



LES BÉNÉFICES

de l'activité physique et de la lutte contre la sédentarité en milieu professionnel



Soutenu
par



POUR LES SALARIÉS

- + Rupture des périodes prolongées en position assise et diminution du temps passé assis
- + Augmentation du niveau d'activité physique
- + Amélioration de la condition physique
- + Réduction des douleurs et des troubles musculo-squelettiques
- + Bien-être au travail
- + Réduction des arrêts maladie et des accidents de travail
- + Baisse des dépenses individuelles de santé

POUR LES EMPLOYEURS

- + Baisse de l'absentéisme pour maladie (-6 à -32%)
- + Réduction du turn-over (-25%)
- + Augmentation de la productivité (+6 à +9%)
- + Retour sur investissement positif (2,5 à 4,8 € par euro investi)
- + Image de marque positive
- + Meilleure attractivité de l'entreprise

POUR LA SOCIÉTÉ DANS SON ENSEMBLE

- + Dépenses de santé moins importantes
- + Gain de croissance pour l'économie

Mouvement
des **Entreprises**
de France



Document réalisé par l'Onaps à la demande de Paris 2024 et du Medef