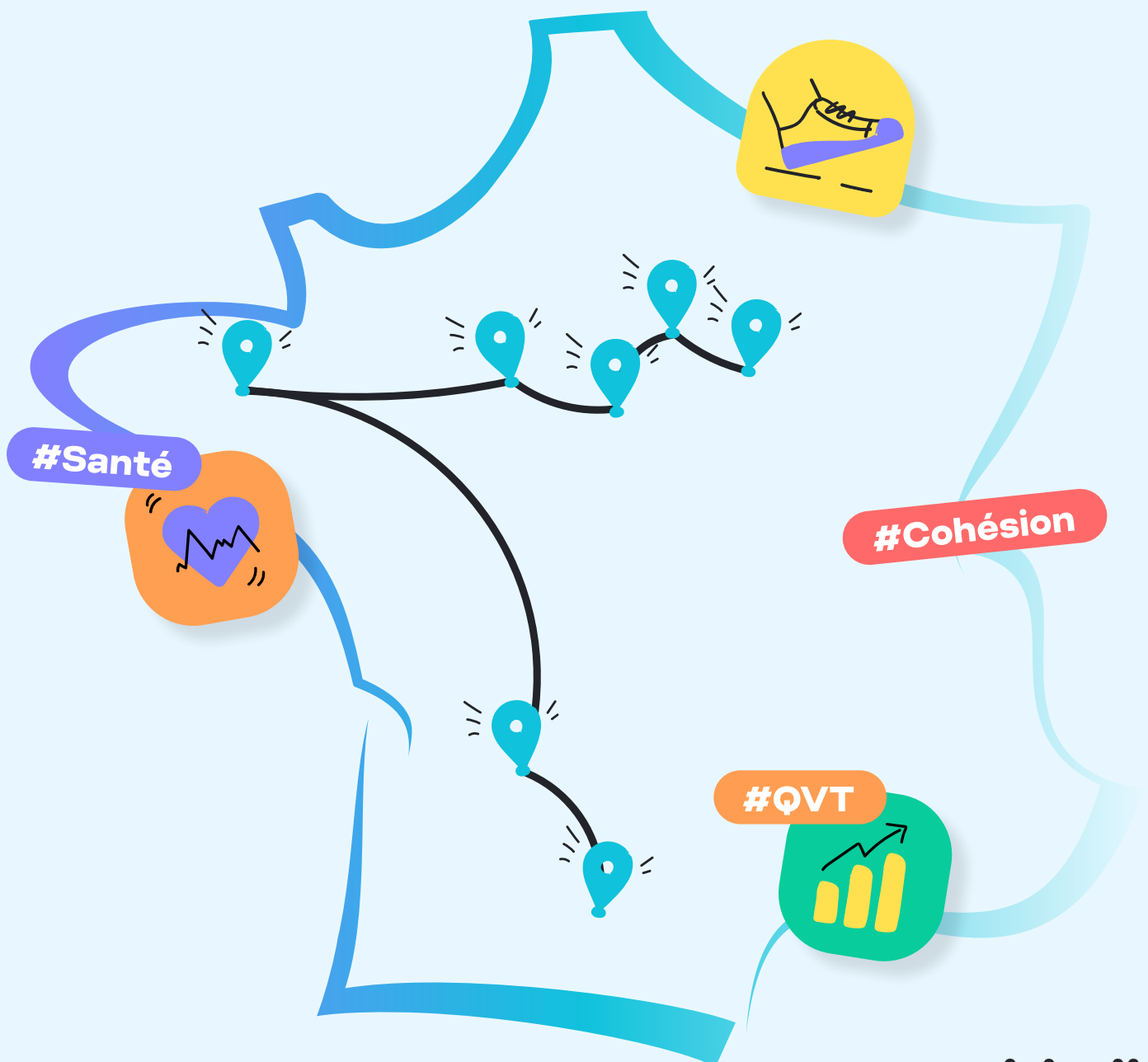


Sport santé & collectivités

7 exemples de collectivités qui font bouger leurs agents



Le sport-santé au travail, pour contribuer au bien-être et à la santé des agents

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**.



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.

