

Mobilité durable et sport santé à l'IM de Mar Vivo

Sanitaire

Date de publication : 16 octobre 2025

Généralités

Objectif :

Sensibiliser les salariés aux bienfaits de l'activité physique sur leur santé, sur l'écologie et sur l'ambiance de travail.

Nous avons mis en place le programme Justin'movE proposé par l'Association Siel Bleu. Ce programme est destiné à sensibiliser les salariés (peu importe le poste de travail) aux enjeux environnementaux de la mobilité et à leur qualité de vie au travail grâce à la pratique d'activité physique adaptée. Tous les ateliers sont ludiques et permettent, pour la plupart, de renforcer la cohésion également.

Etapes de mise en oeuvre

1 : Contact téléphonique avec association siel bleu.
2 : Entretien sur site avec asso siel bleu.
3 : Organisation du planning de déploiement et organisation logistique (dispo salle ...).
4 : Organisation des atelier : accueil, mise en place.

Ateliers :
22/04 Bouge ton poste 14 salariés
06/05 A vos baskets 10 salariés
27/05 A vos baskets 11 salariés
06/06 Vélo 4 salariés
11/09 Fresque 7 salariés
11/09 Fresque 5 salariés

Essaimage

Les principaux leviers

Contacter l'Association Siel Bleu (www.sielbleu.org/mobilite)

Les principaux freins

La direction de l'établissement étant engagée dans les démarches développement durable et sport santé, aucun frein n'a du être levé.

Témoignages

Qu'est-ce qui vous a le plus marqué durant les activités Siel Bleu ?
Tatiana & Gwenola : Nous avons apprécié la possibilité de nous déconnecter pendant une journée de travail, de prendre l'air. Nous avons aussi beaucoup aimé la cohésion entre collègues et le fait de les voir dans un autre contexte que le boulot.

En quoi les activités Siel Bleu ont impacté votre mode de vie ?

Gwenola : Je fais de l'activité physique plus régulièrement. Cela a un impact positif sur mon sommeil, je dors mieux et je me sens moins fatiguée.

Quelque choses à rajouter ?
Tatiana & Gwenola : Notre EAPA, Pauline, était très pédagogue et sympathique. Cela nous donne encore plus envie que ces activités soient reconduites.

Gwenola LE DOUARAN, Secrétaire de direction

Qu'est-ce qui vous a le plus marqué durant les activités Siel Bleu ?
Tatiana & Gwenola : Nous avons apprécié la possibilité de nous déconnecter pendant une journée de travail, de prendre l'air. Nous avons aussi beaucoup aimé la cohésion entre collègues et le fait de les voir dans un autre contexte que le boulot.

En quoi les activités Siel Bleu ont impacté votre mode de vie ?

Tatiana : Je marche plus qu'avant, notamment pendant mes pauses déjeuner. Cela me permet de revenir plus productive l'après-midi et d'être moins stressée.

Quelque choses à rajouter ?
Tatiana & Gwenola : Notre EAPA, Pauline, était très pédagogue et sympathique. Cela nous donne encore plus envie que ces activités soient reconduites.

Tatiana MARCELLINO, RAQ

Contact

Une question ? Besoin d'informations ? Contacter l'établissement :

adjirection.imm83@lna-sante.com

L'établissement

Date de mise en œuvre : 1 avril 2020

Durée du projet : 6 mois

Institut médicalisé de mar vivo 83500

Type de structure : Sanitaire / Privé à but lucratif

Obligation réglementaire : Non

Déclenchement
Continuer notre engagement envers le développement durable, sensibiliser nos équipes à leur bien-être grâce à l'activité physique et indirectement trouver des solutions pour limiter les accidents du travail.

La mise en oeuvre

Facilité de mise en oeuvre

10/10

Remplace une pratique existante

Les ressources

Temps

1 journée.

Peu

Personnel (équipe projet, déploiement...)

10 heures.

Peu

Des compétences en interne

Peu

Des compétences externes (prestations externes)

Peu

Des équipements, du matériel

Peu

Des financements (internes et externes)

Peu

Parties prenantes associées

- [x] Direction
- [ ] Administration
- [ ] Services techniques
- [x] Professionnels
- [ ] Bénéficiaires
- [ ] Tutelles

Conditions de succès

Projet inscrit dans la politique de l'établissement

Mais il le sera dans le prochain projet 2026-2030.

Les impacts

Sur l'environnement : Impacts positifs

Plus de trajets domicile/travail en vélo ou à pieds.
72% des salariés souhaitent mettre en place de nouvelles habitudes au quotidien (échauffements avant la prise de poste, marcher plus, utiliser le vélo électrique,...)
9/10 moyenne de satisfaction des salariés (enquête de satisfaction suite à l'atelier).

Sur les professionnels : Impacts positifs

51 professionnels ont participé au projet. Un groupe de marche s'est mis en place le midi, impact positif sur l'ambiance d'équipe.

Sur les usagers : Non applicable

Sur l'organisation : Non applicable

Sur le médico-économique : Non applicable