



# ACTIVITÉ PHYSIQUE DE TRAVAIL : QUELS INTÉRÊTS POUR L'ENTREPRISE ?



## Nos missions ?

- Venir en appui au **développement** des entreprises de l'**alimentaire** en **Auvergne-Rhône-Alpes** : agricoles, artisanales ou **industrielles**.

## Dans quels domaines ?

### PROMOTION ET COMMUNICATION :

- Développer la consommation de produits régionaux

### ENTREPRISES:

- Faciliter l'accès aux marchés en local, en région, en France et à l'international
- Améliorer la performance et les conditions de travail

Depuis 2009, coordination en partenariat avec **Carsat Rhône-Alpes**, du programme **Santé et Performance** dans l'agroalimentaire



**Près de 100 entreprises ont participé à nos actions collectives régionales**



## OBJECTIFS DU WEBINAIRE

- 
- **S'informer sur les enjeux de l'Activité Physique (AP) au travail**
  - **Réfléchir à l'implantation d'action(s) d'AP dans son entreprise**
  - **Connaître les outils, les moyens de construire et d'évaluer les actions d'AP S'outiller avant de mettre en œuvre ces démarches**
  - **Bénéficier du retour d'expérience d'entreprises sur le sujet**

## INTERVENTIONS ET TÉMOIGNAGES



Auvergne-Rhône-Alpes  
gourmand

**Françoise MOLEGNANA, Auvergne-Rhône-Alpes Gourmand**



AG2R LA MONDIALE

**Jacky BILLON-GRAND, AG2R La Mondiale**



**Yann BAUP, AG2R La Mondiale\_ L-VIS**



**Didier COTE, Carsat Rhône-Alpes**



**Murielle VUITTON, Révillon Chocolatier**



**Marion HENRI, Tradival**



# PROGRAMME DU WEBINAIRE

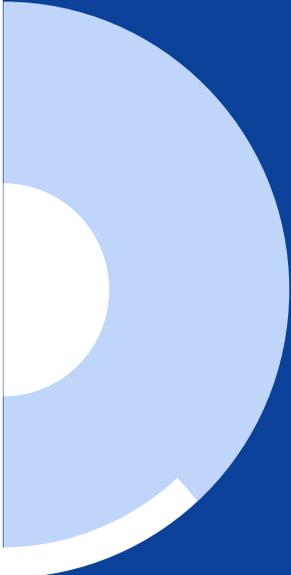
- 1<sup>ère</sup> Séquence – Introduction et éléments de contexte**  
Françoise Molegnana, Auvergne-Rhône-Alpes Gourmand  
Jacky Billon-Grand, AG2R La Mondiale
- 2<sup>ème</sup> Séquence – Positionnement du sujet dans le cadre d'une démarche de prévention**  
Didier Cote, Carsat Rhône-Alpes
- 3<sup>ème</sup> Séquence – Activité physique : de quoi parle-t-on ?  
Quels intérêts pour l'entreprise**  
Yann Baup, AG2R La Mondiale, L-VIS

## Réponse aux questions

- 4<sup>ème</sup> Séquence – Mise en œuvre des actions : quels points de vigilance ?  
Evaluation des actions : quelle démarche et indicateurs ?**  
Yann Baup, AG2R La Mondiale, L-VIS
- 5<sup>ème</sup> Séquence – Témoignage de Révillon Chocolatier, Murielle Vuiton,  
Témoignage de Tradival, Marion Henri**

## Réponse aux questions





# 1<sup>ÈRE</sup> SÉQUENCE

## POURQUOI CE SUJET ?



AG2R LA MONDIALE

# Le Pôle alimentaire

au service des branches de l'alimentaire

MàJ Mars 2022



# AG2R LA MONDIALE

Spécialiste de l'assurance de personnes

## Notre Mission

Sécuriser durablement nos clients et restaurer leur capacité à se projeter vers l'avenir

