

## Introduction

Répondez au questionnaire "Promotion de la santé dans votre entreprise" et découvrez si votre entreprise ou organisation peut améliorer sa politique de santé au travail! Cela ne vous prendra que 15 minutes pour savoir à quel niveau la promotion de la santé fait partie de votre lieu de travail.

Le questionnaire "Promotion de la santé dans votre entreprise" vous permet d'évaluer vos politiques et activités en matière de promotion de la santé au travail. Sur base des questions, vous pouvez évaluer vous-même la qualité des mesures de promotion de la santé au travail dans votre entreprise ou organisation. La liste de contrôle est structurée autour de quatre thèmes relatifs à la santé: le tabagisme, les activités physiques, l'alimentation et le stress. Il faut répondre à chaque question par OUI ou NON. Pour avoir une réponse valide, il est indispensable de répondre à TOUTES les questions. Après avoir rempli le questionnaire, vous recevez un feedback par e-mail. Ce feedback contient une série de recommandations avec des conseils pratiques et des idées pour encourager et améliorer la promotion de la santé au travail dans votre organisation.





# move europe

## Identification

Entreprise ou organisation

Adresse

Ville

Pays

Nom de la personne de contact

Fonction

E-mail

Téléphone

Secteur (NACE)

Nombre d'employés

prévention du tabagisme

manger sainement

rester en forme

combattre le stress





# move europe

## Politique et Culture

0%  100%

La promotion de la santé au travail (bien-être au travail, mode de vie/comportement sain, santé et sécurité au travail, etc.) fait-elle partie de la déclaration de politique de l'organisation et/ou de la philosophie écrite de la société?

Oui  Non

Existe-t-il une politique de promotion de la santé au travail dans votre entreprise/organisation?

Oui  Non

L'équipe managériale est-elle impliquée ou soutient-elle une politique de promotion de la santé au travail et des initiatives dans le domaine?

Oui  Non

Le personnel/les employés ont-ils la possibilité de participer à l'élaboration d'une politique de promotion de la santé au travail?

Oui  Non

Les employés reçoivent-ils de l'information sur la politique de promotion de la santé au travail?

Oui  Non



## Prévention du tabagisme/ organisation et structures

7%  100%

Existe-t-il un plan d'action (ou une partie du plan global pour la santé et le bien-être au travail) consacré à la prévention du tabagisme dans votre entreprise/organisation?

Oui  Non

Y-a-t-il un coordinateur et/ou un groupe de travail chargé de la prévention du tabagisme?

Oui  Non

Le coordinateur et/ou les membres du groupe de travail ont-ils reçu une formation et/ou de l'information adéquate sur la prévention du tabagisme?

Oui  Non

Les ressources financières (budget) et/ou matérielles (infrastructures, etc.) disponibles sont-elles suffisantes pour développer des activités de prévention du tabagisme?

Oui  Non

Les employés sont-ils impliqués dans l'élaboration d'actions/de mesures de prévention du tabagisme?

Oui  Non





# move europe

## Prévention du tabagisme/ stratégie et mise en oeuvre

15%  100%

A-t-on effectué une évaluation des besoins en matière de prévention du tabagisme?

Oui  Non

Y-a-t-il une interdiction totale de fumer dans tous les espaces de travail et autres espaces communs?

Oui  Non

Si non, fumer n'est-il autorisé que dans des zones fumeurs spécifiques?

Oui  Non

Si tel est la cas, les zones fumeurs spécifiques sont-elles suffisamment ventilées?

Oui  Non

L'entreprise/l'organisation fournit-elle de l'information sur la prévention du tabagisme sur le lieu de travail? Par exemple, via: magazine, intranet, e-mail, lettre, valves, séances d'information, interviews, campagnes, événements, etc.

Oui  Non

Les employés qui tentent d'arrêter de fumer reçoivent-ils un soutien? Par exemple, conseils pour arrêter de fumer, sessions de groupe, traitement de substitution de la nicotine, incitants pour les employés qui arrêtent de fumer, etc.

