

RAPPORT DE L'ÉTUDE

# Les salariés & le sport en entreprise

Novembre 2018



# LA MÉTHODOLOGIE



## Méthodologie



Étude réalisée auprès d'un échantillon de **1012 salariés** représentatif des salariés français âgés de 18 ans et plus.

L'échantillon a été constitué selon la méthode des quotas, au regard des critères de sexe, d'âge, de catégorie socioprofessionnelle, de taille et secteur d'activité de l'entreprise.



**Dates de terrain :** les interviews ont été réalisées du **24 au 31 octobre 2018**



**Mode d'interrogation :** L'échantillon a été interrogé par internet sur système CAWI (Computer Assisted Web Interview) via NewPanel, le panel d'OpinionWay.

Pour les remercier de leur participation, les panélistes ont touché des incentives ou ont fait un don à l'association proposée de leur choix.



OpinionWay a réalisé cette enquête en appliquant les procédures et règles de la norme ISO 20252.



Les résultats de ce sondage doivent être lus en tenant compte des marges d'incertitudes : 1,5 à 3 points au plus pour un échantillon de 1000 personnes.

*Toute publication totale ou partielle doit impérativement utiliser la mention complète suivante :*

**« Sondage OpinionWay pour Gymlib »**  
*et aucune reprise de l'enquête ne pourra être dissociée de cet intitulé.*

# Le profil des personnes interrogées

Sexe	%
Un homme	52%
Une femme	48%

Âge	%
de 15 à 29 ans	20%
de 30 à 39 ans	26%
de 40 à 49 ans	28%
de 50 à 59 ans	23%
de 60 ans et plus	3%

Statut	%
Salariés du secteur privé	74%
Salariés du secteur public	26%

Taille de l'entreprise	%
Moins de 10 salariés	23%
10 à 49 salariés	18%
50 à 499 salariés	18%
500 à 999 salariés	5%
1 000 salariés et plus	36%

CSP	%
Cadres	21%
Professions intermédiaires	25%
Employés	31%
Ouvriers	23%

Secteur	%
Industrie	16%
BTP	7%
Tertiaire	77%

# LES ENSEIGNEMENTS

# 01.

**Bien-être au travail :**  
un bilan satisfaisant,  
mais peut mieux faire



# Un niveau de bien-être au travail jugé satisfaisant par une majorité de salariés



1012 individus

Question - Comment évaluez-vous plus globalement votre niveau de bien-être au travail ?

Les *salariés* attribuent  
une note moyenne de

**6,4/10**

à leur niveau de *bien-être  
au travail*

cadre : 6,7/10

secteur public : 6,8/10

**57%** Notes de 7 à 10



**22%** Notes de 5 à 6



**20%** Notes de 1 à 4

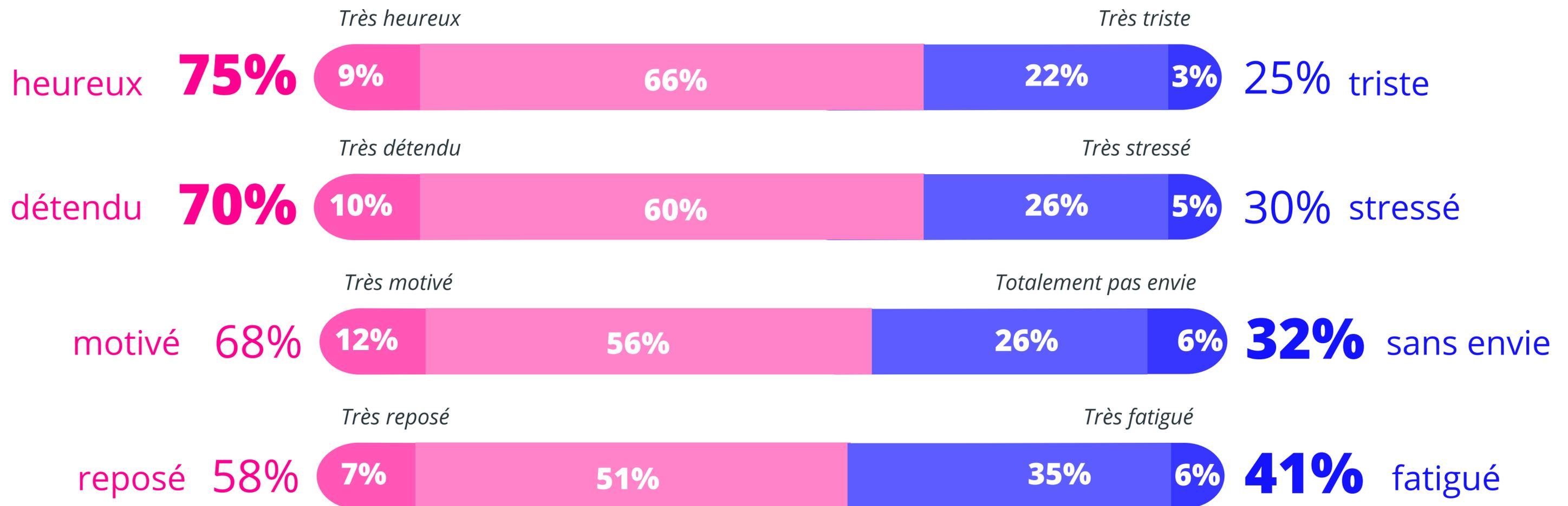


# Un bien être qui masque cependant un état de fatigue assez répandu parmi les salariés



1012 individus

Question - Lorsque vous arrivez au travail le matin, êtes-vous le plus souvent :



