LA LETTRE DE
L'ECONOMIE DU SPORT
Pays : France
Périodicité : Hebdomadaire

Date : 02 OCT 15

Pratique sportive

SPORT.FR/PRO

Les salariés sportifs sont plus productifs

Les entreprises ont tout à gagner à inciter leur personnel à faire du sport. Selon la première étude française d'impact de l'activité physique et sportive sur le travail, les salariés sportifs ont moins d'arrêts maladie et sont davantage productif.

Plus la pratique sportive est intense, plus l'impact sur la performance économique de l'entreprise se révèle important. Telle est la conclusion de la première grande étude d'impact qui identifie les effets de l'activité sportive d'un salarié sur sa productivité au bureau ou à l'atelier. Première du genre en France, cette enquête, réalisée par le cabinet de conseil en performance économique responsable Goodwill, pour le Medef, le Comité national olympique et sportif français (CNOSF) et AG2R La Mondiale, s'appuie sur 150 études scientifiques et des constatations dans un échantillon de 200 entreprises, confirme des résultats déjà observés dans d'autres pays.

Deux facteurs essentiels : l'intensité de la pratique du salarié et le niveau d'engagement de l'entreprise

Un salarié sédentaire pourrait ainsi gagner entre 6 % et 9 % de productivité s'il se met à pratiquer une activité sportive. Celle-ci, qu'elle soit modérée ou très intense, influe sur plusieurs paramètres. Un salarié sportif gagne en motivation, en sérénité et améliore du même coup ses aptitudes physiques. Le cumul de ces trois variables booste son efficacité en même temps qu'elle réduit les coûts liés à l'absentéisme et aux arrêts maladie, moins fréquents dans d'importantes proportions chez un salarié bien dans ses baskets.

Le taux de productivité varie selon le niveau d'engagement de l'entreprise – incitation faible, moyenne ou forte à se mettre au sport – et l'intensité de la pratique sportive. Cela peut faire grimper jusqu'à 14 % la rentabilité nette de l'entreprise si ses équipes transpirent régulièrement en dehors des heures de bureau !

La collectivité est aussi gagnante. Cet employé-sportif réduit les coûts d'assurance-maladie. Pour la société civile, cela représente une économie chiffrée de 308 à 348 euros par salarié (en moyenne, les dépenses de santé de la sécurité sociale s'élevaient en 2011 à 3.978 euros par habitant selon l'OCDE). Sur le budget restant à sa charge, chaque sportif qui travaille garde dans son porte-monnaie de 30 à 34 euros de plus que son collègue pas sportif.

D'autres bénéfices non négligeables s'ajoutent à ces arguments financiers : allongement de l'espérance de vie de trois ans ; retardement de l'âge de début de dépendance de six ans… Le Medef et le CNOSF estiment donc que les entreprises doivent, par des actions propres ou des adaptations d'emploi du temps, davantage orienter leurs employés vers sport. Pas facile à mettre en place.

Jogging et gymnastique restent les plus pratiqués par les salariés. Mais l'enquête ne recommande pas une discipline particulière.

MGEN parie sur le sport-santé

Avec la société Mon Stade, spécialisée dans le développement de solutions dans le domaine du sport et de la santé, la MGEN permet à ses salariés du siège d'accéder à une offre sportive encadrée. *"Le métier du groupe MGEN, c'est la santé ! Et avec Mon Stade, nous avons voulu donner la priorité à la santé de nos collaborateurs*, témoigne Philippe Gerbert, DRH du groupe MGEN. *Le groupe compte 9 500 collaborateurs répartis sur 150 sites en France, dont 520 au siège. Cette démarche de qualité de vie s'inscrit dans notre stratégie d'entreprise et dans une volonté d'améliorer les conditions et le bien-être au travail. Il s'agit d'une initiative qui s'adresse à tous les salariés qu'ils soient sportifs ou non. L'idée était de leur donner l'envie et surtout que cela s'inscrive dans le temps. Nous ne voulions pas du côté « bonne résolution », que l'on prend facilement mais que l'on ne tient pas."*

Une première enquête interne a permis de récolter l'avis de 300 salariés du siège. Après avoir équipé de matériels sportifs un espace de 150 m², l'offre a été lancé en septembre 2014. Un logiciel de réservation, accessible sur l'intranet de l'entreprise, a été developpé. Tous les collaborateurs, munis d'un certificat médical, peuvent venir faire leur bilan de condition physique avec un préparateur Mon Stade avant d'entamer leur programme sportif (composé de 39 séances).

"Aujourd'hui, constate Philippe Gerbert, *les résultats parlent d'eux-mêmes : 40% de salariés inscrits dont 70% de non-sportifs ; 79% l'utilisent dans un objectif de forme/bien-être et 21% dans un objectif sportif (ex : se préparer à une course) ; une moyenne de une à deux séances par semaine ; 3,5 points de moins d'absentéisme. L'initiative favorise les liens internes. (...) Nous sommes ravis et même positivement surpris de l'engouement des salariés."* MGEN constate également que son offre de Sport Santé est un argument supplémentaire pour sa *"marque employeur"*. L'initiative va être déployée sur d'autres sites MGEN.

Tous droits réservés à l'éditeur