

# ENQUÊTE NATIONALE

---

*Les activités physiques et sportives  
en situation de télétravail :  
attentes et pratiques*

Octobre 2021

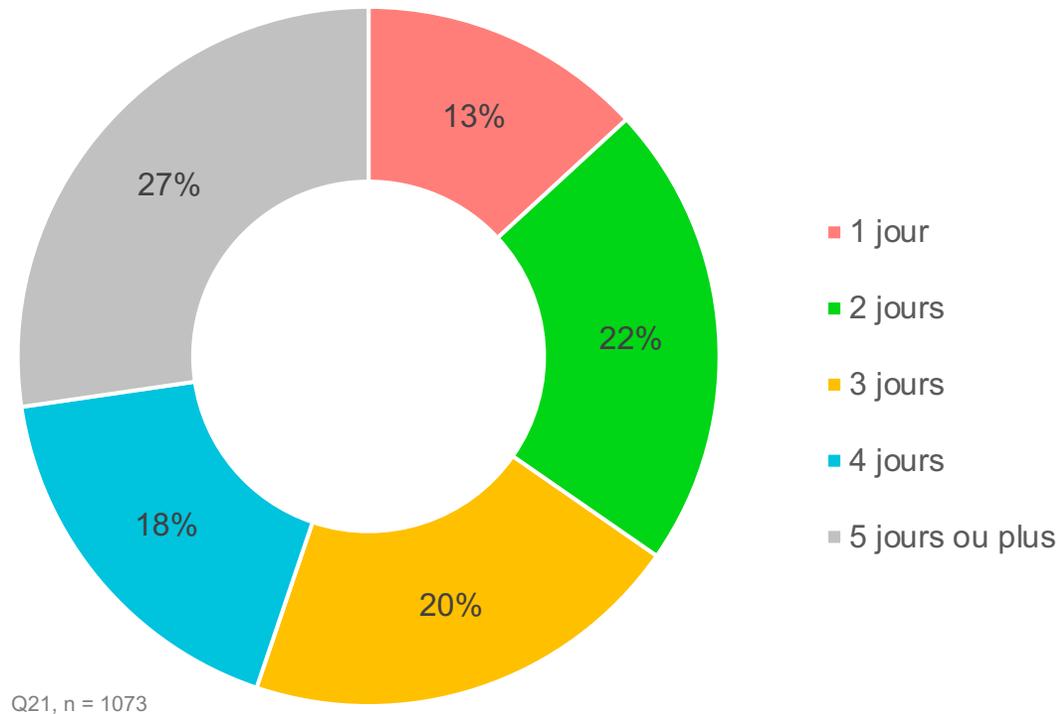


- OBJECTIF** > Réaliser un **état des lieux de la pratique d'APS (activités physiques et sportives) des salariés en situation de télétravail.**
- ENQUÊTE** > En ligne auprès d'un **échantillon de 1 073** salariés de France métropolitaine (en partenariat avec l'institut de sondage Bilendi) effectuée du **8 au 13 juillet 2021.**
- ÉCHANTILLON** > **Représentatif** de la population active (sexe, âge, lieu de résidence, CSP, taille de l'entreprise).
- PILOTAGE** > Assuré par le **Comité scientifique** d'AD Corpus Sanum.





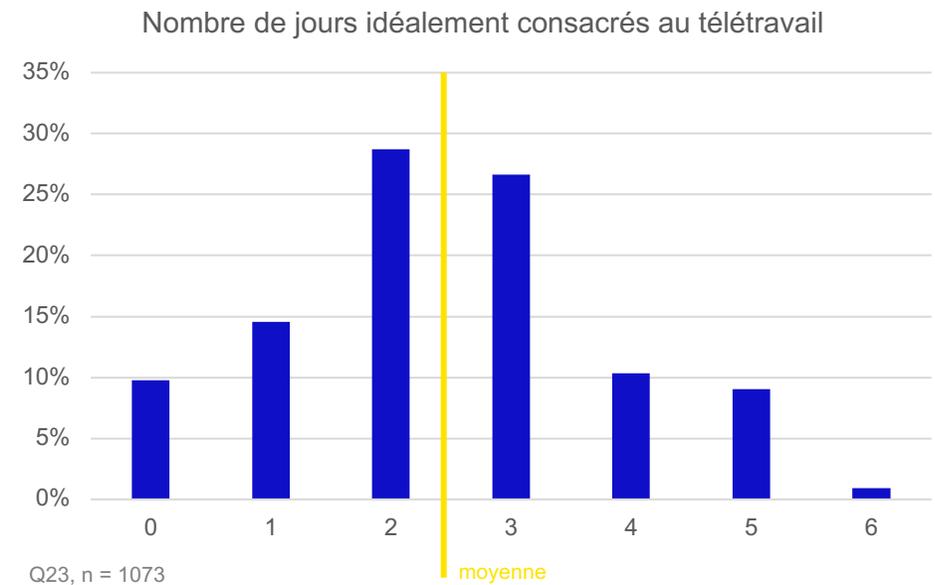
En moyenne, combien de jours par semaine avez-vous été en télétravail depuis mars 2020 jusqu'à aujourd'hui ?



