

# Favoriser l'activité physique des agents : enjeux RH et management

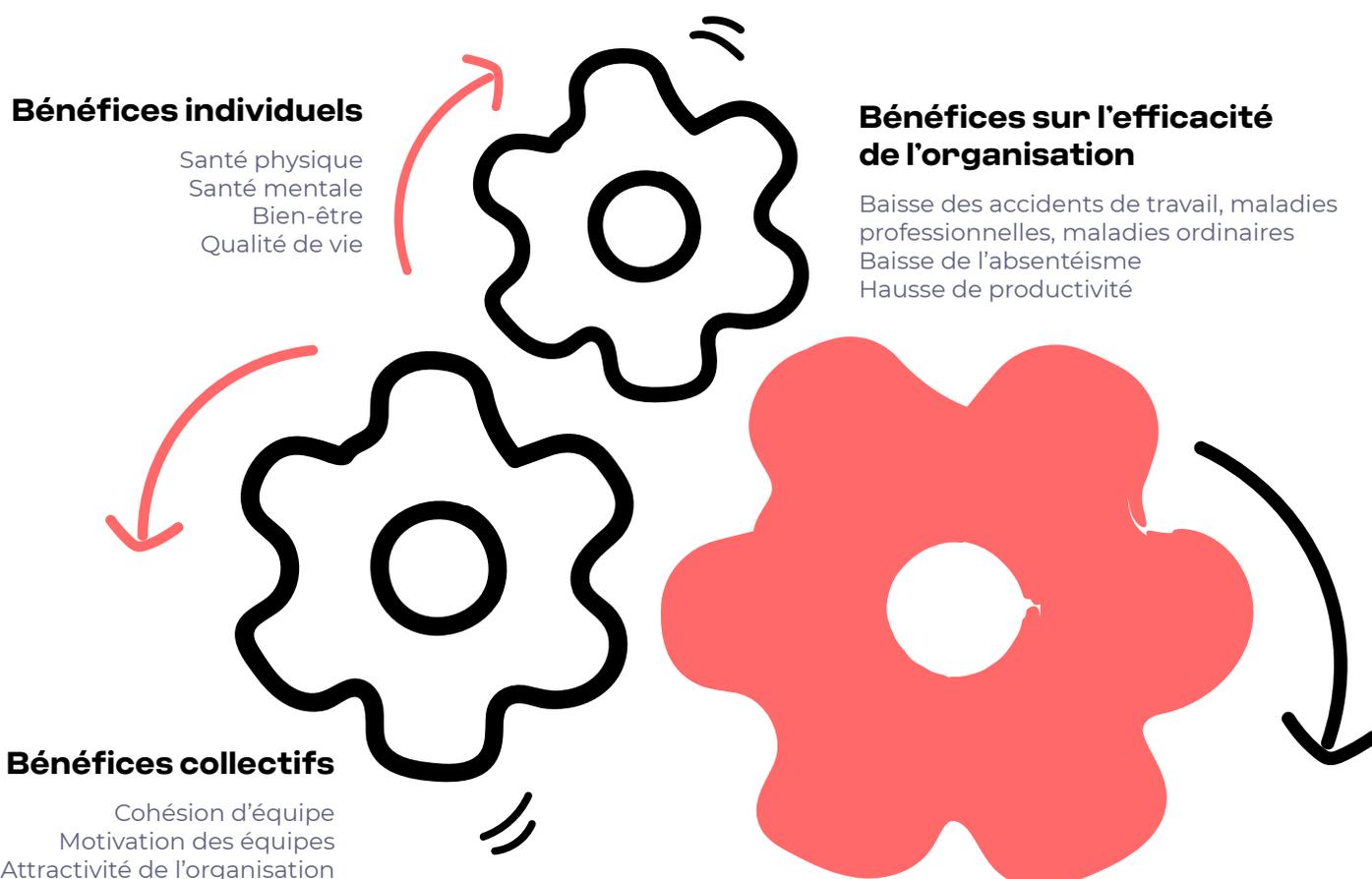


# Le sport-santé, au croisement de plusieurs enjeux : prévention santé et RH

Dans ce guide, Kiplin propose une synthèse de l'étude réalisée par l'Observatoire MNT Social & Territorial sur **les bénéfices du sport sur la santé des agents et l'efficacité du service public**.

Cette étude s'appuie sur **43 entretiens**, conduits entre septembre 2021 et janvier 2022, dans **32 structures**.