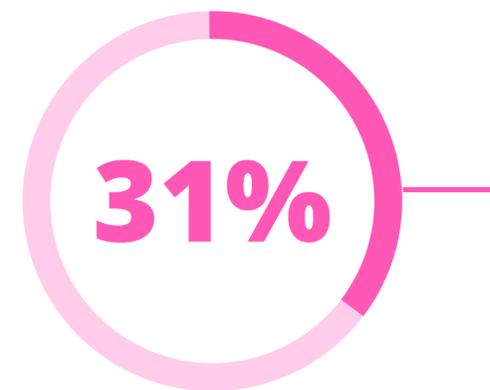
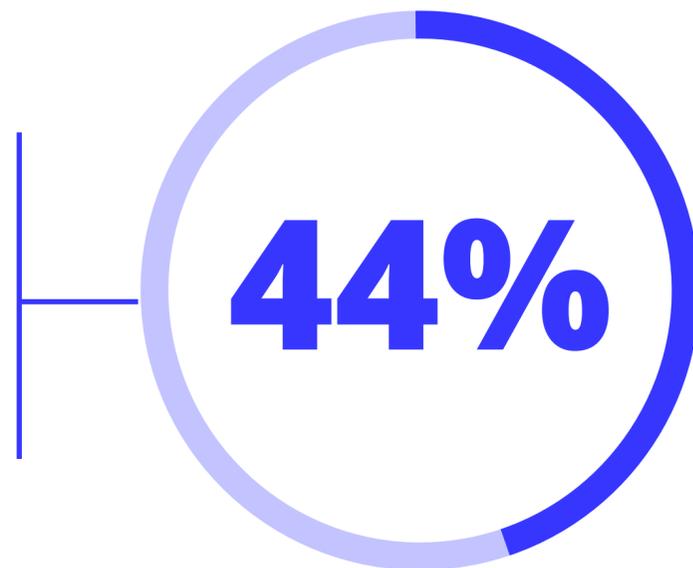
# Un bien être dont une part importante de salariés estime que leur entreprise pourrait davantage se soucier



1012 individus

Question - À propos de l'entreprise dans laquelle vous travaillez, diriez-vous que :

Des salariés estiment que leur entreprise **ne se préoccupe pas du bien-être de ses salariés**



Un constat un peu moins partagé **par les cadres**

# 02.

## Le sport, un des leviers du bien-être au travail



# Derrière les fondamentaux du travail, le sport est perçu par les salariés comme une source importante de bien-être au travail



1012 individus

Question - Dans quelle mesure chacun des éléments suivants vous permet-il de vous sentir bien au travail ?



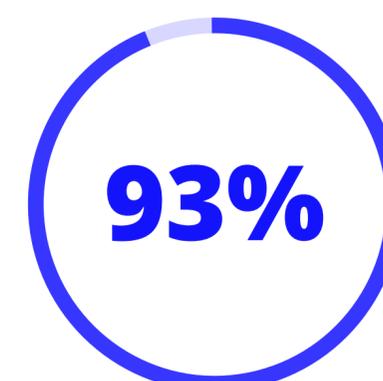
95%

Un bon équilibre vie professionnelle / vie privée



94%

Un métier intéressant



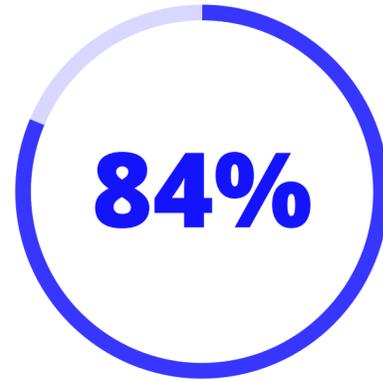
93%

De bonnes conditions matérielles de travail



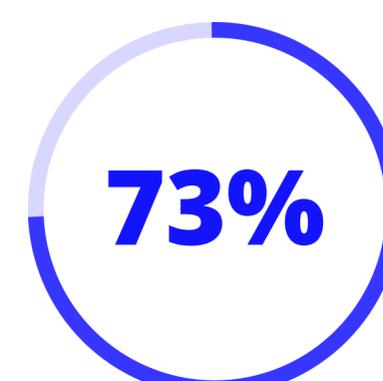
92%

Une bonne qualité de sommeil



84%

Une alimentation saine et équilibrée



73%

Une activité physique et sportive régulière



# ... pour des salariés qui souhaiteraient en faire plus aujourd'hui



1012 individus

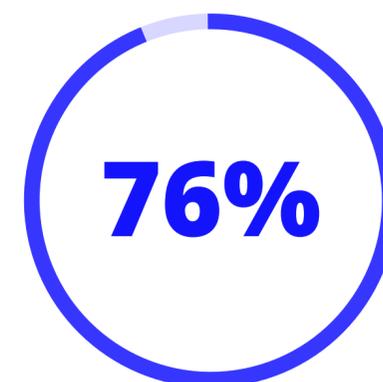
Question - Dans quelle mesure chacun des éléments suivants vous permet-il de vous sentir bien au travail ?