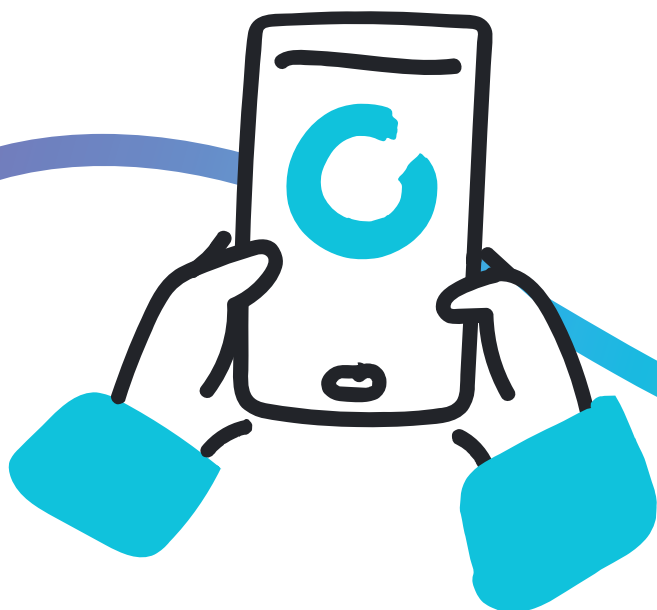
3 initiatives sport-santé à destination des agents

Ville et agglomération d'Agen

- Chaque année une journée de cohésion est organisée à destination de l'ensemble des agents.
- La matinée est dédiée à des défis sportifs en équipe.
- L'après-midi, des ateliers sur le bien-être (sophrologie, méditation, yoga, alimentation...)

Région Île-de-France

- Des partenariats sont noués afin de proposer une offre sportive aux agents
- Une salle de sport est mise à disposition du personnel
- Organisation de cours collectifs
- Mise en place d'un programme spécifique de lutte contre la sédentarité comprenant trois entraînements hebdomadaires de 30 minutes (en dehors du temps de travail).



Ville d'Épernay

- La ville a mis en place le programme "Santé Vitalité"
- Douze activités physiques sont proposées chaque trimestre : stretching, marche, fitness...
- Un éducateur sport-santé anime des conférences qui ont lieu sur le temps de travail (problèmes de dos, nutrition, sommeil...)

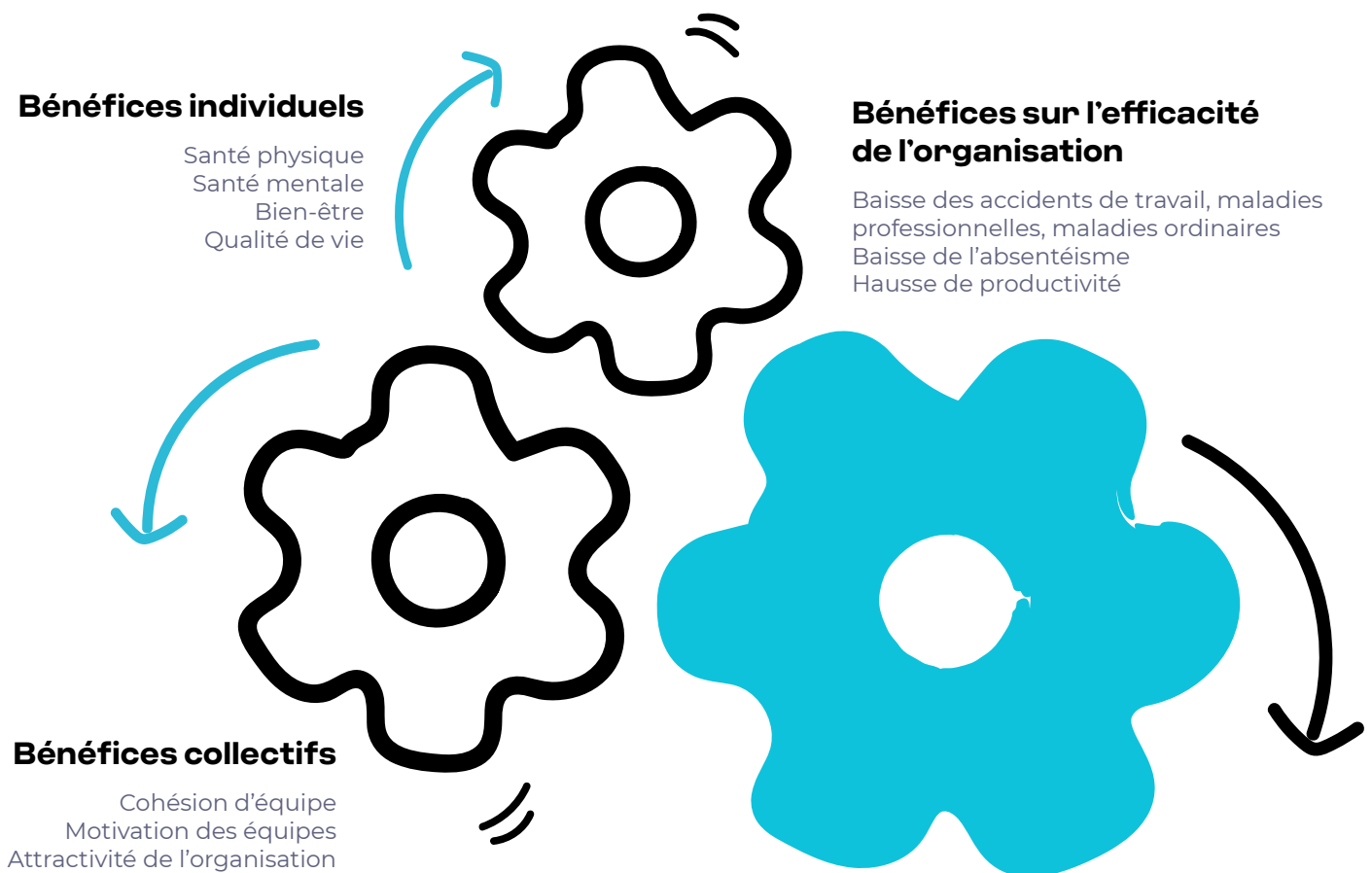
Des challenges d'activité physique connectés et en équipe