**Idéalement**, le nombre de jours par semaine que vous voudriez consacrer au télétravail **à l'avenir** (hors crise sanitaire) est de :

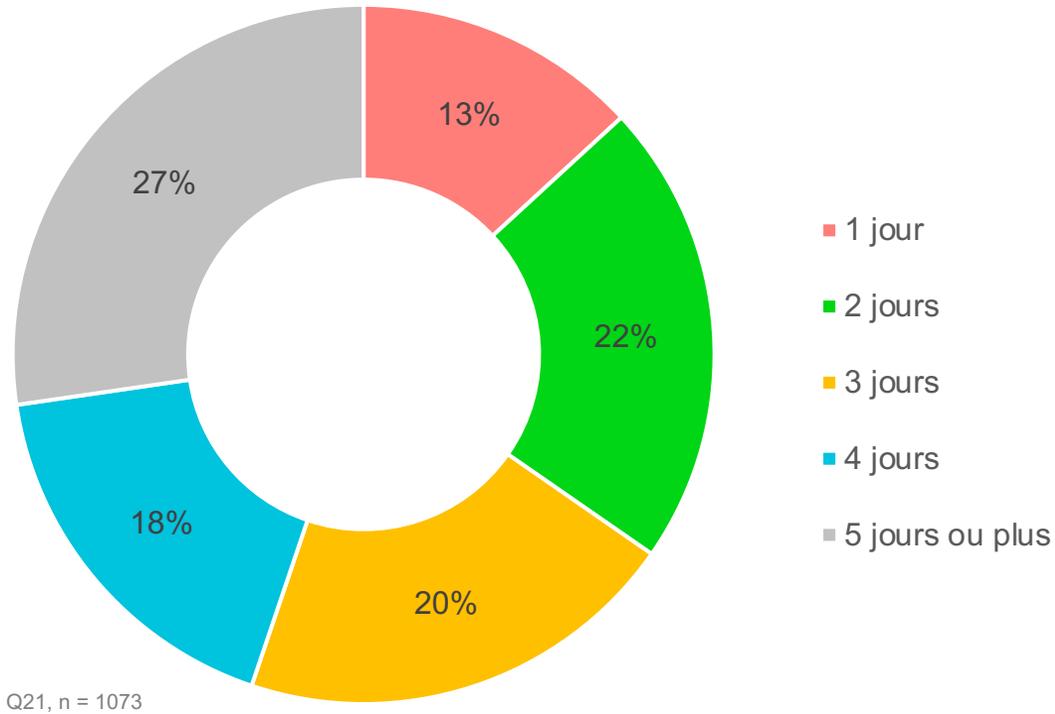
» 2,44 jours

Écart-type = 1,41





En moyenne, combien de jours par semaine avez-vous été en télétravail depuis mars 2020 jusqu'à aujourd'hui ?

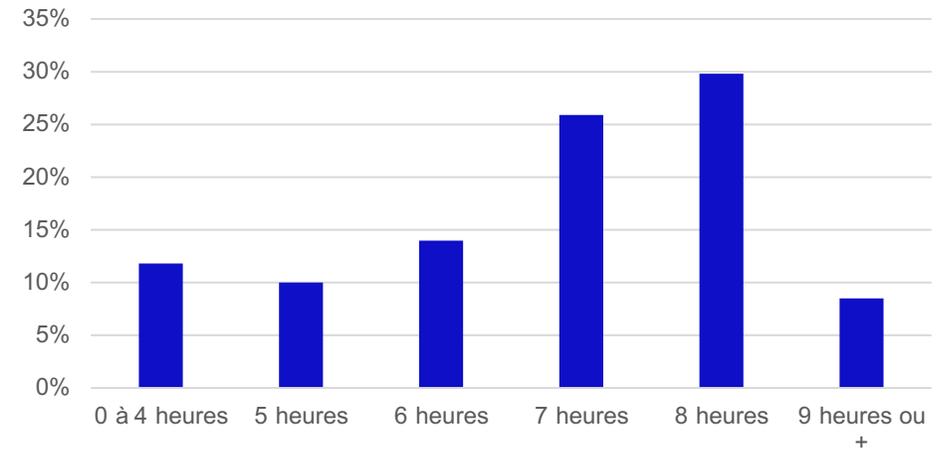


En moyenne, une « journée type » de télétravail nécessite que vous soyez assis :

**>> 6 h 41**

Écart-type = 2 heures

En moyenne, une "journée type" de télétravail nécessite que vous soyez assis...