## Nos Clients



**15 millions**

de personnes et d'ayants droit protégés



**Plus de 500 000**

Entreprises accompagnées soit une entreprise sur 4 en France



**Près de 110 accords de branches**

1<sup>er</sup> assureur des branches professionnelles



**Près de 130 Milliards d'Euros**

D'actifs gérés

## Nos Métiers

### Retraite complémentaire et supplémentaire

Préserver son niveau de vie

### Prévoyance

Se prémunir contre les aléas de la vie

### Santé

Protéger sa santé et celle de ses proches

### Assurance vie épargne

Sécuriser ses revenus et préparer son avenir



# ISICA puis AG2R LA MONDIALE : partenaires historiques de la filière alimentaire

Soutien aux salariés  
et entreprises du  
secteur alimentaire

Rapprochement Isica et  
AG2R  
Préservation de l'identité  
alimentaire avec création  
d'un Pôle sectoriel paritaire

Instance dédiée  
directement rattachée à  
la Sommitale du  
Groupe

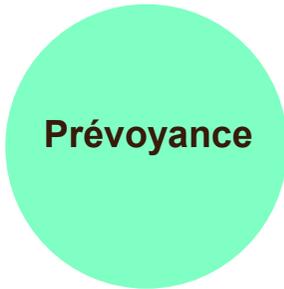
**10 ans du Pôle  
#10engagements**

1955

2004

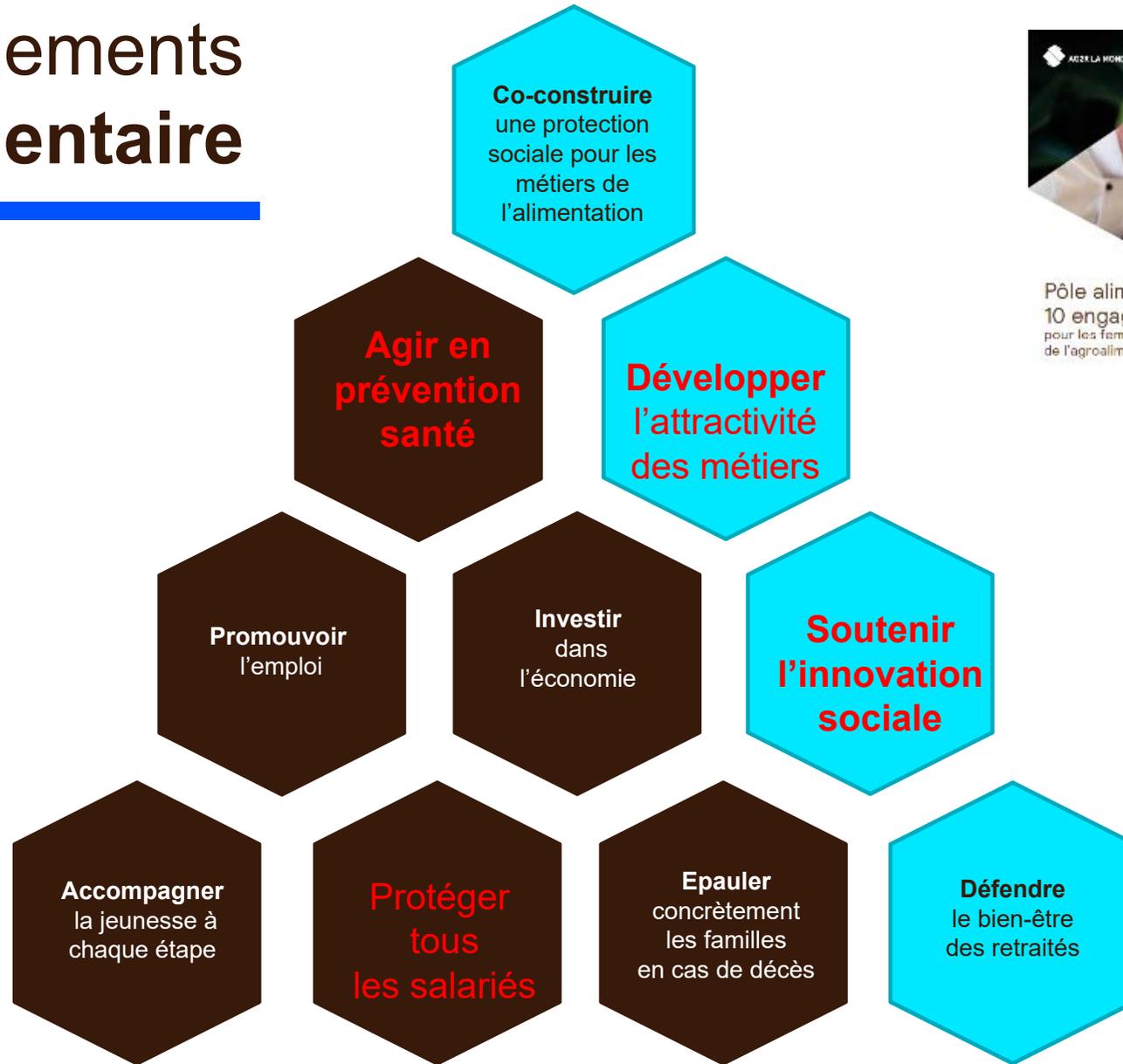
2008

2018



# Les 10 engagements du Pôle alimentaire

---



# Pôle alimentaire d'AG2R LA MONDIALE

1

## Chantiers réflexions prioritaires

- Primo-accédants et transmission d'entreprise
- **Prévention dans les entreprises**
- Accompagnement des fins de carrière
- Responsabilité Sociale des Entreprises pour les branches (RSE) de l'alimentaire
- Aidants
- **Attractivité des métiers, emploi et insertion**

2

## AGRRO Croissance

- Projet ayant pour objectif de développer des relations de proximité avec les dirigeants du secteur agroalimentaire et de financer des TPE-PME de ce secteur via :
- les Clubs Aggro Croissance ;
  - et son fonds d'investissement associé.

3

## Fonds d'action sociale AGIRC-ARRCO et AG2R Prévoyance

### 15 projets action sociale

- L'accompagnement des jeunes apprentis de l'alimentaire avec la solution de la cohabitation intergénérationnelle
