



Les résultats du sondage

# “Le bien-être, une recherche quotidienne”

Thématique “bien-être au travail”

*Dans le cadre de la 1ère Edition “Les Trophées du bien-être”, soirée événement qui a célébré le bien-être autour de 9 trophées, lundi 21 septembre au Théâtre de la Gaîté-Montparnasse,*

**l’Institut de sondage Ipsos et Les Trophées du bien-être** se sont associés dans la mise en place d’une enquête de référence permettant de dresser un panorama global des rapports complexes qu’entretiennent aujourd’hui les Français avec leur bien-être afin de comprendre où ils en sont exactement, déterminer leur état d’esprit général, voir si leur niveau de bien-être s’améliore ou se détériore.

## Sondage Ipsos-Les Trophées du bien-être “Le bien-être, une recherche quotidienne”

*Sondage réalisé auprès de 1005 personnes, constituant un échantillon représentatif de la population française âgée de 18 ans et plus, interrogées du 3 au 12 août 2015 selon la méthode des quotas.*

### LE BIEN-ÊTRE AU TRAVAIL

#### LE BIEN-ÊTRE DES TRAVAILLEURS FRANÇAIS EN DANGER !

- Plus de 50% des actifs souffrent de problèmes graves qui pour beaucoup affectent leur performance professionnelle
- Plus de 60% de salariés sont insatisfaits de ce qui est mis en place dans l’entreprise pour assurer de courts instants de déconnexion.
- Pour 2 salariés sur 3 (65%) rien n’est aujourd’hui mis en place par leur employeur pour améliorer leur niveau de bien-être
- 4 salariés sur 10 ne sont pas satisfaits de leur niveau de bien-être au travail
- Des salariés, en attente avant tout, de marques d’humanisation :
  - 94% des salariés souhaitent qu’on leur sourie.
  - 92% attendent qu’on les complimente sur leur travail
  - 90% qu’on leur dise « Bonjour et au-revoir »
- 73% des salariés souhaitent une meilleure adéquation entre leur rythme de travail et leur rythme personnel

### **Plus de 50% des actifs souffrent de problèmes graves qui pour beaucoup affectent leur performance professionnelle.**

Une majorité d'entre eux avoue ressentir souvent des émotions pénibles ou négatives (57%) telles que l'irritabilité, l'anxiété ou le stress, des moments d'intense fatigue (56%) ou encore des troubles musculo-squelettiques ou des problèmes de dos (54%). Près d'un actif sur deux rencontre désormais fréquemment des troubles du sommeil (46%) et un tiers d'entre eux rencontre des troubles alimentaires (32%). Au total, presque un actif sur trois rencontre même souvent la quasi-totalité de ces problèmes de santé (32% disent souffrir d'au moins 4 de ces maux).

### **Plus de 60% de salariés sont insatisfaits de ce qui est mis en place dans l'entreprise pour assurer de courts instants de déconnexion.**

Ils sont insatisfaits des possibilités dont ils disposent pour faire une activité physique sur le lieu de travail (70%), de celles qui leur sont offertes pour se détendre, se déconnecter (61%), mais aussi des possibilités offertes par l'entreprise pour alléger leurs contraintes domestiques (crèches...) (59%).

### **Pour 2 salariés sur 3 (65%), rien n'est aujourd'hui mis en place par leur employeur pour améliorer leur niveau de bien-être, 1 salarié sur 3 (29%) en est même tout à fait sûr.**

Seuls 4 salariés sur 10 disent souvent aborder la question du bien-être au travail avec leur supérieur hiérarchique. Une proportion qui baisse à 3 salariés sur 10 quand c'est à l'initiative de leur employeur.

### **4 salariés sur 10 ne sont pas satisfaits de leur niveau de bien-être au travail.**

Une situation qui se détériore même depuis les 6 derniers mois pour plus d'un tiers des salariés (37%) contre 33% qui estiment qu'elle n'a pas changé et 30% qu'elle s'est améliorée.

### **94% des salariés souhaitent qu'on leur sourie. 92% attendent qu'on les complimente sur leur travail.**

### **90% qu'on leur dise "Bonjour et au-revoir".**

Les salariés attendent de leur hiérarchie des marques d'humanisation plus importantes (il y a actuellement une certaine déshumanisation du lieu de travail qui n'est pas seulement dû au contexte économique et social)

### **73% des salariés souhaitent une meilleure adéquation entre leur rythme de travail et leur rythme personnel.**

Autres réformes que les salariés souhaiteraient voir mises en place : l'amélioration de leur poste de travail (81% considèrent qu'elle est souhaitable), le développement de plus d'espaces de détente (66%) et l'organisation de plus d'événements de convivialité (58%). La progression salariale et la prise de responsabilités apparaissent comme des attentes moins importantes pour les salariés (54%). Il s'agit avant tout pour eux de disposer de plus de moyens de déconnexion, même courts pour mieux pouvoir se reconnecter à leur travail.

Nos managers semblent de plus en plus avoir perdu l'habitude de prendre le temps de se montrer humainement proches des salariés. Les seuils de malaise affichés par les salariés vont les obliger à faire un virage à 180°. Il devient urgent d'agir.

## **EN QUELQUES MOTS...**

# **Les Trophées du bien-être**

Les Trophées du bien-être célèbrent le bien-être dans sa globalité, et mettent en lumière les créateurs de bien-être, tous ceux qui participent positivement à l'évolution de la société et proposent des approches novatrices pour la santé, le mieux-être et le bien-être. Les Trophées du bien-être récompensent une innovation médicale, un geste, une action, une œuvre, un produit du quotidien, une amélioration urbaine qui contribuent à créer le bien-être pour le plus grand nombre. Les Trophées du bien-être récompenseront, chaque année, des créateurs et des innovations pour célébrer une approche du bien-être intelligible, accessible et reproductible.

**9 TROPHÉES ONT ÉTÉ ATTRIBUÉS LORS DE CETTE PREMIÈRE ÉDITION :** • Trophée Soins de soi & Bien-être • Trophée Santé • Trophée Technologie appliquée au bien-être • Trophée Habitat et Environnement • Trophée Bien-être au travail • Trophée Rire, culturel, Art & Bien-être • Trophée Goût & Nutrition • Trophée Dépassement de soi • Le Trophée Bien-être et Mieux-être Coup de Cœur du Jury

**LA CÉRÉMONIE DE REMISE DES TROPHÉES S'EST DÉROULÉE LUNDI 21 SEPTEMBRE 2015 AU THÉÂTRE DE LA GAÏTÉ MONT-PARNASSE ET A ÉTÉ PRÉSENTÉE PAR PATRICK POIVRE-D'ARVOR EN PRÉSENCE DU JURY :** David Douillet, Frédéric Saldmann (cardiologue, auteur de livres sur la santé), Sophie Ortéga (nutritionniste), Marc Tronson (Président des SPA Aquamoon), Carole Serrat (Sophrologue - Présentatrice sur MCS bien-être), Béatriz Arantés (Psychologue-Chercheur), ...

## **CONTACTS PRESSE**

Camille Evrard : 06 82 98 09 41 / communication@lestropheesdubienetre.com



Plus d'infos sur [www.lestropheesdubienetre.com](http://www.lestropheesdubienetre.com)