Q24, n = 1073

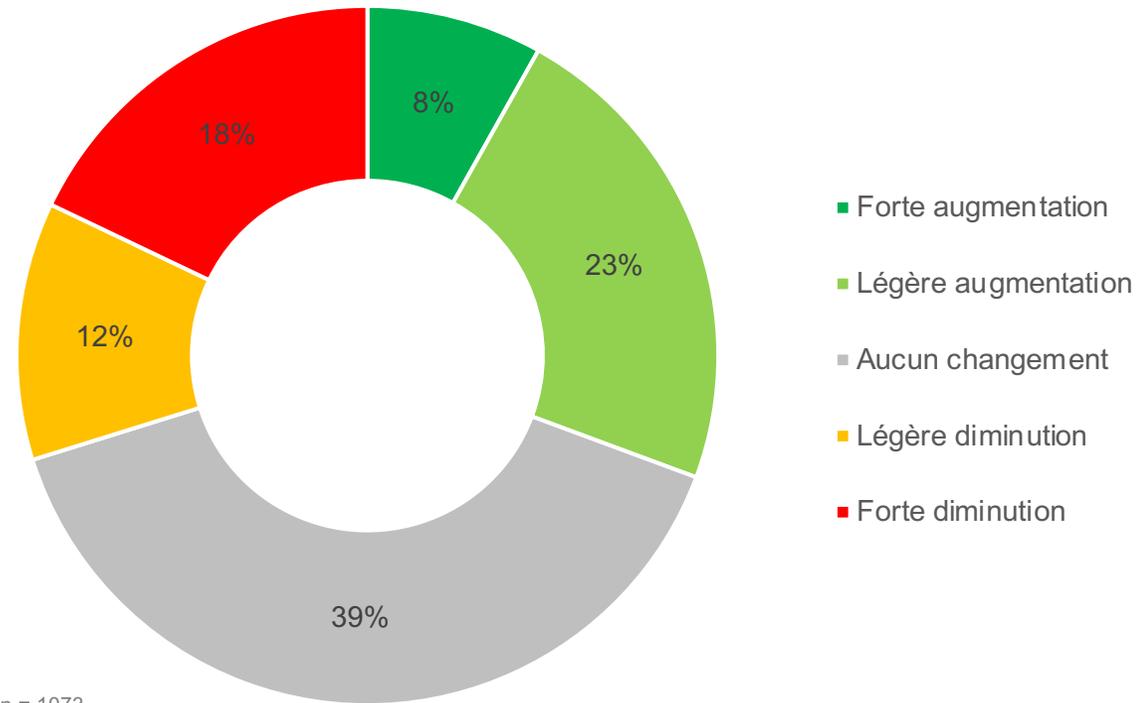
**SÉDENTARITÉ**





# Évolution de la pratique d'APS en télétravail

Comment a évolué votre pratique d'APS en situation de télétravail ?

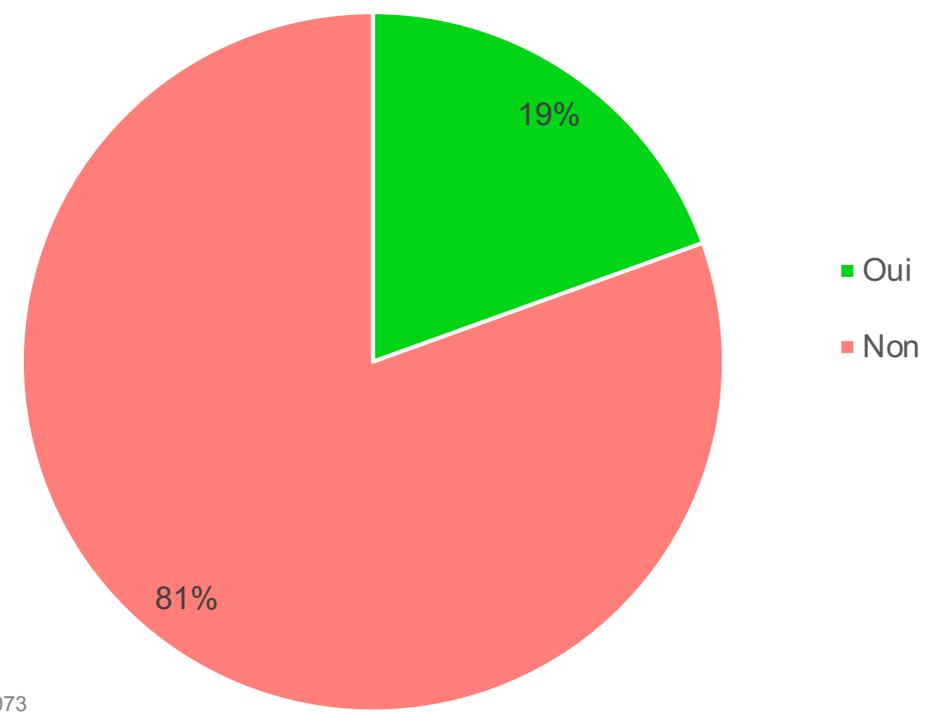


Q28, n = 1073



# Offre d'APS proposée en télétravail

Votre employeur vous propose-t-il de participer à une APS en télétravail ?

