



POISSY



Une ville bien dans sa tête, bien dans son corps
Pour mieux servir les Pisciacais



Favoriser le bien-être au travail,
lutter contre l'absentéisme,
et renforcer la cohésion par le sport,
c'est

améliorer le service
rendu aux Pisciacais !



Santé-Travail

Deux heures de sport intégrées au temps de travail



Karl Olive

Maire de Poissy

Vice-président de la Communauté urbaine Grand Paris Seine & Oise
Vice-président du Conseil départemental des Yvelines

Les sports proposés sont la marche, la marche nordique, la remise en forme et la natation.

de nouvelles planifications, l'annulation du temps de travail et le télétravail permettent d'engager ce dispositif. Et je fais le pari de la réussite de ce Poissy Bien-Être. En allant marcher, nager, se tonifier..., nos agents seront en meilleure forme. Mieux dans leur peau, plus efficaces encore dans le travail et – je n'en doute pas – moins absents.
Mens sana in corpore sano.

Êtes-vous très confiant ?

Oui, comme le sont, à l'unanimité, toutes celles et ceux qui nous ont épaulés dans la concrétisation de cette **première dans le domaine public** : des élus aux représentants de l'assurance maladie en passant par la médecine préventive et les agents, premiers concernés !

Le concept de « Santé-Travail » ne doit pas être qu'un slogan. A Poissy, c'est une réalité. Nous partons sur une période probatoire de trois ans. Et nous dresserons des bilans réguliers. Enfin à titre personnel, il y a déjà bien longtemps que je suis convaincu. Je fais trois séances de sport par semaine. En bientôt 30 ans de vie professionnelle, j'ai été en arrêt-maladie 5 jours, en 1994. Et vraiment parce que je ne pouvais pas faire autrement. Oui, le sport, c'est la santé ! ».

Comment vous est venue cette idée ?

« En relation avec les organisations syndicales, nous avons instauré à notre arrivée en 2014, un vaste plan d'amélioration des conditions de travail qui porte ses fruits : mise en place du **télétravail** pour mieux concilier vie professionnelle et vie privée, **sensibilisation du management aux risques psychosociaux, procédure d'entretien de reprise d'activité, création d'un centre de formation interne** dans lequel s'intègre Poissy Bien-Être.

À Poissy, nous notons une stabilisation de l'absentéisme (20,5 jours par an et par agent contre 22 jours au niveau national), alors qu'on vient d'annoncer une augmentation de l'absentéisme de 9,5% dans les collectivités territoriales entre 2014 et 2015. À Poissy, l'absentéisme a un lourd impact : 2 millions d'euros dont 1,5 million directement absorbé sur notre budget communal. Il faut bien en être conscient.

Aujourd'hui, nous souhaitons aller plus loin dans l'amélioration du bien-être au travail. Désormais, **sur la base du volontariat**, nos agents pourront bénéficier d'un créneau de deux heures de sport hebdomadaire par cycles de dix séances.

Vous parlez souvent de contrat gagnant-gagnant...

Exactement. Depuis notre arrivée aux commandes en 2014, nous avons établi un contrat gagnant-gagnant avec nos agents.

Si la ville a pu générer 12% d'économie de fonctionnement et une baisse de l'ordre de 1,5 million d'euro sur ses charges de personnels en moins de trois ans, cela a été rendu possible en grande partie grâce à leur engagement et leur exemplarité professionnelle. Qu'ils en soient vivement remerciés. Nous mesurons ici au quotidien leur sens du service public.

Avec 9 millions d'euros de baisse de dotation de l'État sur la trajectoire 2014-2020, nous n'avions pas d'autre choix que de restructurer notre organisation et notre politique de ressources humaines.

Comment vont fonctionner ces deux heures de sport bien-être intégrées dans le temps de travail ?

Nos agents travaillent 1607 heures effectives par an avec une qualité de service rendue au public. La création d'un poste d'agent de liaison et de dialogue social avec le personnel,



Principe

Depuis quelques années, des structures ont mis en place des activités sportives pour des salariés avec des effets bénéfiques sur le présentisme. Mais celles-ci sont pratiquées lors des temps libres (pause méridienne, avant ou après les horaires de travail). L'intérêt majeur et novateur du dispositif présenté par la Ville de Poissy est qu'il est **incitatif puisque proposé pendant le temps de travail**.