## L'enchaînement vertueux des bénéfices du sport-santé :



Retrouvez l'intégralité de l'étude :

<https://www.mnt.fr/decouvrir-la-mnt/observatoire-mnt>

Les études de l'Observatoire MNT (Mutuelle Nationale Territoriale) visent à appréhender les enjeux actuels des responsables territoriaux.

# Sport-santé : des freins à lever chez les agents



## Inclusion

Pour favoriser la pratique des agents **les plus éloignés du sport**, les programmes doivent comporter les modalités d'un retour progressif vers l'activité physique, avec un **discours inclusif** éloigné des objectifs de performance sportive.



## Vie pro / vie perso

Les créneaux horaires recommandés s'articulent avec les **contraintes professionnelles et privées** : hors temps de travail et sur le temps de travail.



## Ateliers décentralisés

Afin de rendre les actions de sport-santé **accessibles à tous les agents**, les ateliers peuvent être décentralisés et ne pas se tenir uniquement dans les installations du siège.



## Education à la santé

Les actions de sport santé peuvent figurer à côté d'**ateliers et conférences** de programmes liés à la santé : sommeil, alimentation, lutte contre les addictions...

## Antenne CNFPT du Poitou-Charentes

- # L'antenne avait prévu d'inclure un programme de sport-santé sur volontariat dans le cadre de la période préparatoire au reclassement (ce programme n'a pas pu être mis en place en raison de la crise sanitaire)
- # Les agents volontaires, bien souvent **en situation d'usure professionnelle**, présentent souvent des pathologies physiques ayant un lien avec leur reclassement professionnel.
- # L'activité physique adaptée aurait ainsi permis de renouer avec ce corps et de **reprendre progressivement confiance**.

# Structurer la démarche sport-santé



## Rochefort Océan

Rochefort Océan a proposé à l'ensemble des agents de l'agglomération un questionnaire en ligne pour identifier à la fois leurs habitudes et leurs attentes. Cette consultation a rencontré un succès notable puisque **le taux de retour du questionnaire a atteint 70 %**.



## Conseil départemental de Seine–Saint Denis

Chaque action sport-santé répond à un sous objectif et est assortie de **critères d'évaluation mesurables**.

Pour l'action « valoriser ses compétences par l'intermédiaire du sport », l'objectif est de **favoriser le retour à l'emploi** d'agents revenant d'arrêt longue durée.

Les sous-objectifs étaient : le développement de la **confiance en soi**, des capacités physiques, de la **cohésion** et de la solidarité d'équipe

L'indicateur de réussite est le suivi du **taux de participation** de ce module complémentaire au sein du parcours de retour à l'emploi.

Le critère d'évaluation retenu est le **taux de retour à l'emploi** (étant entendu que le module de sport-santé a une influence non-exclusive sur le résultat final).

## Associer les agents



Sonder le personnel pour adapter l'offre aux besoins permet de stimuler l'intérêt pour le projet en associant les agents à l'élaboration de la stratégie dans une logique participative.

# Aligner la démarche sport-santé à la politique RH

## Implication des élus et de la DG



Rechercher une mobilisation active des élus et de la direction générale pour déployer une action de sport-santé. La crédibilité de la démarche se joue en partie sur son niveau de **portage politique et administratif**.

## Climat RH



S'assurer avant la mise en œuvre de l'existence d'un **climat RH favorable** : dialogue social vivant, stratégie QVT connue, politique RH cohérente...