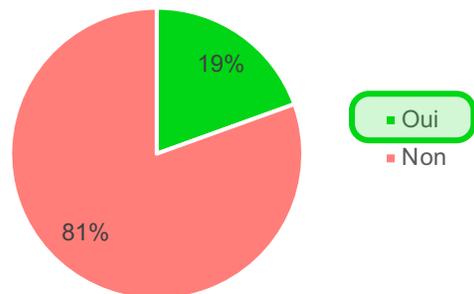


Q29, n = 1073



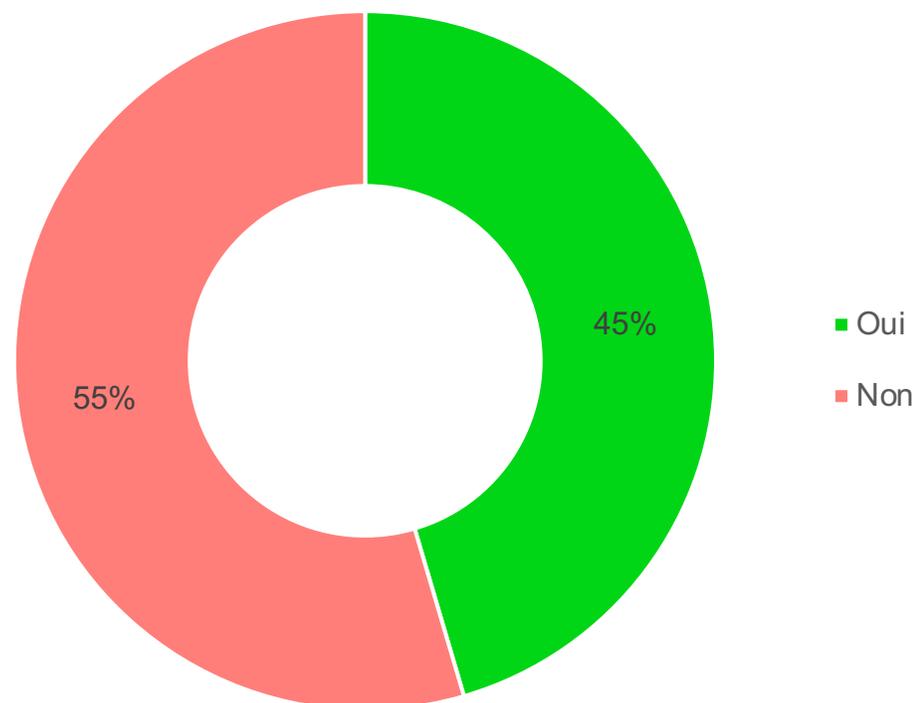
# Participation des salariés à l'offre de l'employeur

Votre employeur vous propose-t-il de participer à une APS en télétravail ?



Q29, n = 1073

Participez-vous à cette ou ces activité(s) physique(s) et sportive(s) en télétravail proposée(s) par votre employeur ?