- L'illettrisme en entreprise
- .....

Merci



<https://www.ag2rlamondiale.fr/nous-connaître/notre-expertise/accords-collectifs/pole-alimentaire>



@AG2RLMbranches  
#CultureBranches



## 2ÈME SÉQUENCE

# POSITIONNEMENT DU SUJET DANS LE CADRE D'UNE DÉMARCHE DE PRÉVENTION

## CARSAT : QUI SOMMES-NOUS ?



### UN RESEAU ORGANISÉ AUTOUR DE TROIS MISSIONS :



LA REPARATION



LA TARIFICATION



LA PREVENTION

## CARSAT : NOTRE RÔLE

« Sensibiliser et accompagner les employeurs pour une santé durable au travail »

Nos offres de service en matière de prévention :

- Accompagnement sur des risques particuliers
- Formation
- Document technique



**50 000** visites d'entreprises et de chantiers par an : les entreprises visitées correspondent à **28% des sinistres** et **33% des dépenses de la branche**

**Plus de 1,2M** de personnes formées à la prévention des risques par an par des organismes habilités par la branche

# LES DIFFÉRENTS NIVEAUX DE PRÉVENTION

## PREVENTION

### Primaire

Supprimer ou limiter l'exposition à un ou plusieurs *facteurs de risque*

- Dispositif d'aide à la manutention
- Poste de travail réglable
- Outils adaptés à la morphologie
- Organisation du travail (contenu et ordre des tâches à réaliser)

## PROTECTION

### Secondaire

Limitier l'impact des facteurs de risque

- Echauffements, étirements
- Gestes et postures
- Port d'exosquelettes
- Hygiène de vie, alimentation

## REPARATION

### Tertiaire

*Soigner, atténuer les impacts de l'exposition aux facteurs de risque*

- Kinésithérapie, ostéopathie, massages
- Médicaments
- Chirurgie

## 3<sup>ÈME</sup> SÉQUENCE

### ACTIVITÉ PHYSIQUE :

- ***DE QUOI PARLE-T-ON ?***
- ***QUELS INTÉRÊTS POUR L'ENTREPRISE***

### LIEN SANTÉ ET PERFORMANCE :

- ***QU'EN DISENT LES ÉTUDES ?***

# Déroulé et contenu

---

## 3<sup>ème</sup> Séquence

- L'AP : de quoi parle-t-on ?
- Quels intérêts pour mon entreprise ?