L'équilibre et la variété de votre alimentation



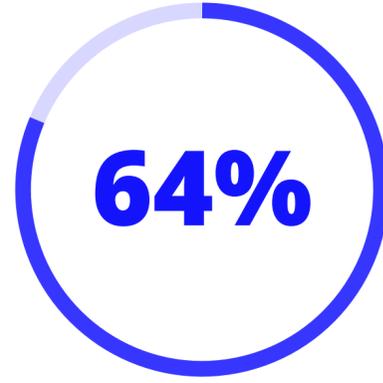
L'intérêt de votre métier



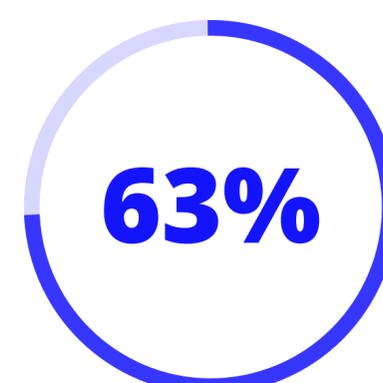
Votre équilibre vie privée vie professionnelle



Vos conditions matérielles de travail



La fréquence à laquelle vous pratiquez une activité physique et sportive



La qualité de votre sommeil



# Faire du sport au moins une fois par semaine : la fréquence idéale pour les salariés



1012 individus

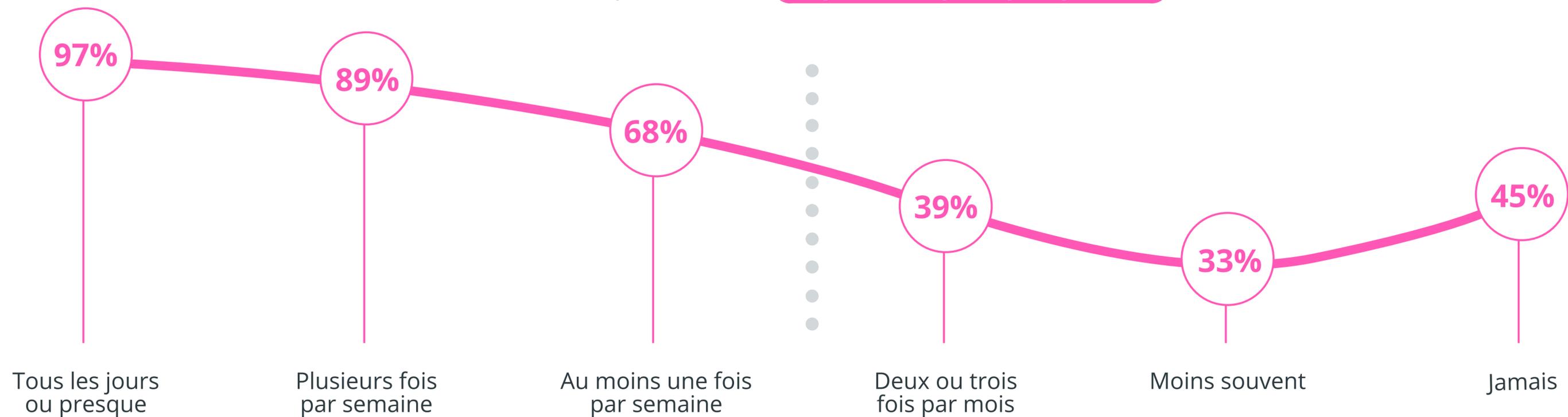
Question - Dans quelle mesure êtes-vous satisfait(e) de chacun des éléments suivants ?