Oui  Non

Les employés volontaires reçoivent-ils une formation pour soutenir leurs collègues qui essaient d'arrêter de fumer?


Oui  Non





# move europe

## Prévention du tabagisme/ résultats et évaluation

23%  100%

Les actions/mesures de prévention du tabagisme sont-elles évaluées via une discussion dans le groupe de travail, une enquête auprès des employés, etc.?

Oui  Non





# move europe

## Manger sainement/ organisation et structures

30%  100%

Existe-t-il un plan d'action pour promouvoir une alimentation saine dans votre entreprise/organisation?

Oui  Non

Y-a-t-il un coordinateur et/ou un groupe de travail chargé de la promotion d'une alimentation saine?

Oui  Non

Le coordinateur et/ou les membres du groupe de travail ont-ils reçu une formation et/ou de l'information adéquate sur la promotion d'une alimentation saine?

Oui  Non

Les ressources financières (budget) et/ou matérielles (infrastructures, etc.) disponibles sont-elles suffisantes pour développer des activités de promotion d'une alimentation saine?

Oui  Non

Les employés sont-ils impliqués dans l'élaboration d'actions/de mesures de promotion d'une alimentation saine?


Oui  Non





# move europe

## Manger sainement/ stratégie et mise en oeuvre

38%  100%

A-t-on effectué une évaluation des besoins en matière de promotion d'une alimentation saine?

Oui  Non

Les employés disposent-ils d'une zone pour manger, confortable et propre (tenant compte de la sécurité alimentaire)?

Oui  Non

Votre entreprise/organisation offre-t-elle uniquement des aliments et des boissons saines (pas de sodas, ni de fast food, ni de sucreries ou d'alcool)?

Oui  Non

Si tel n'est pas le cas, proposez-vous un choix d'aliments et de boissons saines? En faites-vous la promotion (prix avantageux, essai gratuit, etc.)?

Oui  Non

Proposez-vous des fruits gratuits?

Oui  Non

Proposez-vous de l'eau gratuite?

Oui  Non

L'entreprise/l'organisation fournit-elle de l'information sur la promotion d'une alimentation saine sur le lieu de travail? Par exemple, via: magazine, intranet, e-mail, lettre, valves, séances d'information, interviews, campagnes, événements, etc.

Oui  Non

Un soutien est-il offert aux employés pour les encourager à manger sainement? Par exemple, conseil professionnel d'un diététicien.

Oui  Non







# move europe

## Manger sainement/ résultats et évaluation

46%  100%

Les actions/mesures de promotion d'une alimentation saine sont-elles évaluées via une discussion dans le groupe de travail, une enquête auprès des employés, etc.?


Oui  Non





# move europe

## Rester en forme/ organisation et structures

53%  100%

Existe-t-il un plan d'action pour promouvoir l'activité/exercice physique dans votre entreprise/organisation?

Oui  Non

Y-a-t-il un coordinateur et/ou un groupe de travail chargé de la promotion d'activités/exercices physiques?

Oui  Non

Le coordinateur et/ou les membres du groupe de travail ont-ils reçu une formation et/ou de l'information adaptée sur les activités/exercices physiques?

Oui  Non

Les ressources financières (budget) et/ou matérielles (infrastructures, etc.) disponibles sont-elles suffisantes pour développer des activités/exercices physiques?

Oui  Non

Les employés sont-ils impliqués dans l'élaboration d'actions/de mesures en matière d'activités/exercices physiques?

Oui  Non





# move europe

## Rester en forme/ stratégie et mise en oeuvre

61%  100%

A-t-on effectué une évaluation des besoins en matière d'exercices/activités physiques?

Oui  Non

Des exercices/activités physiques sont-ils organisés durant les heures de travail (entraînement physique, pauses d'exercices au cours des réunions ou pour les employés qui ne bougent pas assez (p.ex.: ceux qui travaillent sur écran d'ordinateur), exercices d'échauffement avant le travail, etc.)?

Oui  Non

Proposez-vous des exercices/activités avant ou après la journée de travail (jogging en groupe, football, ping pong, badminton, etc.)?