## 4<sup>ème</sup> Séquence

- Mise en œuvre des actions : quels points de vigilance ?
- Evaluations des actions : quelles démarches et quels indicateurs ?



# L'AP : de quoi parle-t-on ?

---

## Relations AP (sport) et entreprise

- Séculaires et plurielles (Pierre et Barth, 2013)
- Un objectif commun : la recherche de la performance (Barbusse, 2016)

## Espace des offres d'AP en sciences sociales : une réalité plurielle

- Conférenciers du sport
- Événements sportifs
- Associations sportives
- Infrastructures et équipements sportifs
- Pratiques libres et auto-organisées
- Cours individuels ou collectifs

(Pierre et Dalla Pria, 2021 ; Barbusse, 2020 ; Chakor, 2016 ; Pierre, 2015 ; Pichot et al., 2009 ; Pierre et Tribou, 2000)



# L'AP : de quoi parle-t-on ?

---

## Définition de l'AP en sciences de la vie/nature

« tout mouvement corporel produit par les muscles squelettiques qui requiert une dépense d'énergie » (OMS, 2020)

## Catégories d'AP dans la vie quotidienne

- Professionnelle
- Loisir
  - « Utilitaire »/Domestique
  - Exercices « fitness »/sport (Caspersen, 1985)



# L'AP : de quoi parle-t-on ?

---

## AP au travail : différentes formes de pratique



**SPORT**  
(Brinkley, 2017)



**Exercices**  
**« fitness »/protection**  
(Shariat, 2018)

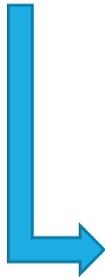


**« Utilitaire »**  
(Page et Nilsson,  
2017)



# Quels intérêts pour mon entreprise?

---



Gestion des ressources humaines (Dalla Pria, 2019 ; Chakor, 2016 ; Bouvet,2009)

- Entretien, protéger la santé mentale et physique
- Outil de (re)mobilisation, de (re)motivation et de cohésion d'équipe

Politique de communication externe et interne (Büttgen, 2016 ; Burlot, 2005)

- Amélioration, (re)valorisation de l'image et de l'identité de l'entreprise
- Levier de la marque employeur

# Etudes impact de l'AP sur les TMS

---

Programme d'exercices de renforcement musculaire, d'étirement ou d'échauffement, sur une période de 3 à 18 mois, avec des séances de 5 à 60 minutes (salariés de production et de bureau)

Revue systématique et méta-analyses (40 études)

- Prévention/Protection contre des épisodes de TMS (i.e., douleurs au bas du dos)
- Réduction des douleurs et des symptômes perçus des salariés souffrants de TMS
- Réduction des taux de récurrence et des arrêts maladies associés (Skamagki, 2018; Sowah, 2018)

Etudes interventionnelles en France : IRMES + L-VIS (11 entreprises)

- Réduction des épisodes de TMS et des douleurs associées
- Augmentation de la pratique d'AP loisir (Baup, 2021 ; Nassif, 2011)



# Synthèse 3ème séquence

---

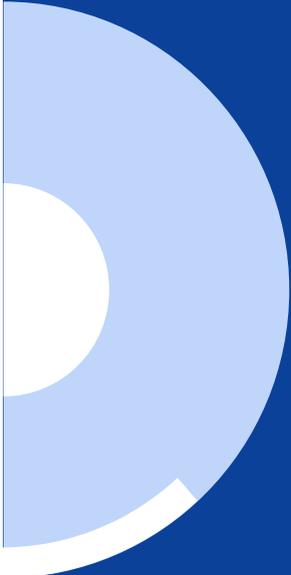
Relation historique entre l'AP (sport) et l'entreprise

Taxonomie des formes de pratique : Sport + Exercices « fitness »/protection + « Utilitaire »

Exercices « fitness »/protection  lutte contre la « sédentarité » et les TMS en entreprise

Offre(s) d'AP au travail

- Gestion des ressources humaines
- Politique de communication externe et interne



RÉPONSES À VOS QUESTIONS

POINT DE VUE DE LA CARSAT  
RHÔNE-ALPES

## 4ÈME SÉQUENCE

MISE EN ŒUVRE DES ACTIONS :

- ***QUELS POINTS DE VIGILANCE ?***

EVALUATION DES ACTIONS :