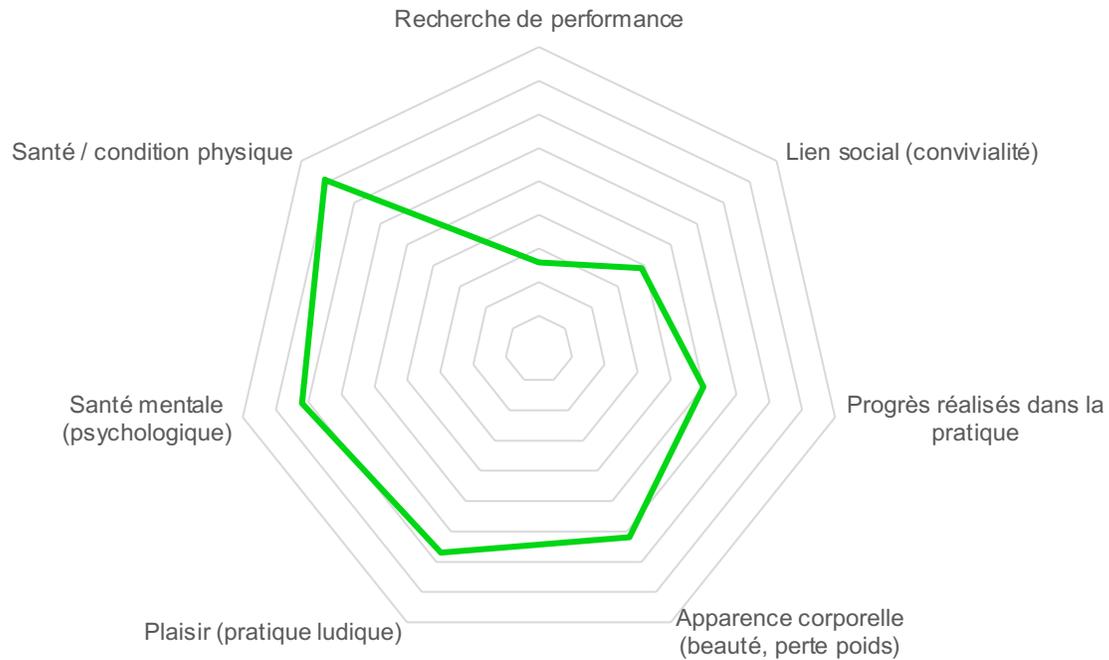


Q36, n = 209



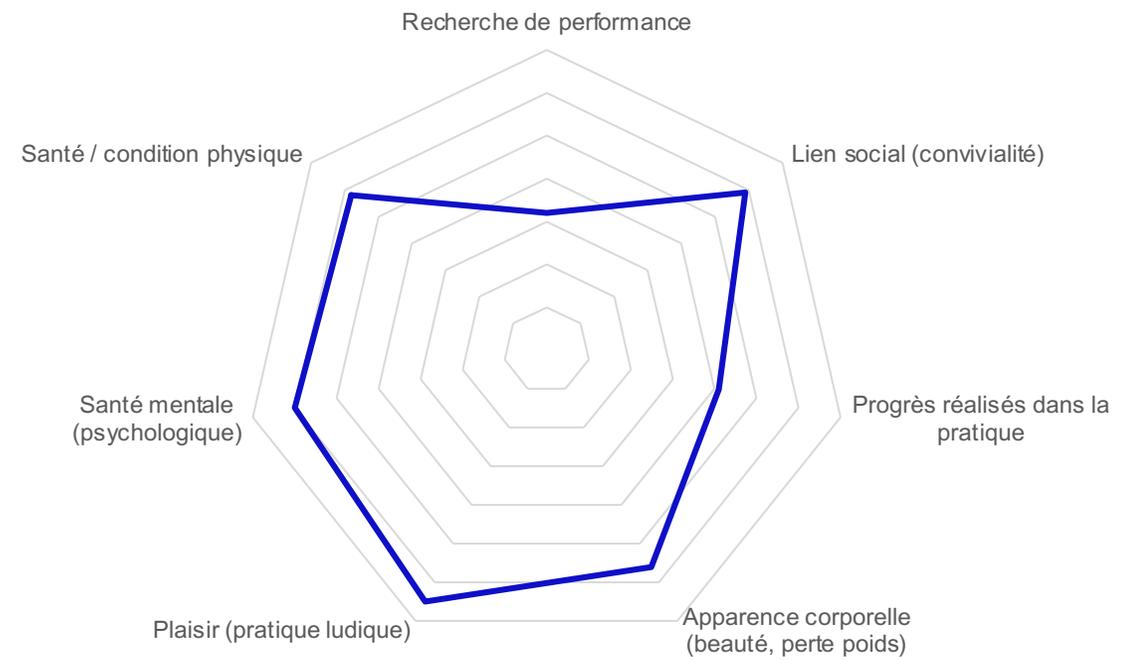
# Les motivations des pratiquants d'une APS

Qu'est-ce qui motive les pratiquants d'une APS  
(en général) avant la crise sanitaire ?



Q14, n = 785

Quelles sont vos motivations dans la  
pratique d'une APS en télétravail ?

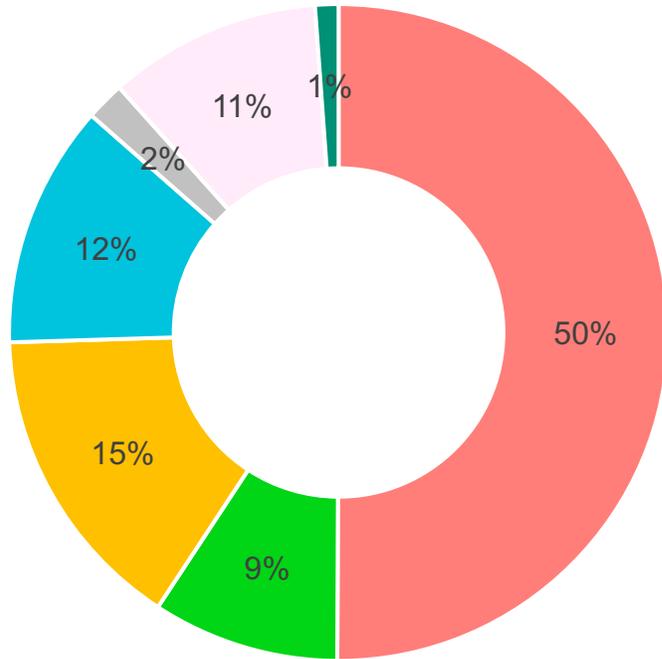


Q38, n = 95



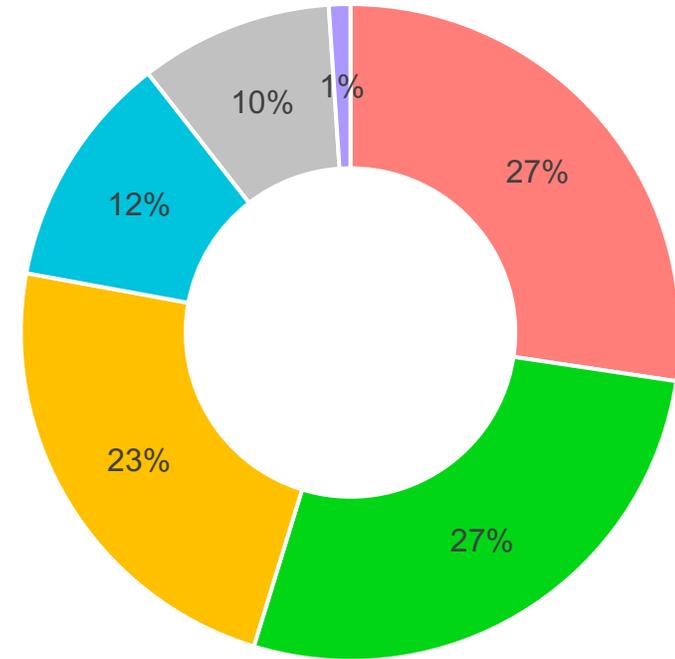
# Avec qui les salariés pratiquent-ils une APS ?

Avec qui avez-vous principalement pratiqué cette (ou ces) APS avant la crise sanitaire ?



Q13, n = 785

Avec qui pratiquez-vous principalement cette APS proposée par votre employeur en télétravail ?