## FRÉQUENCE DE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE ET SPORTIVE

😊 **64%** Satisfaits

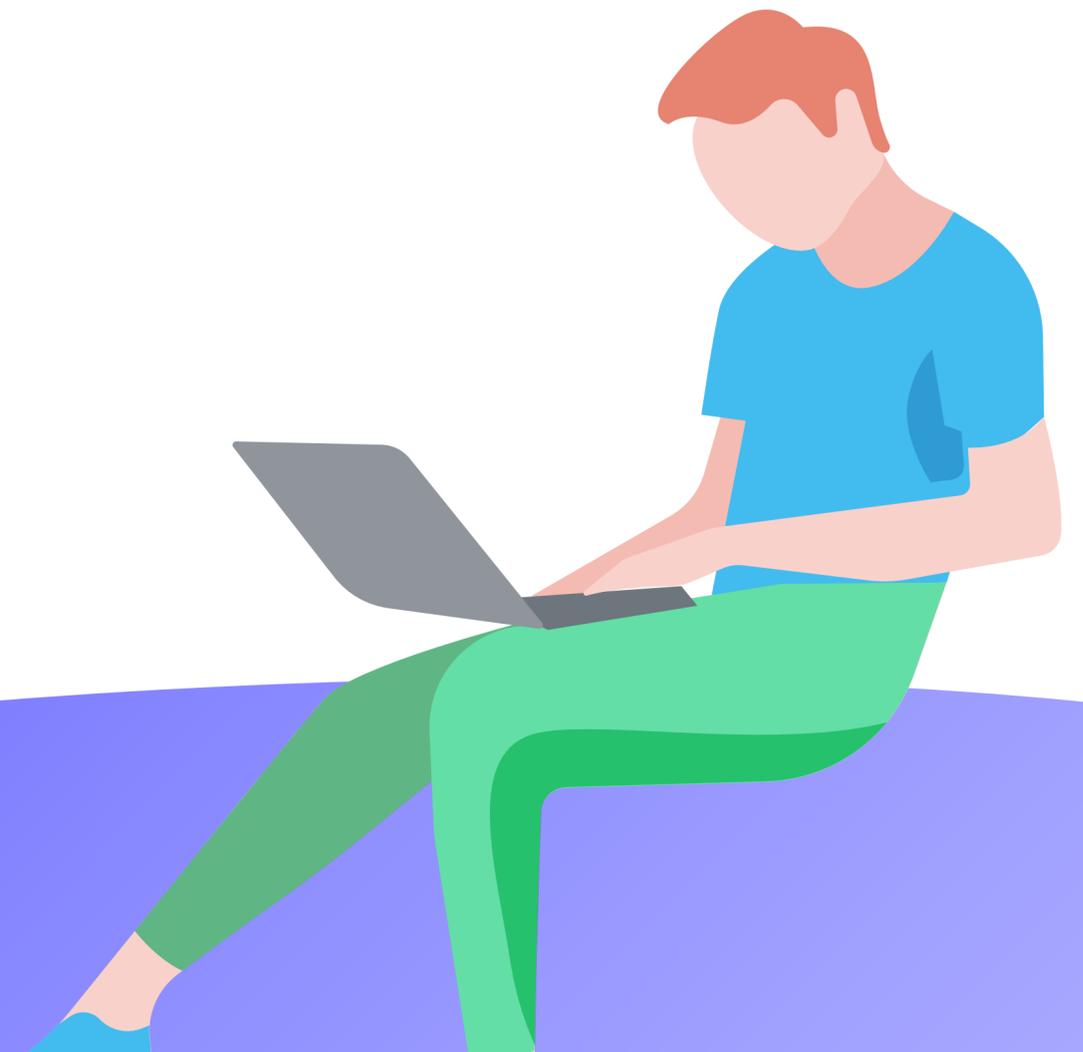
😞 **36%** Pas satisfaits

Total « satisfait » selon la **fréquence de pratique sportive :**



# 03.

**Le sport**, un sujet encore  
peu investi par l'entreprise



# Une majorité de salariés estime que leur entreprise ne s'intéresse pas au sport



1012 individus

Question - Comment décririez-vous le rapport au sport de votre entreprise ?



## 59%

Votre entreprise ne s'intéresse ni au sport, ni aux pratiques sportives des salariés

TPE ou PME : 79% et 69%



## 28%

Votre entreprise s'associe à des événements mais n'incite pas spécialement à la pratique sportive

IDF : 36% / ETI : 29% / GE : 42%



## 12%

Votre entreprise incite ses salariés à faire du sport ou à pratiquer une activité physique

ETI : 18%



# Alors même que le sport constitue un élément de convivialité au sein de l'entreprise



1012 individus

Question - Vous arrive-t-il de :