L'outil numérique encourage et stimule les salariés à participer à des challenges sportifs en groupe. Par exemple, des applications permettent d'organiser et d'animer ce type de temps fort. Les agents doivent relever des défis sportifs et ludiques pour gagner des points pour leur équipe.

Zoom sur le programme “ Poissy bien-être ”

- ✿ Ce programme s'inscrit dans les suites d'une réflexion sur l'absentéisme et la volonté de s'investir dans une démarche de qualité de vie au travail.
- ✿ Les agents disposent de deux heures par semaine pour pratiquer une activité proposée par le programme.
- ✿ La pratique est gratuite et sur la base du volontariat.
- ✿ L'offre d'activités est variée. 13 activités étaient ainsi proposées en 2020
- ✿ Pour développer l'offre, la ville s'appuie sur ses équipements et ses éducateurs sportifs.
- ✿ La volonté du maire de travailler sur le rôle du sport et le travail commun de la DRH, du service des sports et du service juridique ont contribué au succès de la démarche, en permettant un portage cohérent et fort par le politique et l'ensemble des services concernés.

L'enchaînement vertueux des bénéfices du sport-santé :



Source : Étude MNT

Quand le sport-santé s'adapte aux agents vulnérables



Saint-Brieuc-Armor Agglomération

Saint-Brieuc-Armor Agglomération a souhaité cibler les agents assurant la collecte des déchets, très exposés à une forte sinistralité. L'agglomération a mis en place des réveils musculaires pour préparer le corps à l'activité et limiter ces risques. Un coach sportif est venu initier les équipes aux routines d'éveil musculaire.



Ville de Colomiers

La collectivité a expérimenté un parcours d'activité physique adaptée sur le temps de travail des agents. Chaque semaine (d'avril à juillet 2021), une dizaine d'agents en restriction médicale ont suivi une séance d'activité physique adaptée de 1 heure 30. Ils participent à ce programme sur la base du volontariat et en accord avec leurs managers. Les séances ont été adaptées à leur condition physique et à leurs difficultés.



Conseil départemental de Seine-Saint-Denis

Des séances d'activité physique ont été intégrés dans le parcours d'accompagnement au retour dans l'emploi des agents de retour d'une absence de longue durée.

Les différentes formes de programmes

Un **programme d'activité physique adaptée** avec un professionnel

Un programme d'activité physique adaptée **sur examen médical**

Un **accompagnement à la reprise** après un arrêt long

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

Selon le baromètre du bien-être au travail dans les collectivités de la Gazette des communes de 2020 :

32% des agents interrogés ont déclaré ne pas pratiquer d'activité physique

10% ont déclaré pratiquer une activité physique une à deux fois par mois



La crise sanitaire a renforcé l'urgence de s'intéresser à l'activité physique des agents.

Les périodes de confinement et de restriction des déplacements ont augmenté la **sédentarité** des Français.

55% des agents estiment que leur niveau de bien-être s'est dégradé en 2020

(baromètre de la MNT et La Gazette des communes sur la santé au travail)

80% des agents disent ressentir du stress au travail



Ce stress produit des **effets sur le sommeil** (pour 57 % des agents) et sur la **santé globale** (pour 45 % des agents).

Les agents sont particulièrement demandeurs d'actions de prévention pour les aider à lutter contre :

- # Les **risques psychosociaux** (82 %)
- # Les **troubles musculo-squelettiques** (69 %)

Prévention santé

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

02 85 52 82 26

www.kiplin.com