estiment qu’une entreprise qui s’investit dans la mise en place d’activités sportives est une entreprise qui veille au bien-être de ses équipes ;
- **85%** des salariés estiment que cela permet de réduire le stress, en particulier pour les salariés de moins de 35 ans (90%) et pour les femmes (89%) ;
- **84%** des collaborateurs interrogés pensent que le sport permet de renforcer la cohésion d’équipe ;
- **80%** des salariés pensent que le sport en entreprise améliore les relations de travail et évite l’isolement des salariés ;
- **20%** seulement des entreprises déploieraient une offre dédiée à l’activité sportive dans le cadre professionnel, selon les salariés sondés ;
- **59%** des salariés dont l’entreprise ne propose pas d’activité physique dans le cadre professionnel souhaitent qu’elles y remédient, pour rester en bonne santé ; c’est en particulier le cas de ceux qui pratiquent le télétravail (70%), des moins de 35 ans (68%) et des femmes (64%).

¹ Méthodologie du baromètre : L’étude a été réalisée en ligne, sur la base d’un questionnaire auto-administré, auprès d’un échantillon de 1 001 salariés, travaillant dans des entreprises de 50 salariés ou plus, dans le secteur privé. Cet échantillon 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).

Pour Catherine Touvrey, directrice générale d'Harmonie Mutuelle : « Favoriser la pratique régulière d'un sport est l'un des leviers essentiels sur lequel s'appuyer pour assurer un déploiement efficace de la prévention santé en France et, dans un contexte où l'essor du télétravail augmente les risques de sédentarité des salariés, les entreprises ont véritablement un rôle clé à jouer. Proposer des activités sportives sur le lieu de travail ou bien à l'extérieur permet de préserver, dans la durée, la santé et le bien-être de ses collaborateurs. Des salariés en meilleure santé, ce sont des équipes plus engagées, plus soudées et une entreprise globalement plus attractive et performante. L'étude que nous dévoilons aujourd'hui démontre également que les attentes des salariés en la matière sont fortes et concrètes. En tant qu'Entreprise Mutualiste à Mission, nous poursuivons concrètement l'objectif de préserver la santé, dans son acception la plus large, en améliorant, avec le soutien de nos 69 000 entreprises clientes et de leurs salariés, les conditions de travail et de vie. »

Pour Florent Garrigoux, directeur commercial et partenariats adjoint A.S.O. : « Favoriser le sport en entreprise est l'un des axes de notre activité d'organisateur d'événements. Nous sommes à la fois des acteurs et des témoins privilégiés de l'évolution des mentalités en la matière. La place du sport dans la vie et par conséquent également dans l'entreprise est de plus en plus importante. Les habitudes anciennes qui, quoi qu'on en pense, ont été mises à mal et parfois brisées par l'épidémie de Covid, ont aujourd'hui laissé place à de nouvelles pratiques qui existaient certes déjà mais qui sont en train de se généraliser au nom du bien-être et de la santé. Ainsi, nous nous réjouissons de constater que chez nos clients et partenaires, une place importante est faite à ceux qui veulent faire du sport sur leur lieu de travail : horaires aménagés à la mi-journée, garages à vélos, douches, accord avec des salles de sport à proximité, tout est fait pour accompagner et parfois même inciter à la pratique du sport dans l'entreprise. »

LES VERTUS DU SPORT SUR LA SANTÉ PHYSIQUE ET MENTALE RECONNUES PAR LES SALARIÉS

Les résultats du baromètre du sport en entreprise, dévoilés par Harmonie Mutuelle et A.S.O. à l'occasion de l'Harmonie Mutuelle Semi de Paris, dressent un premier état des lieux de la santé physique et mentale des salariés, en France. D'après l'étude, **près d'1 salarié sur 2 se sent fatigué**. Une fatigue accentuée chez ceux qui ne pratiquent pas de sport (55%) et chez les femmes (55%). **Par ailleurs, 42% des collaborateurs se disent inquiets et plus d'un quart se sentent stressés**, parmi lesquels une majorité de salariés pratiquant le télétravail (51%).

Or, ils sont nombreux à reconnaître les bienfaits du sport sur la santé : **59% des sondés pensent, en effet, que la pratique d'une activité physique régulière est essentielle pour être en bonne santé** ; 79% reconnaissent ses bienfaits sur la **santé physique**, 63% sur la **santé mentale** (parmi lesquels 68% de femmes) et 91% sur le **bien-être**.

SPORT EN ENTREPRISE : DES ATTENTES DE PLUS EN PLUS FORTES ET CONCRÈTES

Au-delà de son impact sur la santé physique et mentale, le sport dispose également, pour les salariés, de nombreux atouts lorsqu'il est effectué en entreprise : **88% considèrent que cela permet de pratiquer un minimum de sport dans la semaine, sans les contraintes de la vie personnelle**, et **85% estiment qu'il permet de réduire le stress**, en particulier pour les salariés de moins de 35 ans (90%) et pour les femmes (89%).

Les collaborateurs expriment ainsi des **attentes** de plus en plus **fortes et concrètes** quant à la mise en place d'activités sportives dans le cadre professionnel. Sur l'ensemble des salariés interrogés, **78% disent vouloir consacrer du temps à la pratique du sport**, organisée par l'entreprise, **sur leur temps de loisirs** et **71%** souhaitent pratiquer une activité physique **sur leur temps professionnel**.