**28%**

*assistent à des retransmissions sportives* avec leurs collègues de travail



**27%**

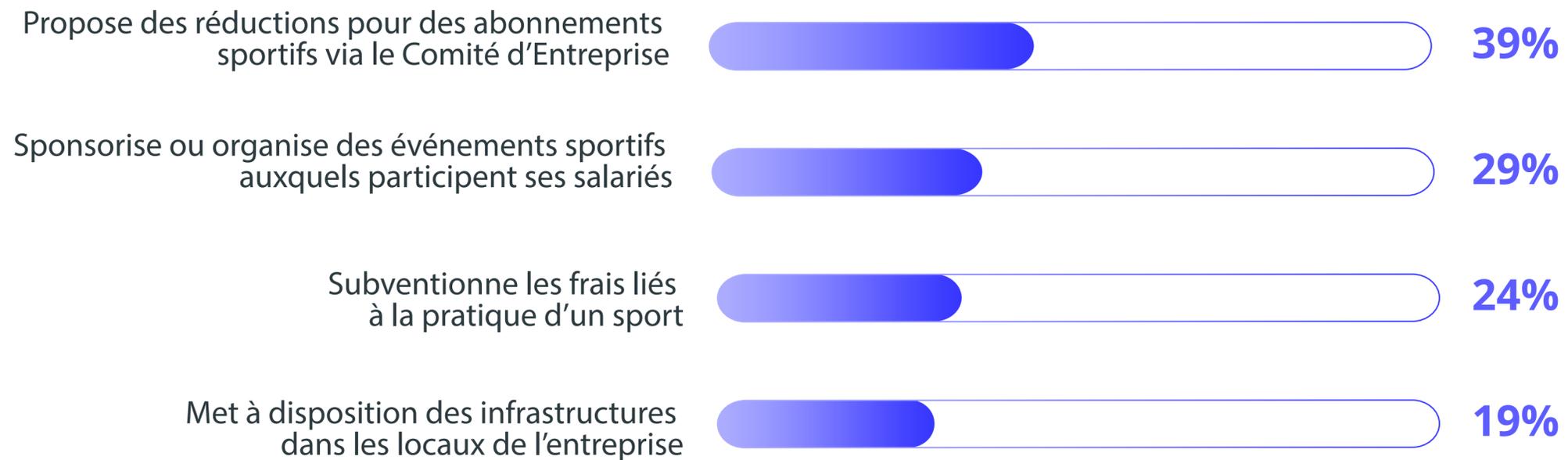
*font du sport* avec leurs collègues de travail

# L'offre de sport reste à date peu développée au sein des entreprises



1012 individus

Question - Votre entreprise :



## 42%

des entreprises proposent une offre de sport \*

IDF : 56% / ETI : 57% / GE : 67%

\* au moins une réponse positive

# Une offre limitée qui ne satisfait pas une majorité de salariés



1012 individus

Question - Êtes-vous satisfait(e) de ce que vous propose votre entreprise pour encourager la pratique du sport / d'une activité physique ?

## Satisfaction à l'égard de L'OFFRE "ACTIVITÉ PHYSIQUE ET SPORTIVE"



41%

Cadre 52%



59%

tout à fait satisfait

6%

34%

34%

26%

pas du tout satisfait

TPE 34%

# 04.

## Santé, image employeur...

les bénéfices perçus du sport sont pourtant nombreux pour les salariés



# Une stratégie gagnant-gagnant



1012 individus

## Question - La possibilité de faire du sport grâce à votre entreprise améliore-t-elle :

Question posée aux salariés bénéficiant d'une offre de sport (429 salariés)

### Sous-total oui



77%



73%



70%



69%



69%



67%



65%



63%



60%

----- Votre santé -----

----- L'image de votre entreprise -----

----- L'ambiance générale au sein de votre entreprise -----

----- Votre gestion du stress au travail -----

----- Votre bien être au travail -----

----- Vos échanges avec vos collègues -----

----- Vos équilibres vie pro / vie privée -----

----- Votre motivation au travail -----

----- L'envie de rester dans votre entreprise -----

## Question - Si votre entreprise vous donnait la possibilité de faire du sport, pensez-vous que cela améliorerait :

Question posée aux salariés ne bénéficiant pas d'une offre de sport (583 salariés)

### Sous-total oui

80%



64%



63%



66%



65%



61%



55%



55%



52%



## Des bénéfices nets sur le bien-être et la motivation...

---



1012 individus

*Question - Comment évaluez-vous plus globalement votre niveau de bien-être au travail ?*

*Question posée à tous les salariés (1012 salariés)*

**6,7/10**

Les salariés *bénéficiant d'une offre de sport* attribuent la note de **6,7/10** à leur niveau de bien-être au travail.

---

**6,1/10**

Les salariés *NE bénéficiant PAS* d'une offre de sport attribuent la note de **6,1/10** à leur niveau de bien-être au travail.

*Question - À propos de l'entreprise dans laquelle vous travaillez, diriez-vous que :*

*Question posée à tous les salariés (1012 salariés)*

**66%**

des salariés *bénéficiant d'une offre de sport* estiment que dans leur entreprise les salariés sont *motivés*.

---

**57%**

des salariés *NE bénéficiant PAS* d'une offre de sport estiment que dans leur entreprise les salariés sont *motivés*.

## ... ainsi que sur la perception de l'entreprise



1012 individus

Question - Une entreprise qui propose à ses salariés une offre leur permettant de faire du sport est-elle :

Question posée à tous les salariés (1012 salariés)



84%

Ouverte d'esprit

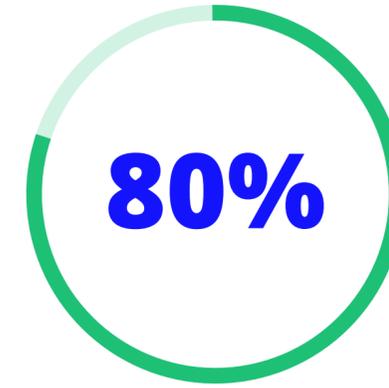
Salariés bénéficiant d'une offre de sport au sein de leur entreprise : 90%