Avec ce dispositif, la collectivité souhaite améliorer le bien-être des agents et par conséquent la qualité de service aux Pisciacais, priorité de l'équipe municipale.

UN DISPOSITIF NOVATEUR



Objectifs

Bien-être au travail

Pour améliorer cette situation, la Ville prend ses responsabilités. Depuis 2014, un plan d'actions pour l'amélioration des conditions de travail, validé par les partenaires sociaux et la médecine du travail, est élaboré.

Le bien-être au travail à Poissy passe par plusieurs actions :

TÉLÉTRAVAIL	CENTRE DE FORMATION INTERNE Poissy Bien-Être	SENSIBILISATION MANAGEMENT
--------------------	--	-----------------------------------

Lutte contre l'absentéisme

À Poissy, on comptabilise **20,5 jours d'absence maladie par an et par agent**. Même si ce chiffre est inférieur à la moyenne nationale (22 jours), la municipalité ne peut s'en féliciter car l'absentéisme pénalise doublement la collectivité :

ABSENTÉISME



COÛT DIRECT

1,5 million par an à la charge de la collectivité (4% de la masse salariale).

500 000 € pour la Caisse primaire d'assurance maladie.

COÛT INDIRECT

Il pénalise l'organisation, la continuité et la qualité de service.



Pour qui ?

L'ensemble des collaborateurs occupant un emploi permanent à la collectivité peuvent y prétendre. Soit **850 personnes** sur la base du volontariat.



Quand ?

Poissy Bien-être est mis en place à partir du 16 janvier 2017 pour 3 ans à titre expérimental avec un bilan annuel sur la période.



Mise en place

L'aspect innovant du dispositif : des créneaux de sport **pendant le temps de travail**.

Une fois par semaine, l'agent va pouvoir aller exercer une activité sportive sur son temps de travail.

Il disposera de deux heures réparties ainsi :

- 30' pour se rendre sur le lieu de pratique et se préparer
-
- 1h** d'activité sportive effective
-
- 30' pour revenir à son poste

Ces créneaux seront bien comptabilisés comme du temps de travail, même s'ils sont pris sur la pause méridienne.

L'agent disposera, avant ou après, des 45 minutes réglementaires de pause.

Les activités sportives proposées s'inscrivent dans le cadre du **plan de formation interne** mis en place par la collectivité en 2017.

Il sera porté par des **professionnels du sport salariés par la Ville** (éducateurs brevetés, maîtres-nageurs).



Comment s'inscrire ?

Les agents peuvent choisir parmi l'une des **6 activités réparties sur 16 créneaux pour une durée d'un trimestre (soit dix séances)** en remettant la fiche d'inscription et le certificat médical à leur responsable hiérarchique.

Celui-ci organisera alors ses rotations afin que le service rendu aux Pisciacais ne soit pas affecté.



6 activités, 16 créneaux

pour se sentir mieux

La Ville a choisi de retenir le principe d'une inscription trimestrielle (10 séances) sur un créneau. Cela revêt plusieurs avantages pour l'agent et la collectivité :

- > **Progression dans la pratique d'une activité**
- > **Cohésion de groupe**
- > **Facilité à s'organiser sur la durée**



Isabelle Dray-Bazerque

Conseillère municipale déléguée aux Ressources humaines

L'humain au cœur de l'organisation

Même si l'absentéisme à Poissy est moindre qu'au niveau national (20,5 jours par an et par agent contre 22), il n'en est pas moins une fatalité. C'est pour le prévenir que nous avons décidé de veiller au bien-être des agents en leur proposant des activités sportives sur leur temps de travail. Le bienfait du sport est ainsi reconnu par des études, notamment celle menée par un groupe de médecins du travail et la Fédération française du sport d'entreprise qui a démontré que les employés sportifs ont moins d'accidents du travail et moins d'arrêts maladie que les employés dits sédentaires. Une autre étude insiste sur les retombées mentales puisque le sport limite le stress, l'anxiété et la dépression légère mais aussi accroît l'estime de soi et l'équilibre psychologique et émotionnel.

Pour la collectivité, le sport est par ailleurs pourvoyeur de valeurs (performance, esprit d'équipe, courage, communication, abnégation, dépassement de soi), il favorise le vivre ensemble, la cohésion mais aussi l'identification à une structure.