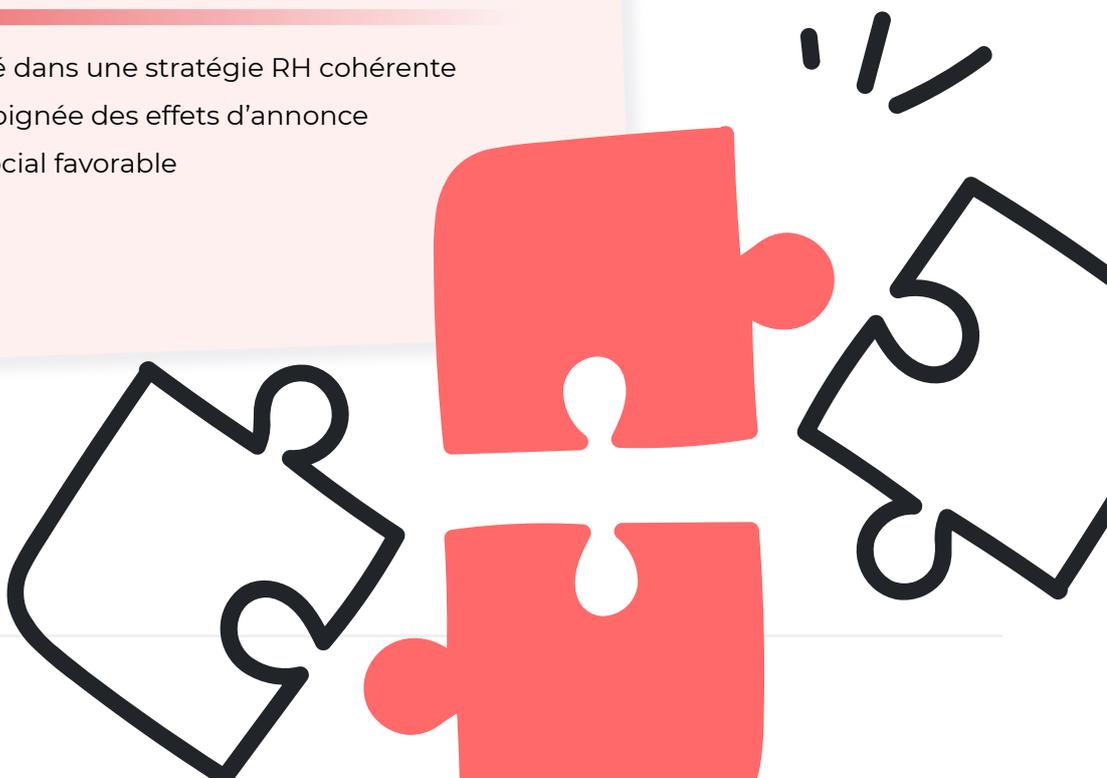


## Conseil départemental des Alpes-Maritimes

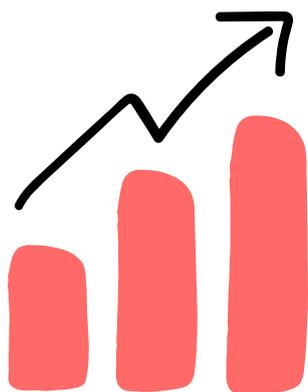
L'initiative a permis de mettre à disposition des agents des séances sport-santé hors temps de travail à des **tarifs préférentiels** : cours de renforcement musculaire (2 € le cours), de sophrologie et prestations d'ostéopathes...

## Proposer une politique RH déjà consolidée

1. L'intégration du sport-santé dans une stratégie RH cohérente
2. Une approche concrète, éloignée des effets d'annonce
3. S'inscrire dans un climat social favorable
4. Associer les agents



# Aligner la démarche sport-santé à la politique RH



## Différents indicateurs sont à suivre :

### Nombre et durée moyenne des arrêts maladie

Le sport-santé favorisant une meilleure résilience, et l'état de santé général physique des agents.

### Nombre et durée des affections longue durée (ALD)

Le sport-santé favorisant une meilleure résilience physique des agents notamment au-delà de 50 ans.

### Nombre d'accidents du travail et maladies professionnelles

Des agents en meilleure forme physique et psychique sont davantage préservés du risque d'accident.

## Les bénéfices immatériels :

### Bien-être ressenti au travail

A titre individuel, théoriquement amélioré par la relaxation nerveuse procurée par le sport-santé.

### Ambiance collective

Au sein de l'organisation, potentiellement fluidifiée grâce à l'interconnaissance entraînée par la participation à des séances communes.

### Perception de l'état de forme

Des agents en meilleure forme physique et psychique sont davantage préservés du risque d'accident.



## Indicateurs quantitatifs et qualitatifs

Le taux de fréquentation des ateliers ou des séances permet de **mesurer l'efficacité de la démarche**. L'évaluation doit intégrer des éléments qualitatifs des **effets du sport-santé** : convivialité au travail, circulation de l'information, intégration des nouveaux arrivants, connaissance de la collectivité, sentiment d'appartenance...

# Les arguments favorables à la démarche sport-santé

**1**

La relation étroite entre activité physique et santé

**2**

La responsabilité de l'employeur de protéger la santé de ses agents

**3**

L'amélioration de la santé par l'activité physique et sportive, un besoin exprimé par les agents des collectivités

**4**

Un soutien à un projet managérial reposant sur la cohésion et le décroisement

Une action positive sur l'efficacité de l'organisation du travail

**5**

# kiplin



**JOUEZ - MARCHEZ - BOUGEZ**

Éditeur de jeux de santé centrés sur les bienfaits de l'activité physique, pour les collectivités et les entreprises.

**Une question ? Un projet ?**

**Contactez nous !**



**[contact@kiplin.com](mailto:contact@kiplin.com)**

**02 85 52 82 26**

**[www.kiplin.com](http://www.kiplin.com)**