82%

Bienveillante

Salariés bénéficiant d'une offre de sport au sein de leur entreprise : 87%



80%

Stimulante

Salariés bénéficiant d'une offre de sport au sein de leur entreprise : 85%



77%

Innovante



73%

Audacieuse

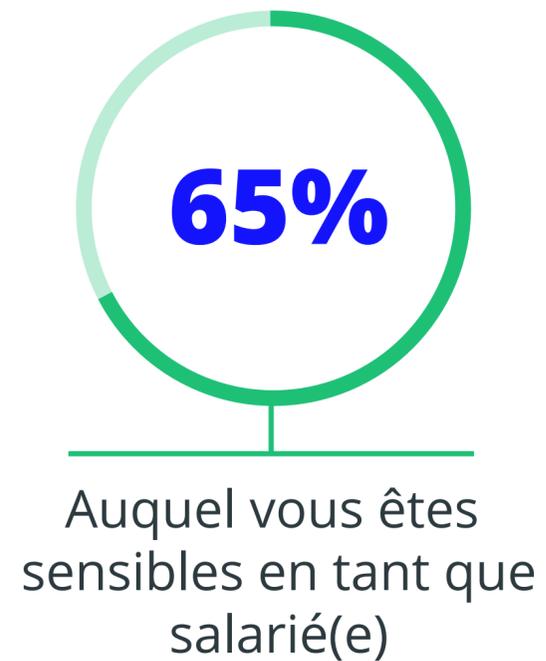
# L'offre sport, facteur de fidélisation des talents



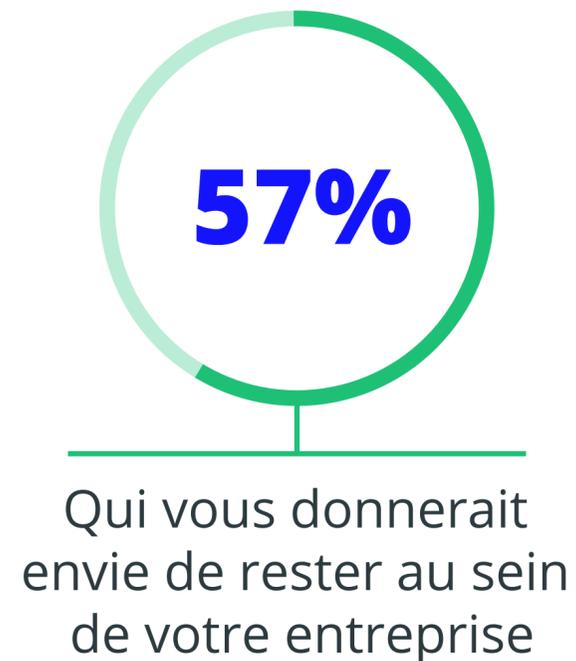
1012 individus

Question - La possibilité de bénéficier d'une offre « sport » proposée par l'entreprise est-elle un critère :

Question posée à tous les salariés (1012 salariés)



18-29 ans : 69%  
30-39 ans : 69%



18-29 ans : 67%  
30-39 ans : 62%



18-29 ans : 48%  
30-39 ans : 46%

**05.**

**Quels leviers actionner  
pour faire sauter  
le pas aux salariés ?**



# Un coup de pouce financier de leur entreprise pourrait motiver à s'engager dans une pratique sportive...



1012 individus

Question - Si votre entreprise proposait de prendre en charge une partie de votre abonnement ou cotisation cela vous encouragerait-il à vous mettre au sport en 2019 / à faire du sport plus souvent en 2019 ?

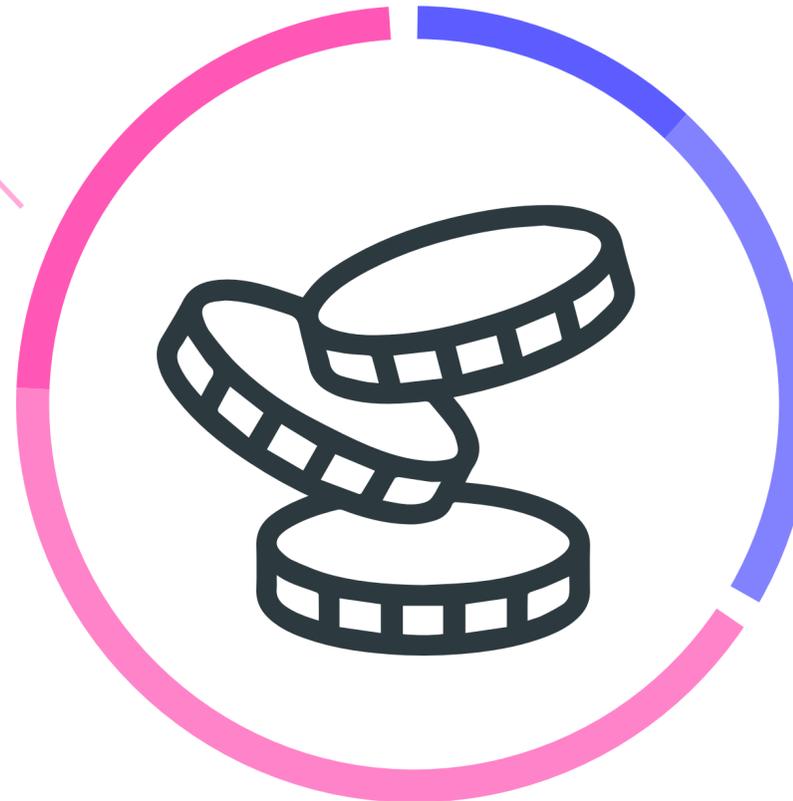
Question posée à tous les salariés (1012 salariés)



