

# Identification et analyse des pratiques des membres du personnel d'une université en matière d'AP au travail



Gilles Dubru, Annabelle Bonhomme, Marc Cloes.



Département des Sciences de la Motricité  
Université de Liège

## Littérature

- Augmentation du niveau de sédentarité dans les pays industrialisés
- Conditions de travail pointées du doigt pour expliquer ce phénomène

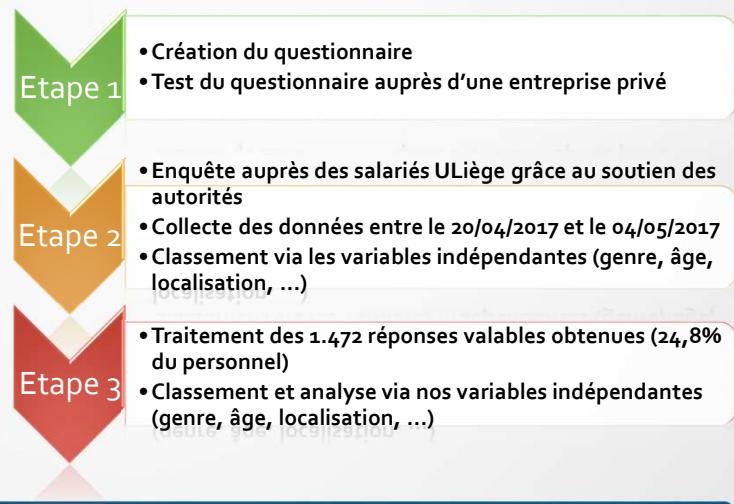
Bénéfices de la pratique d'une activité physique et sportive sur le lieu de travail		
Types de bénéfices	Bénéfices pour les salariés	Bénéfices pour les employeurs
Changements positifs	<ul style="list-style-type: none"> <li>Amélioration de la condition physique</li> <li>Contrôle du poids</li> <li>Réduction de consommation de tabac et d'alcool</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Réduction de l'absentéisme</li> <li>Réduction des accidents de travail</li> <li>Amélioration des relations au travail</li> <li>Amélioration de la qualité du travail</li> <li>Amélioration de l'engagement des salariés</li> <li>Amélioration de l'attractivité de l'entreprise et de la fidélisation des salariés</li> </ul>
Bénéfices psycho-sociaux	<ul style="list-style-type: none"> <li>Promotion du bien-être physique</li> <li>Amélioration de la santé</li> <li>Réduction des risques de maladies chroniques</li> <li>Réduction des troubles musculo-squelettiques</li> <li>Réduction du stress</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Amélioration du moral des salariés</li> <li>Amélioration de la concentration des salariés</li> <li>Impact positif sur la culture d'entreprise</li> <li>Amélioration des rapports sociaux</li> <li>Amélioration de la satisfaction au travail</li> <li>Réduction du stress</li> </ul>
Bénéfices financiers	<ul style="list-style-type: none"> <li>Réduction des dépenses de santé</li> <li>Meilleur enthousiasme</li> <li>Meilleure satisfaction au travail</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Réduction des coûts de santé</li> <li>Réduction des coûts dus à l'absentéisme</li> <li>Retour sur investissement (cf : annexes)</li> </ul>

source CMS

## Objectifs

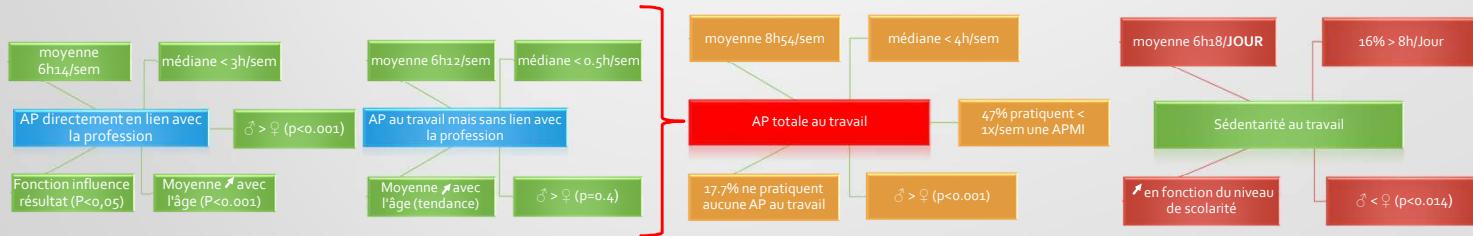
- Identifier le niveau d'AP des membres du personnel de l'ULiège
- Différencier la nature des AP (lien ou non avec la profession)
- Identifier le niveau de sédentarité des salariés

## Méthodologie



## Résultats et discussion

- Dans sa globalité, l'échantillon est statistiquement représentatif (NC= 90%; IC=3%)
- Moyenne des sujets : taille = 171,8cm ( $\pm 7,5$ ), poids = 70,9 kg ( $\pm 11,3$ ), BMI = 23,96 ( $\pm 3,01$ )



## Conclusions et perspectives

- Bilan ULiège semble inquiétant
- Au travail, le personnel n'est globalement pas assez actif
- Plus que le niveau d'AP, c'est le niveau de sédentarité qui est alarmant
- Les groupes particulièrement à risques sont les femmes, les 20-39ans ainsi que les salariés les mieux diplômés

- Niveau de sédentarité supérieur à la moyenne Belge, ce qui rejoint les résultats de Fountaine et al. (2014) qui montraient une importante sédentarité des employés des universités aux USA
- Objectivation des données par accélérométrie
- Mise en place d'une intervention pour augmenter l'AP au travail et diminuer les périodes de sédentarité