

SPORT & TRAVAIL

<u>Développer les activités physiques et sportives (APS) pour lutter</u> contre la sédentarité

Phénomène en augmentation, la sédentarité concerne, selon de récentes études, 40 % des adultes (tertiarisation des emplois, essor du numérique, etc.).

Quatrième cause de décès prématurés selon l'OMS, elle favorise aussi l'apparition de plusieurs pathologies: hypertension, diabète de type 2, troubles musculo-squelettiques (TMS), etc.

Selon l'ANSES (Agence nationale de sécurité sanitaire), le manque d'activité physique et l'excès de temps passé assis exposeraient 95 % des français à un risque majeur de détérioration de leur état de santé.

De plus, au-delà d'entraîner des coûts humains inquiétants, elle engendre également des conséquences non négligeables sur le plan social et économique. En effet, l'excès de sédentarité coûterait, chaque année, près de 500 millions d'euros à l'assurance maladie.

Au regard de ces éléments, une mission a été confiée aux députés Claudia Rouaux et Karl Olive sur le sport au travail.

Le rapport rappelle les bienfaits de la pratique d'une activité sportive :

- Sur le plan de la santé physique et mentale des salariés, elle favorise la réduction des risques de maladie chronique et de TMS, le contrôle du poids, la diminution du stress ou encore l'amélioration du sommeil.
- Sur le plan de la qualité de vie au travail, elle contribue à renforcer les relations et la cohésion entre collègues, à diminuer l'absentéisme, ...



Création: 15/04/2024



Ainsi, 16 propositions ont été formulées pour favoriser la mobilisation :

- Institutionnaliser l'APS au travail dans les collectivités,
- · Sensibiliser l'ensemble des employeurs aux bienfaits du sport au travail,
- Inciter et accompagner concrètement les employeurs pour faciliter l'organisation d'APS au sein de leurs structures,
- Installer des référents territoriaux dans chaque région,
- · Créer un label « entreprise sportive »,
- Engager le mouvement sportif fédéral à s'impliquer aux côtés des employeurs,
- Encourager le développement du mobilier « actif »,
- Inciter les mutuelles à prendre davantage en charge les dépenses liées aux activités physiques adaptées,
- Créer un « titre sport », sur le modèle du titre restaurant,
-

Par ailleurs, le rapport souligne que pour les employeurs ayant franchi le pas, l'existence d'une offre d'APS est devenue un facteur d'attractivité et de fidélisation, ce qui en fait un élément essentiel de la « marque employeur ».

Accéder au rapport complet et l'ensemble des recommandations :

https://www.assemblee-nationale.fr/dyn/contenu/telechargement/824802/file/Synth %C3%A8se%20mission%20flash%20sport%20au%20travail.pdf

Création: 15/04/2024