- ***QUELLE DÉMARCHE ET INDICATEURS ?***

# Mise en œuvre des actions : quels points de vigilance ?

---

## Relativisation des données

Effets bénéfiques de l'AP sont liées à des contextes d'actions spécifiques (Holtermann, 2018; Baarveld, 2011)

Impact réel sur l'absentéisme, la productivité et le ROI ? (Pereira, 2015)

Réalité de terrain = modeste participation, des effets limités

- < 20% des entreprises concernées (Union sport et cycle, 2017)
- 10-15% de taux de participation (Pierre, 2015)
- Peu d'adhésion des salariés « inactifs » (Pereira, 2015)
- 50 % d'abandon après 6 mois (Robroek, 2009)



# Mise en œuvre des actions : quels points de vigilance ?

---

## L'adhésion à l'AP au travail

Intégrer l'AP dans une approche globale de prévention/protection santé en entreprise

- Culture et politique d'entreprise, organisation du travail (notion de pratiques « découplées »)

(Kaspin, 2013 ; Hopkins, 2012; Weaver et al., 1999)

Impliquer l'ensemble des parties prenantes de l'entreprise

- *SPST, management, direction, RH...*

(Morris, 2018; Nery-Hurwit, 2017; White, 2016;)

Obtenir l'adhésion des salariés (les plus vulnérables, fragiles, « inactifs »)

- *Offre(s) d'AP, communication, soutien social, intervenants*

(Best, 2016 ; Ginis, 2013)



# Mise en œuvre des actions : quels points de vigilance ?

---

## Quels enjeux pour l'AP au travail ?

- Favoriser l'adhésion des salariés (surtout les plus vulnérables)
- Intégrer l'AP dans une approche globale de prévention santé en entreprise
- Co-conception des actions avec l'ensemble des parties prenantes
- Offres de service en lien avec le monde entrepreneurial (≠ du « sport » en entreprise ?)
- Au service de la performance économique et managériale (Barbusse, 2002)



# Evaluations des actions : quelles démarches et quels indicateurs ?

---

## Etude L-VIS « impact de l'AP au travail »

### 1<sup>ère</sup> phase : conception/faisabilité

- Quels sont les objectifs ?
- Quels designs et quelles méthodes ?

### 2<sup>ème</sup> phase : collecte des données, analyse et interprétation

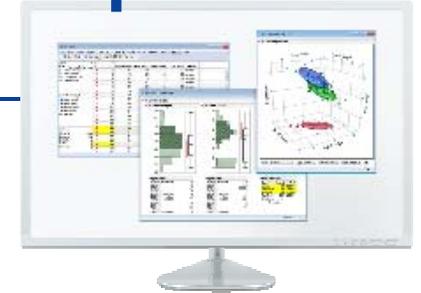


Implication  
« constante »  
des parties  
prenantes



# Evaluations des actions : quelles démarches et quels indicateurs ?

---



## 1<sup>ère</sup> phase

Résultats - efficacité → Méthode quantitative (appréciation chiffrée d'un phénomène)

Résultats - processus → Méthode qualitative (interpréter et comprendre les actions sociales)

(Résultats - économique)

## 2<sup>ème</sup> phase

Questionnaire(s)/enquête(s) (échelle(s) de Likert)

→ Analyse descriptive et inférentielle

Entretien(s) individuel(s), « focus group(s) », observation(s) (guide d'entretien)

→ Analyse thématique



# Exemple entreprise « fabricant de produits industriels techniques » (~1000 salariés)

---

Etude longitudinale sur 6 mois avec des mesures répétées (60 participants)

Implication « constante » des parties prenantes

## Objectifs

- Efficacité de l'AP sur les TMS au travail ?
- Résultats distaux : bien-être, cohésion d'équipe, et performance individuelle
- compréhension des processus (i.e., adaptation des actions au contexte d'entreprise)

Actions : sensibilisation à l'AP au travail + échauffement/étirement, 1 fois/semaine (15'), enseignant « APA »

- Salariés de production (avant la prise de poste)
- Salariés de bureau (pendant la pause du matin)

Méthode mixte (quantitative et qualitative)