**68%**

Sous-total oui  
18-29 ans 81%

26% oui, certainement  
42% oui, probablement



**32%**



Sous-total non

20% non, probablement pas  
12% non, certainement pas

...que les salariés complèteraient à hauteur  
de 25€ mensuels en moyenne



1012 individus

Question - Quel montant mensuel seriez-vous prêt à payer pour une offre de sport que vous proposerait votre entreprise ?

Ils seraient par ailleurs prêts à payer

**25€ par mois**

pour une offre de sport proposée par leur entreprise

Les cadres seraient prêts à payer **34€** et les cadres travaillant en région parisienne **41€**

Les salariés d'entreprises de 1000 salariés et + **30€**

Les 18-29 ans **29€**

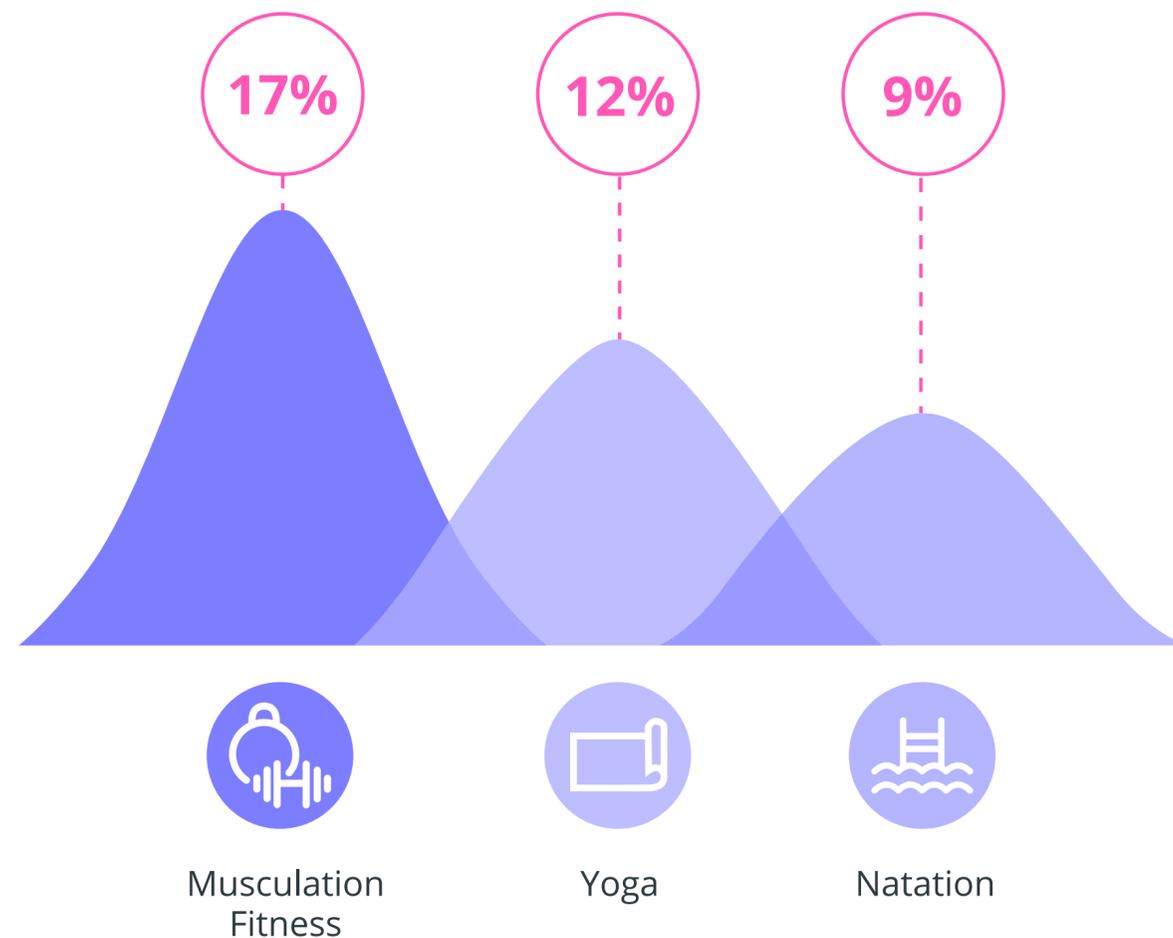


# Fitness, yoga et natation, les 3 sports que les salariés aimeraient le plus pratiquer ou découvrir



1012 individus

Question - Quel est le sport que vous aimeriez le plus pratiquer / découvrir si votre entreprise vous en offrait la possibilité ?



