

# SPORT ENTREPRISE MAYENNE 2024

# TRAVAILLER

**spor**  **ACTIVEZ VOTRE SANTÉ!**  
**santé**  
PAYS DE LA LOIRE

# BOUGER

**L'entreprise : Actrice du bien-être et de la santé**  
**Les clubs mayennais : acteurs des bienfaits du sport**



## LE SPORT EN ENTREPRISE : « SENTEZ-VOUS SPORT »

Une étude **MEDEF – CNOSF – AG2R** : avantages pour l'entreprise, le salarié, la société civile.  
Une enquête **Ministère des sports – MEDEF – CNOSF – Union sport et Cycles** (21 nov. 2017) :  
Les freins et les leviers pour passer à l'action et les enjeux d'accompagnement.

## LA POLITIQUE RSE DE L'ENTREPRISE

**Le bien-être au travail est au cœur** des préoccupations de l'entreprise.  
Accompagner la qualité de vie au travail est un élément majeur de la vie évitant le stress, permettant la constitution d'équipe, la mobilisation pour la réussite du projet industriel, l'amélioration de la sécurité au travail.

## L'ENTREPRISE, ACTEUR DE SANTE

Parmi les multiples propositions de bien-être : aménagement des horaires de travail, prise en compte des contraintes personnelles et familiales, télétravail, solutions de garde d'enfants, aides matérielles spécifiques, les facilités pour faire du sport en entreprise n'apparaissent qu'en 6<sup>ème</sup> position mais il reste dans **le souhait du développement durable et de la sécurité**.

Le sondage de l'Etude DENJEAN Associés, publié en février, souligne l'importance qu'a prise la politique RSE dans les entreprises, aux yeux des français.

## LES BIENFAITS DU SPORT EN ENTREPRISE SONT CONNUS DES CHEFS D'ENTREPRISES

Dans une enquête réalisée fin 2017 par le Ministère des Sports, le MEDEF, l'Union sport et cycle, et le CNOSF, 87% des dirigeants sondés déclarent avoir déjà entendu parler des effets positifs de la pratique sportive des salariés sur la compétitivité de l'entreprise.

91% des dirigeants ayant une pratique sportive régulière connaissent les bienfaits pourtant l'offre sport est encore trop peu présente au sein des entreprises.

Une très large majorité (82%) des entreprises françaises n'a pas encore mis en place des initiatives en faveur de la pratique physique et sportive.

**L'intérêt et la pratique sportive du dirigeant sont des facteurs clés dans la mise en œuvre d'une Activité Physique et Sportive au sein de l'entreprise.**

## Les solutions du mouvement olympique et sportif développées par le Comité Départemental Olympique et Sportif de la Mayenne.

Le Mouvement Olympique et Sportif de La Mayenne vous propose avec l'opération « **Sentez-vous sport** », reconnue par le CNOSF, **une solution pour permettre un développement de la politique RSE** avec des activités physiques et sportives qui correspondent à vote CHOIX et une relation administrative simplifiant vos procédures en plein accord avec votre souhait.

**Les enjeux** : *communication dans l'entreprise, moyens humains et financiers, pédagogie et accompagnement par des coachs qualifiés, lever les freins exogènes : réglementation, solutions de financement, logistique des espaces, sont pris en compte dans la démarche et négociables par l'entreprise.*

### **Proposition A : JOURNEE TOUS EN SPORT**

Initiations pendant les temps libres dans des ateliers spécifiques. Cette journée permet aux salariés de tester des pratiques sportives, optimiser leur choix mais aussi de se mobiliser pour le bien-être avec le sport.

### **Proposition B : SEANCES OPTIMISEES POUR LES OBJECTIFS DEFINIS APRES LE DIAGNOSTIC**

- ❖ **Stratégie bien-être** : amélioration de posture au travail, relaxation, massage, anti-stress.
- ❖ **Stratégie coaching sportif** : séances de sports aménagées sur un programme de 4 à 8 semaines. Les fédérations ont adapté les règles et matériels pour développer le « *sport qui se pratique* » différemment du « *sport de compétition* » : marche nordique, self défense, taïso, fitness ou disciplines adaptées tennis de table, aviron, sport collectif – handfit, basket santé, soft volley...
- ❖ **Management** : conduite d'équipe professionnelle et conduite d'équipe de professionnels.
- ❖ **Nutrition** : alimentation adaptée avec la SRAE (horaire de travail, poste, corps personnel).
- ❖ **Stratégie médicale avec intervention de médecin du sport** : technique d'échauffement avant la prise de poste, prévention aux accidents musculaires, réparation avec arrêt pour une cause physique.
- ❖ **Handicap** : mise en relation pour l'intégration de personnes valides et personnes en situation de handicap.

### **Proposition C : SENSIBILISATION AU SPORT AVEC L'ENTREPRISE**

En collaboration avec l'entreprise et les clubs locaux, le CDOS de la Mayenne propose une inscription individuelle sur la plateforme dédiée sans intervention de l'entreprise.

## PROPOSITION DU MOUVEMENT OLYMPIQUE ET SPORTIF :

Un diagnostic ENTREPRISE - SALARIES pour définir l'action correspondant aux objectifs de l'ENTREPRISE.

Une solution définie PAR l'ENTREPRISE.

Une convention unique.

Un club et ses cadres professionnels du secteur géographique de votre entreprise.

Une solution financière négociée.

## REGLEMENTATION :

Mise à votre disposition d'un dossier spécifique mis en place par le CNOSF.

## FINANCEMENT :

Solutions déjà mises en place par expérience :

Participation de l'entreprise (CHS – CE).

Participation de l'employé partielle ou totale (en général 5€ la séance).

Relation avec collectivités, mutuelles pour prise en charge partielle ou totale (diminution du risque d'accident).

Financement participatif.

## Contact CDOS Mayenne :

**[entreprise.mayenne@franceolympique.com](mailto:entreprise.mayenne@franceolympique.com)**

**Téléphone : 02 43 67 10 30**