# Exemples de questionnaires

---



- Questionnaire de Godin-Shephard sur l'activité physique pendant les temps de loisir (Godin, 2011)
- Indice du bien-être de l'OMS à 5 items (WHO-5)
- Questionnaire « nordique » sur les Troubles MusculoSquelettiques (TMS) (Descatha et al., 2007 ; Kuorinka et al., 1987)
- Questionnaire de la performance individuelle au travail (IWPD) (Koopmans et al., 2011)
- Echelle « Utrecht » d'engagement au travail (UWES) (Schaufeli & Bakker, 2004)



## Indice (en cinq points) de bien-être de l’OMS (1999)

Veillez indiquer, pour chacune des cinq affirmations, laquelle se rapproche le plus de ce que vous avez ressenti au cours des deux dernières semaines. Notez que le chiffre est proportionnel au bien-être.

*Exemple* : si vous vous êtes senti(e) *bien et de bonne humeur plus de la moitié du temps au cours des deux dernières semaines*, cochez la case 3.

Au cours des deux dernières semaines	Tout le Temps	La plupart du temps	Plus de la moitié du temps	Moins de la moitié du temps	De temps en temps	Jamais
1. Je me suis senti(e) bien et de bonne humeur	5	4	3	2	1	0
2. Je me suis senti(e) calme et tranquille	5	4	3	2	1	0
3. Je me suis senti(e) plein(e) d’énergie et vigoureux(se)	5	4	3	2	1	0
4. Je me suis réveillé(e) en me sentant frais(che) et dispos(e)	5	4	3	2	1	0
5. Ma vie quotidienne a été remplie de choses intéressantes	5	4	3	2	1	0

### Calcul des points :

Pour calculer votre score, ajoutez les chiffres correspondant aux cases que vous avez cochées et multipliez la somme par quatre.

Vous obtiendrez alors un score compris entre 0 et 100. Un score élevé signifie un meilleur bien-être.

# Synthèse 4<sup>ème</sup> séquence

---

## Points de vigilance

Bénéfices de l'AP au travail : Relativisation des données (i.e., AP-santé ; productivité, adhésion)

Favoriser l'implantation et l'adhésion

- Intégrer l'AP dans l'organisation du travail
- Offres d'AP en lien avec les spécificités et les contraintes d'entreprise
- Co-conception (action(s) et évaluation(s)) avec les parties prenantes
- Soutien social = élément motivationnel de la participation

## Evaluation

**1<sup>ère</sup> phase** : conception/faisabilité

Résultats-efficacité (méthode quantitative) + Résultats-processus (méthode qualitative)

**2<sup>ème</sup> phase** : collecte des données, analyse et interprétation

- Questionnaire(s)/enquête(s) (échelle(s) de Likert)
- Entretien(s) individuel(s), « focus group(s) », observation(s)

Je vous remercie pour votre attention



# TÉMOIGNAGES D'ENTREPRISES

## TÉMOIGNAGES D'ENTREPRISES



**Murielle VUITTON, Révillon Chocolatier**



**Marion HENRY, Tradival**

# RÉPONSES À VOS QUESTIONS

## POINT DE VUE DE LA CARSAT RHÔNE-ALPES



AG2R LA MONDIALE



# CONCLUSION



AG2R LA MONDIALE



**l'Assurance  
Maladie**  
RISQUES PROFESSIONNELS

VOTRE INTERLOCUTEUR EN REGION  
**Carsat**  
Auvergne-Rhône-Alpes  
Auvergne-Rhône-Alpes

**L·ViS**  
LYON





## NOS COORDONNÉES



AG2R LA MONDIALE

**Jacky BILLON-GRAND,**

Responsable Développement des Activités Sociales Entreprises AURA  
Direction des Territoires / Direction régionale Alpes et Rhône Auvergne

**AG2R LA MONDIALE**

[jacky.billongrand@ag2rlamondiale.fr](mailto:jacky.billongrand@ag2rlamondiale.fr)



**Françoise MOLEGNANA**

Cheffe de projets

**AUVERGNE-RHÔNE-ALPES GOURMAND**

[f.molegnana@comite-arag.fr](mailto:f.molegnana@comite-arag.fr)

## MERCI DE VOTRE ATTENTION



AG2R LA MONDIALE