Q40, n = 95

- Seul(e)
- En famille
- En couple
- Avec des amis
- Avec des collègues de travail
- Avec des coéquipier(e)s sportif(ve)s
- Autre

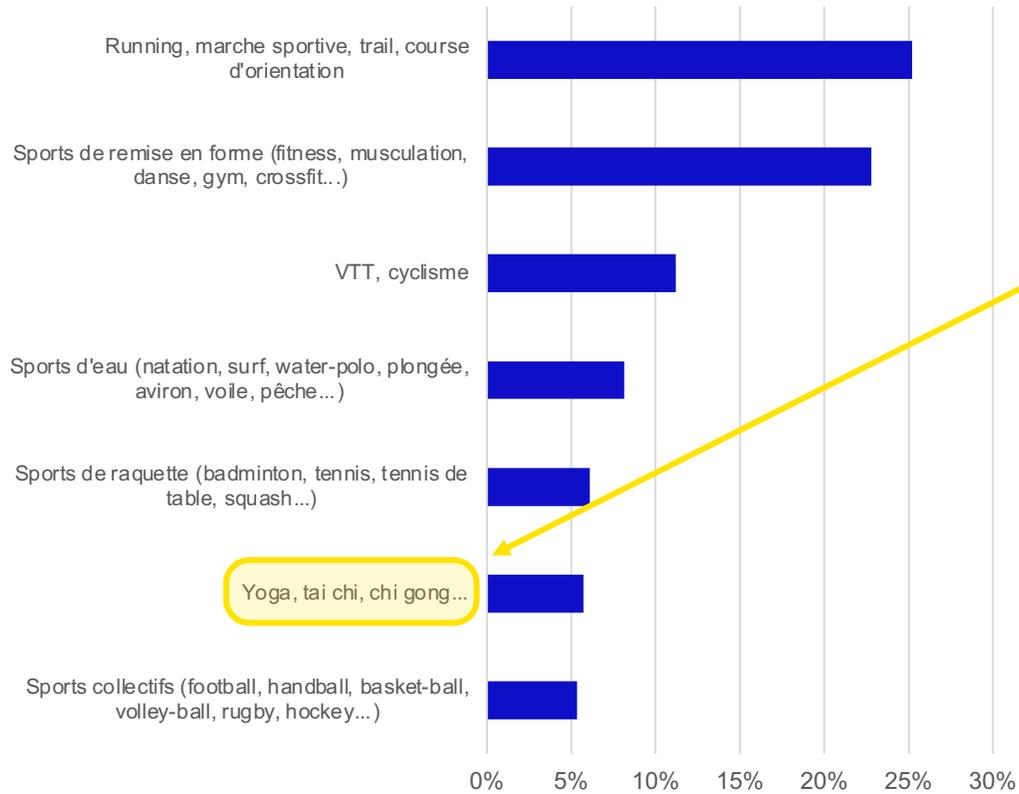




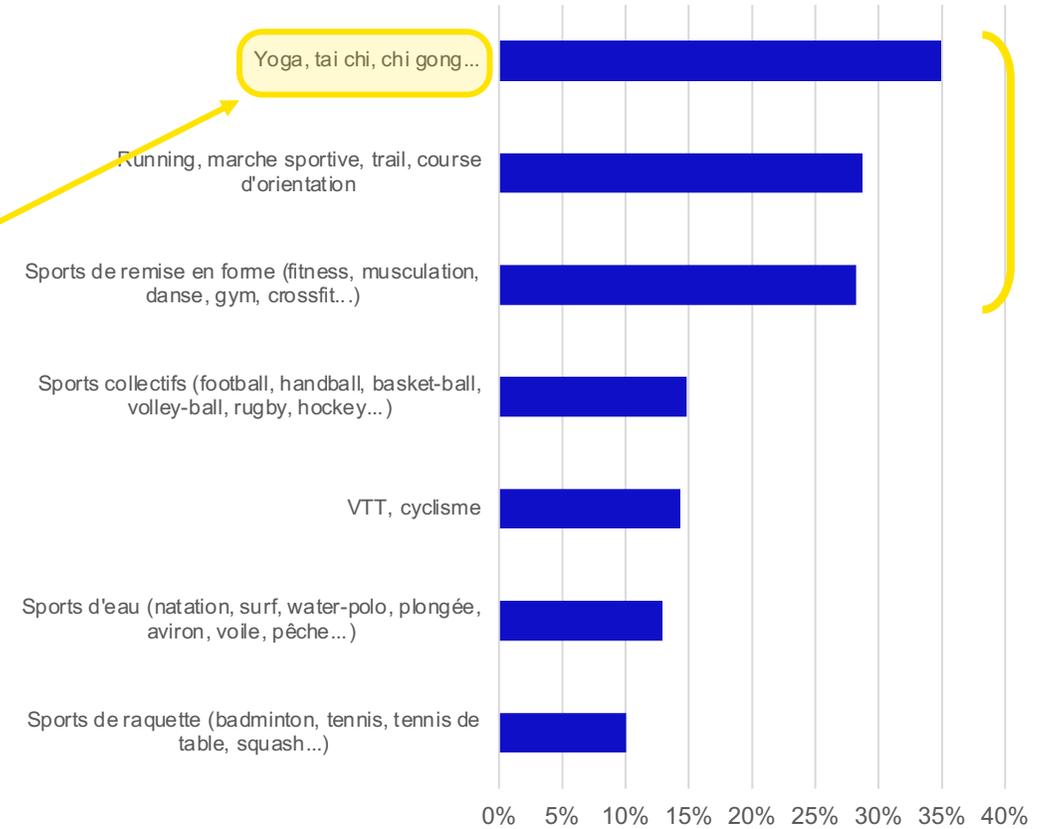
# APS proposée par l'employeur en télétravail

Dans l'année qui a précédé la crise sanitaire, quelle activité physique et sportive avez-vous pratiqué à titre principal ?