Parmi les actions concrètes plébiscitées :

1. **Un soutien financier de la part de l'employeur pour favoriser la pratique du sport à l'extérieur de l'entreprise :**
 - 75% des salariés sondés souhaiteraient être remboursés de l'achat d'un vélo (électrique ou non)
 - 69% souhaiteraient bénéficier de réduction sur les abonnements sportifs
 - 68% aimeraient disposer de réduction sur les équipements sportifs
2. **Un aménagement des horaires de travail :**
 - 62% souhaiteraient un aménagement des horaires de travail pour pratiquer une activité sportive sur le temps professionnel
3. **Faciliter la pratique du sport sur le lieu de travail :**
 - 51% seraient notamment intéressés par la mise en place d'une salle de sport dans les locaux de l'entreprise

Or, aujourd'hui, selon les sondés, seules **20% des entreprises proposeraient à leurs salariés une offre permettant de pratiquer une activité sportive** dans le cadre professionnel et **59% des salariés dont l'entreprise n'en propose pas souhaiteraient qu'elles y remédient, pour rester en bonne santé**. C'est en particulier le cas des collaborateurs qui pratiquent le télétravail (70%).

UN LEVIER D'ATTRACTIVITÉ ET DE PERFORMANCE POUR LES ENTREPRISES

Les résultats du baromètre démontrent que le sport est également perçu, par les collaborateurs, comme **un levier dont les entreprises peuvent se saisir pour attirer de nouveaux talents, fidéliser leurs salariés et déployer la performance de leurs équipes.**

En effet, **84% des collaborateurs interrogés estiment que le sport permet de renforcer la cohésion d'équipe** et **80%** affirment qu'il **améliore les relations de travail** en même temps qu'il **évite l'isolement des salariés**. Pour **75%** des sondés, la **pratique du sport en entreprise accroît leurs performances au travail** et **renforce** nécessairement **celle de l'entreprise**.

Les **entreprises qui proposent des offres de sport** sont par ailleurs **mieux perçues par leurs collaborateurs**. Ainsi, pour **87% des salariés sondés, une entreprise qui s'investit dans la mise en place d'activités sportives est une entreprise qui veille au bien-être de ses salariés**, pour **82%, c'est une entreprise responsable** et pour **79%, c'est une entreprise dans laquelle ils souhaitent travailler**.

DES SOLUTIONS CLÉ EN MAIN POUR ACCOMPAGNER LES ENTREPRISES ET LES SALARIÉS

En partenariat avec la **Fédération Française du Sport en Entreprise (FFSE)**, Harmonie Mutuelle accompagne ses **69 000 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 capital santé ainsi que 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, puis 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**, mais aussi de **prévention**, à destination des salariés.



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 plus de 69 000 entreprises et des 143 000 entrepreneurs qui veulent agir dans l'intérêt collectif et les accompagne dans la protection et le développement de leur capital humain. Nos offres assurantielles (en santé, prévoyance, épargne-retraite...) sont amplifiées par la création de lien social et la mise en relation avec des pairs, des experts et des partenaires.

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

L'engagement de notre collectif 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*

[Harmoniemituelle.fr](https://www.harmoniemituelle.fr) 



À PROPOS DU GROUPE VYV

Le Groupe VYV, Entrepreneur du mieux-vivre

Le Groupe VYV est le 1^{er} acteur mutualiste de santé et de protection sociale en France. Autour de ses trois métiers (Assurance, Soins et accompagnement, Logement), le Groupe VYV développe des offres complètes et personnalisées pour accompagner et protéger tous les individus tout au long de la vie.

Le Groupe VYV œuvre au quotidien pour être utile à tous et à chacun : près de 11 millions de personnes protégées,

69 000 entreprises clientes en santé et en prévoyance, plus de 26 000 collectivités territoriales et 11 ministères et établissements publics à caractère administratif. Acteur engagé, avec près de 45 000 collaborateurs et 10 000 élus, dont près de 2 600 délégués, le Groupe VYV innove et anticipe pour construire une société plus équitable et socialement responsable. Le Groupe VYV porte l'ambition d'être le groupe de référence de la santé et de la protection sociale, en incarnant un projet de performance solidaire pour demain.

En 2021, le chiffre d'affaires sur le périmètre combiné du groupe est de 9,9 milliards d'euros (hors CA du pilier logement). L'activité assurance représente 7,7 milliards d'euros dont 5,7 milliards d'euros de cotisations santé et 1,5 milliard d'euros de cotisations prévoyance. VYV³, l'offre de soins et d'accompagnement, est organisée autour des pôles soins, produits et services et accompagnement, et de ses 1 700 établissements et services dans 81 départements. En 2021, le volume d'activité généré s'élevait à 2,1 milliards d'euros.

www.groupe-vyv.fr

CONTACTS PRESSE

Pour Harmonie Mutuelle – Hopscotch PR, presse écrite et online

Pauline Aufrère, paufriere@hopscotch.fr, +33 7 62 33 74 02

Inès Mouloudj, imouloudj@hopscotch.fr, +33 6 02 72 14 04

Pour A.S.O

Aurélia Filho, aurelia@agenceafc.com, +33 7 85 82 89 72

Mélanie Vallage, mvallage@aso.fr, +33 7 89 31 57 38