Oui  Non

Votre entreprise/organisation encourage-t-elle de faire la navette à pied ou à vélo?

Oui  Non

Les employés ont-ils accès à des infrastructures/facilités au sein ou à l'extérieur de l'entreprise pour faire de l'exercice (p.ex.: réduction sur le prix d'abonnement à un club sportif)?

Oui  Non

Les employés peuvent-ils se doucher après avoir fait de l'exercice?

Oui  Non

L'entreprise/organisation propose-t-elle un accompagnement (conseil, examen, avis professionnel) à ceux qui veulent faire de l'exercice?

Oui  Non

L'entreprise/l'organisation fournit-elle de l'information sur les exercices/activités physiques? Par exemple, via: magazine, intranet, e-mail, lettre, valves, séances d'information, interviews, campagnes, événements, etc.

Oui  Non





# move europe

## Rester en forme/ résultats et évaluation

69%  100%

Les actions/mesures en matière d'exercices/activités physiques sont-elles évaluées via une discussion dans le groupe de travail, une enquête auprès des employés, etc.?

Oui  Non





# move europe

## Stress/ organisation et structures

76%  100%

Existe-t-il un plan d'action pour prévenir le stress dans votre entreprise/organisation?

Oui  Non

Y-a-t-il un coordinateur et/ou un groupe de travail chargé de la prévention du stress?

Oui  Non

Le coordinateur et/ou les membres du groupe de travail ont-ils reçu une formation et/ou de l'information adaptée sur la prévention du stress?

Oui  Non

Les ressources financières (budget) et/ou matérielles (infrastructures, etc.) disponibles sont-elles suffisantes pour développer un programme d'activités de prévention du stress?

Oui  Non

Les employés sont-ils impliqués dans l'élaboration d'actions/de mesures de prévention du stress?

Oui  Non





# move europe

## Stress/ stratégie et mise en oeuvre

84%  100%

A-t-on effectué une évaluation des risques en matière de prévention du stress?

Oui  Non

Les employés sont-ils impliqués dans l'identification des sources/causes possibles du stress?

Oui  Non

Des mesures sont-elles prises pour adapter la charge de travail (échéances, rythme de travail, quantité de travail, etc.)?

Oui  Non

Des mesures sont-elles prises pour améliorer le travail peu varié (rotation des tâches (augmenter l'alternance des tâches), enrichissement du travail (inclure des tâches plus intéressantes), élargissement du travail (prévoir plus de tâches différentes))?

Oui  Non

Des mesures sont-elles prises pour que les employés gèrent par eux-mêmes leur travail (horaires flexibles, pauses flexibles)?

Oui  Non

L'entreprise/l'organisation offre-t-elle un conseil ou un soutien personnel aux employés qui souffrent de stress?

Oui  Non

L'entreprise/l'organisation fournit-elle de l'information sur le stress? Par exemple, via: magazine, intranet, e-mail, lettre, valves, séances d'information, interviews, campagnes, événements, etc.

Oui  Non





# move europe

## Stress/ Résultats et évaluation

92%  100%

Les actions/mesures de prévention du stress sont-elles évaluées via une discussion dans le groupe de travail, une enquête auprès des employés, etc.?

Oui  Non





## Fin du questionnaire MOVE Europe "Promotion de la santé dans votre entreprise"

Merci beaucoup d'avoir participé à l'évaluation de l'état actuel de la promotion de la santé au travail au sein de votre entreprise/organisation. L'évaluation se base sur des critères de qualité inspirés des mesures de promotion de la santé au travail développées par l'European network for Workplace Health Promotion. Si vous voulez en savoir plus sur: mesures et concept de promotion de la santé au travail; comment rester en forme: exercices physiques; alimentation saine; comment combattre le stress; prévention du tabagisme; comment devenir un modèle de bonne pratique et être certifiée "Move Europe Company" Si vous souhaitez une consultation personnelle pour mettre en place des actions de promotion de la santé au travail dans votre organisation, prière de le communiquer en envoyant un e-mail à: PreventLux, [v.deroeck@preventlux.lu](mailto:v.deroeck@preventlux.lu) (Prevent)