Quelle APS vous propose votre employeur en situation de télétravail ?



Q17, n = 785

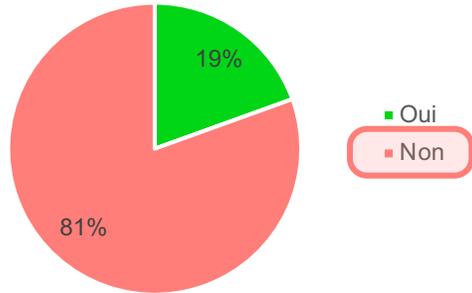


Q33, n = 209



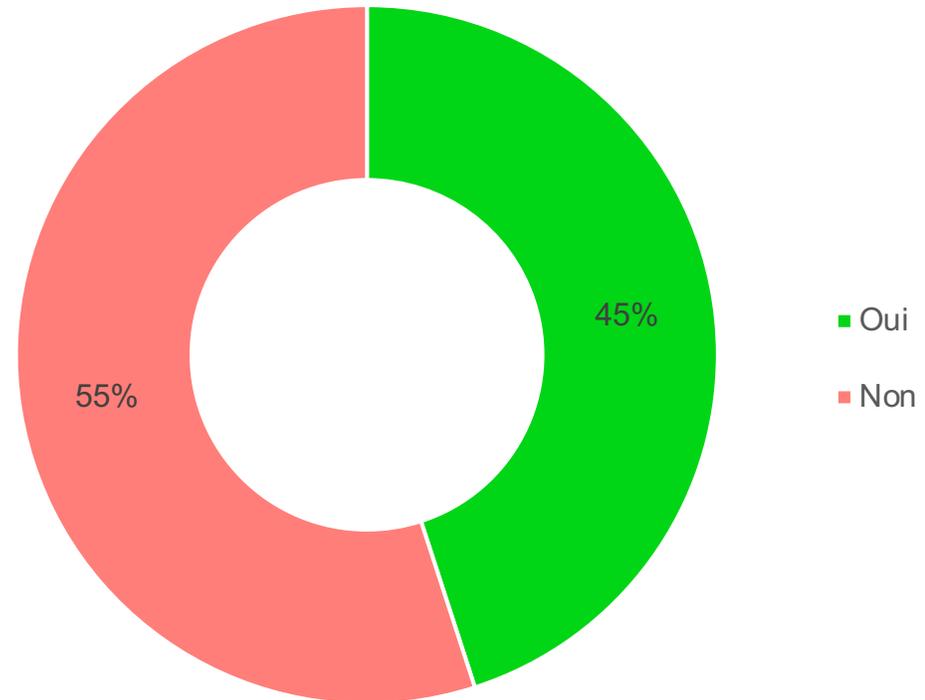
# Souhait d'une APS en télétravail

Votre employeur vous propose-t-il de participer à une APS en télétravail ?



Q29, n = 1073

Souhaiteriez-vous que votre employeur vous propose de participer à une APS en télétravail ?