A travers ce dispositif «Poissy Bien-être», il s'agit aussi pour nous de mettre l'humain au cœur de l'organisation.

Activité sportive effective Créneau alloué à Poissy Bien-Être



MARCHE NORDIQUE

La marche nordique est l'activité extérieure par excellence pour l'amélioration de la condition physique et l'endurance. Les bâtons vous seront prêtés afin que vous puissiez trouver un équilibre et soulager la pression articulaire.

PRÉVOIR : Une paire de basket, se couvrir en fonction des conditions météorologiques, un sac à dos avec une bouteille d'eau.

MERCREDI
CAGLIONE
 8H30-9H30
 8H>10H

VENDREDI
CAGLIONE
 12H15-13H15
 11H45>13H45



MARCHE

La marche à pied avec ses nombreux bienfaits santé et avantages constitue non seulement un très bon exercice pour rester en bonne condition physique mais également un moment de partage en marchant en groupe.

PRÉVOIR : Une paire de basket, se couvrir en fonction des conditions météorologiques, un sac à dos avec une bouteille d'eau.

MARDI
CAGLIONE
 12H15-13H15
 11H45>13H45

JEUDI
CAGLIONE
 12H15-13H15
 11H45>13H45



GYM D'ENTRETIEN

La Gym d'entretien s'adresse à tout participant désireux d'améliorer sa tonicité musculaire. Chaque séance combine période d'échauffement, travail cardio, renforcements musculaires, exercices d'étirements, et relaxation, le tout dans un gymnase avec de la musique.

PRÉVOIR : Une paire de basket, un jogging, une serviette, une bouteille d'eau.

LUNDI COSEC
 8H30-9H30
 8H>10H

LUNDI COSEC
 12H15-13H15
 11H45>13H45

MARDI LA SOURCE
 16H30-17H30 16H>18H

JEUDI CAGLIONE
 8H30-9H30
 8H>10H

JEUDI LA SOURCE
 16H30-17H30
 16H>18H

VENDREDI COSEC
 12H15-13H15
 11H45>13H45

Des pratiques douces et non traumatisantes retenues en partenariat avec la médecine du travail



NATATION

Elle contribue à vous fortifier, améliorer votre système immunitaire, et à vous tenir en forme et en bonne santé. C'est également une excellente façon de se détendre et se relaxer.

PRÉVOIR : Un bonnet, des lunettes, un maillot de bain, une bouteille d'eau.

LUNDI
MIGNEAUX

7H45-8H45
🕒 7H15>9H15

JEUDI
MIGNEAUX

10H20-11H10
(à partir du 2 février)
🕒 9H50>11H50



AQUAGYM

L'aquagym est l'activité idéale pour reprendre le sport, s'affiner grâce à un travail physique sollicitant l'ensemble du corps et renforcer progressivement la tonicité musculaire. L'activité profite du caractère stimulant et non traumatisant du milieu aquatique, elle se pratique en musique.

PRÉVOIR : Un bonnet, un maillot de bain, une bouteille d'eau.

LUNDI MIGNEAUX

11H20-12H10
Piscine de Migneaux
🕒 10H50>12H50

MERCREDI
SAINT-EXUPÉRY

12H15-13H
Piscine St-Exupéry
🕒 11H45>13H45

MERCREDI MIGNEAUX

11H15-12H (à partir du 22 mars)
Piscine de Migneaux
🕒 10H45>12H45



AQUA-JOGGING

L'aqua-jogging consiste, pendant 45mn, à réaliser de la course à pied en milieu aquatique. Il permet de s'affiner et de muscler rapidement le corps, le tout en musique.

PRÉVOIR : Un bonnet, un maillot de bain, une bouteille d'eau.

VENDREDI
SAINT-EXUPÉRY

11H30-12H15
Piscine St-Exupéry
🕒 11H>13H

santé active
Le service pour préserver ma santé
www.masanteactive.com

Avec Santé Active,

une conférence pour apprendre les bons réflexes santé



Lors de chaque cycle, un intervenant présentera à l'ensemble des agents les bonnes habitudes à prendre en termes de nutrition, de posture...



POISSY

Hôtel de Ville de Poissy | Place de la République
BP 63081 - 78303 Poissy cedex | Tél. 01 39 22 56 40



www.ville-poissy.fr