## Mais aussi...

- 8% Marche / Randonnée
- 8% Vélo VTT
- 6% Sport de raquette
- 5% Danse
- 5% Sport collectif (18-29 ans : 10%)
- 4% Running
- 4% Arts martiaux
- 4% Escalade (18-29 ans : 8%)
- 3% Golf
- 1% Athlétisme

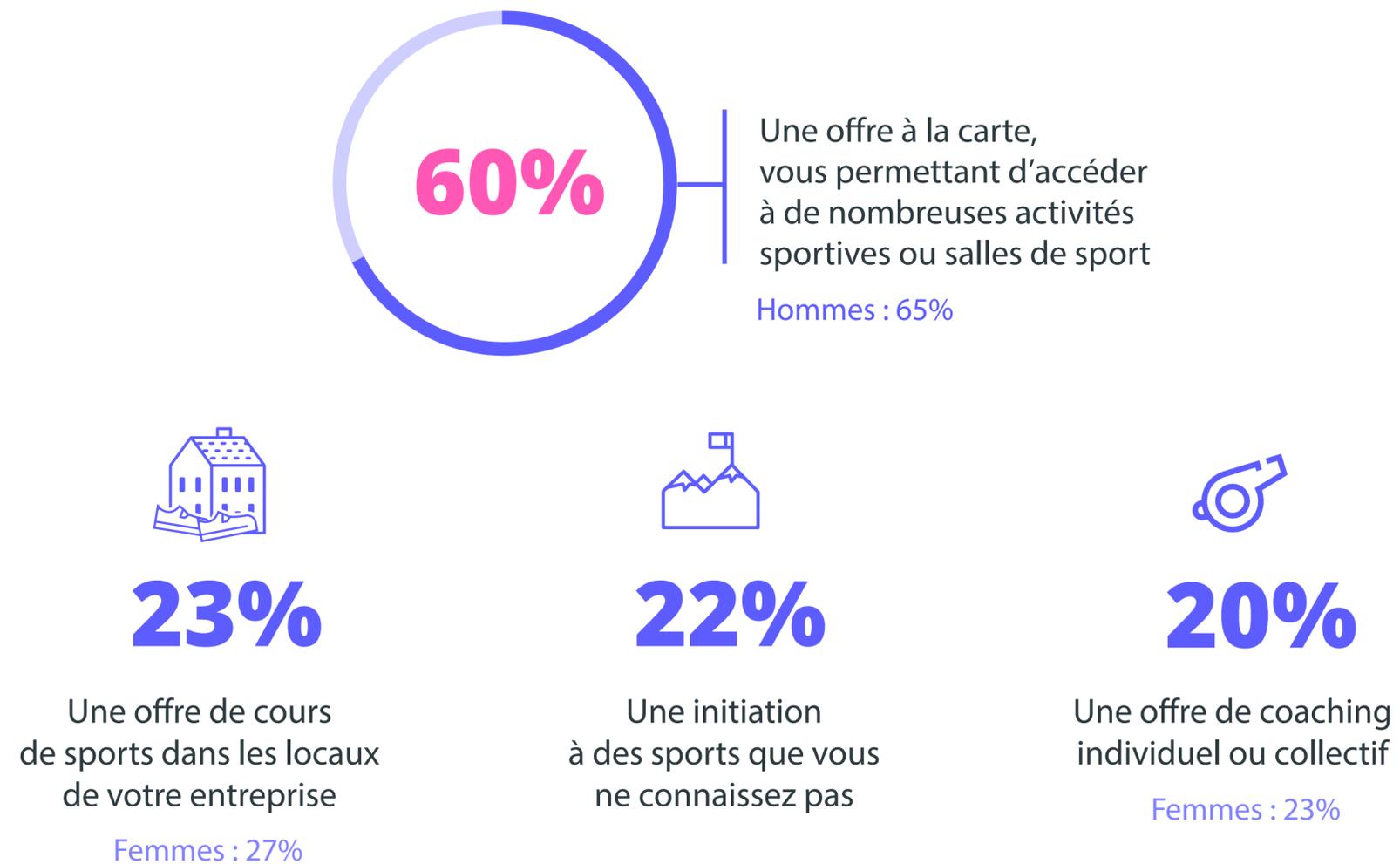
# L'offre « à la carte », idéale pour des salariés en quête de sports abordables



1012 individus

Question - De quel(s) type(s) d'offre(s) de sport aimeriez-vous bénéficier au sein de votre entreprise ?

Question posée à tous les salariés (1012 salariés)



 **Gymlib** × *“opinionway*

156 rue de la Roquette 75011 PARIS

15 place de la République 75003 PARIS