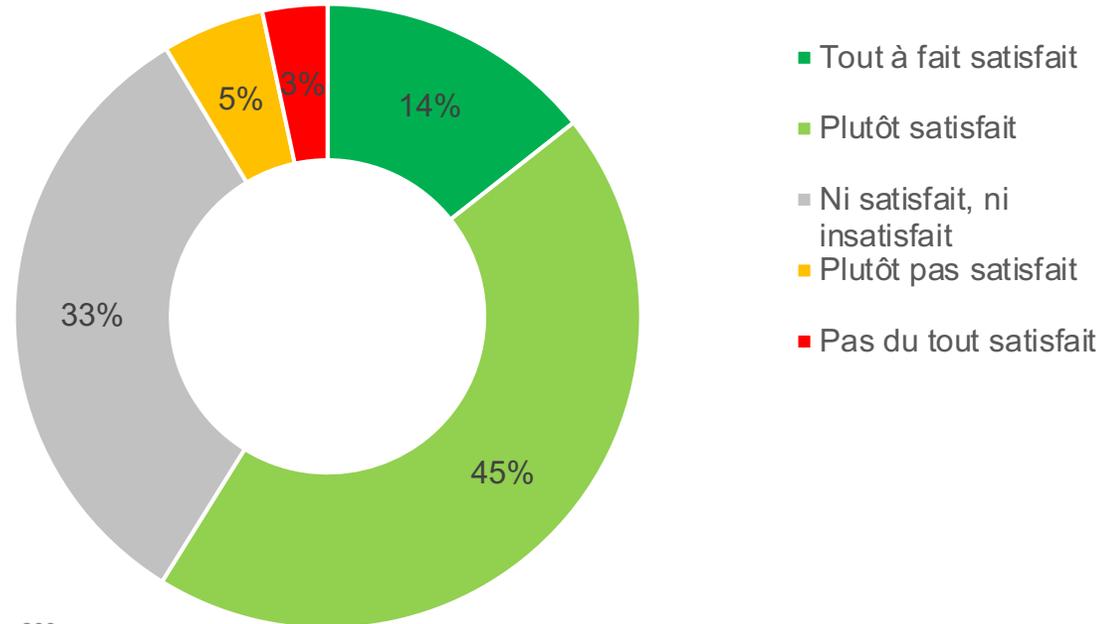


Q30, n = 864

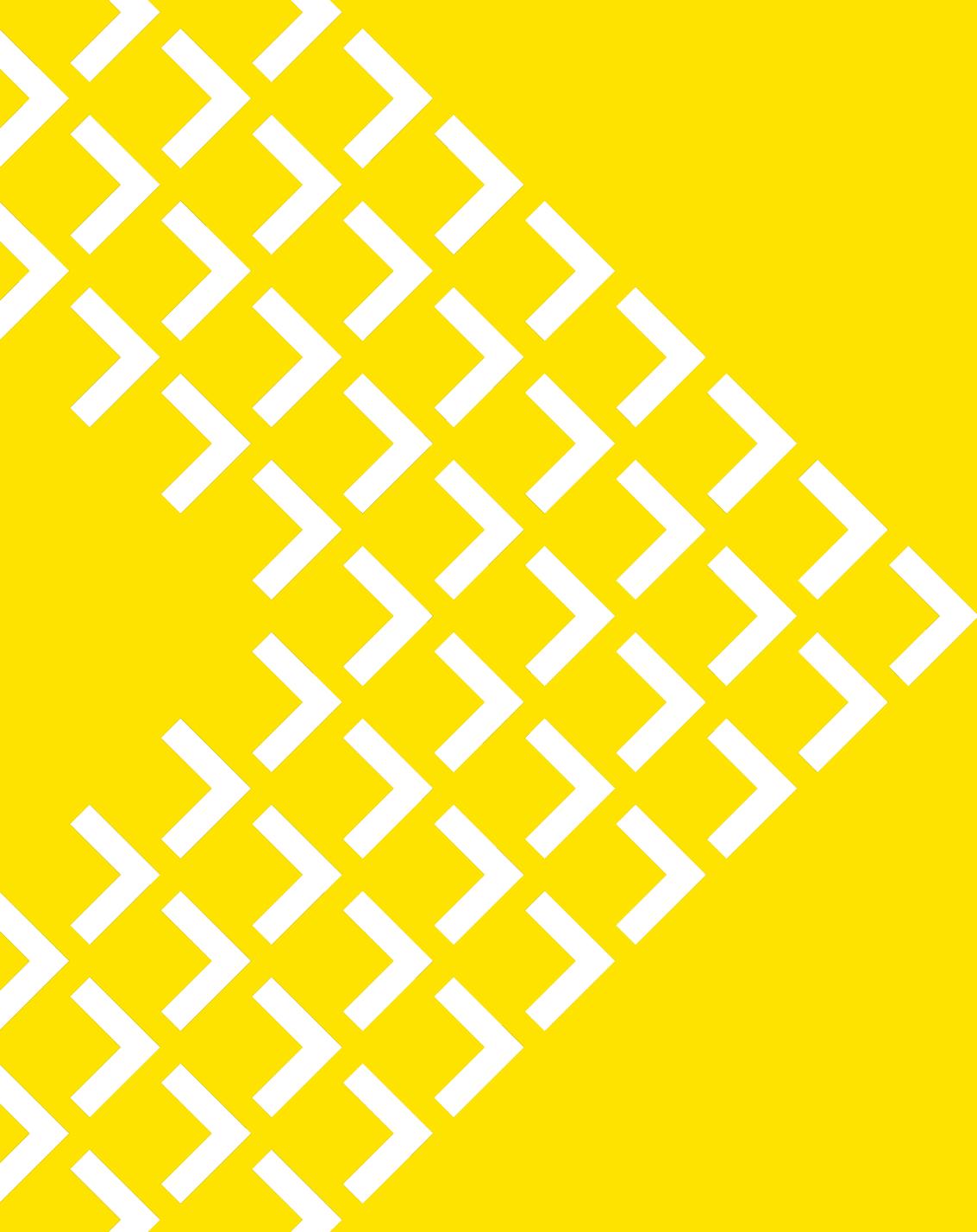


# Niveau de satisfaction par rapport à l'offre proposée

Que vous y participiez ou non, quel est votre degré de satisfaction vis-à-vis de l'offre d'APS proposée en télétravail par votre employeur ?



Q45, n = 209



**A▶** **CORPUS**  
Le pouvoir du sport **SANUM**  
en entreprise

>> **Ad Corpus Sanum**  
96 boulevard Haussmann  
75008 Paris  
[contact@ad-corporis-sanum.fr](mailto:contact@ad-corporis-sanum.fr)  
[ad-corporis-sanum.fr](http://ad-corporis-sanum.fr)



**A** **▶▶**

**CORPUS**

**Le pouvoir du sport  
en entreprise**

**SANUM**