

# IMPLANTATION DE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE DANS VOTRE ENTREPRISE

**Vous avez décidé d'implanter l'activité physique dans votre entreprise. Ce court questionnaire vous permettra d'évaluer les impacts de votre initiative quant au bien-être de votre personnel. N'oubliez pas de demander à votre équipe de remplir le sondage destiné aux employé-es.**

Date du diagnostic : \_\_\_\_\_

## Depuis que vous avez implanté l'activité physique dans votre organisation...

**1. Avez-vous l'impression que les employé-es sont moins stressé-es au travail?**

- Oui, beaucoup
- Oui, un peu
- Je ne remarque aucun changement

**2. Les employé-es semblent-ils plus concentré-es lorsqu'ils exécutent une tâche?**

- Oui, beaucoup
- Oui, un peu
- Je ne remarque aucun changement

**3. Vos employé-es sont-ils plus efficaces et performant-es quant à leur charge de travail?**

- Oui, beaucoup
- Oui, un peu
- Je ne remarque aucun changement

**4. Vos employé-es sont-ils plus créatif-ives? Vous fournissent-ils davantage leurs idées et suggestions?**

- Oui, beaucoup
- Oui, un peu
- Je ne remarque aucun changement

Si souhaité, notez quelques initiatives/idées fournies par vos employé-es au cours des derniers mois :

---

**5. Remarquez-vous que vos employé-es fraternisent davantage grâce à l'activité physique dans votre milieu de travail?**

- Oui, beaucoup
- Oui, un peu
- Je ne remarque aucun changement

Si souhaité, notez quelques situations où vos employé-es créent des liens grâce à l'activité physique :

---

# IMPLANTATION DE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE DANS VOTRE ENTREPRISE

**6. Croyez-vous que l'activité physique renforce le sentiment d'appartenance des employé-es au sein de l'organisation?**

- Oui, beaucoup
- Oui, un peu
- Je ne remarque aucun changement

**7. Selon vous, y a-t-il un lien entre les nouvelles mesures liées à l'activité physique et l'attractivité de votre milieu de travail pour les nouvelles ressources?**

- Oui, beaucoup
- Oui, un peu
- Non, je ne remarque aucun changement
- Ne s'applique pas

Si cela s'applique et que vous le souhaitez, notez le nom des nouvelles recrues de votre organisation, et apposez une étoile à côté de celles qui semblaient attirées envers vos nouvelles mesures liées à l'activité physique.

---

---

---

**8. Avez-vous noté moins d'absences au travail pour des raisons telles que la fatigue, le stress ou l'anxiété?**

- Oui, beaucoup
- Oui, un peu
- Je ne remarque aucun changement

Si vous possédez des chiffres ou statistiques concernant l'absentéisme avant et après l'implantation de vos mesures d'activités physiques, inscrivez-les ici (optionnel) :

---

---

---

**9. En général, sentez-vous que vos employé-es sont davantage épanoui-es au travail?**

- Oui, beaucoup
- Oui, un peu
- Je ne remarque aucun changement

# IMPLANTATION DE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE DANS VOTRE ENTREPRISE

Bonjour! Veuillez prendre quelques instants pour répondre à notre questionnaire. Nous voulons connaître l'impact de l'implantation des mesures liées à l'activité physique dans notre milieu de travail sur votre mieux-être.  
Merci de votre collaboration!

## Depuis que des activités physiques ont été implantées dans votre organisation...

1. Vous sentez-vous moins stressé-e au travail?

- Oui, beaucoup moins
- Oui, un peu moins
- Non, aucun changement

2. Vous sentez-vous plus concentré-e, lorsque vous exécutez une tâche?

- Oui, beaucoup plus
- Oui, un peu plus
- Non, aucun changement

3- Êtes-vous plus efficace face à votre charge de travail?

- Oui, beaucoup
- Oui, un peu
- Non, aucun changement

4- Les idées, stratégies et suggestions vous viennent-elles plus spontanément, lorsque vous effectuez vos tâches/mandats?

- Oui, beaucoup
- Oui, un peu
- Non, aucun changement

5. Remarquez-vous un changement positif quant au climat de travail dans votre organisation? L'ambiance est-elle plus positive?

- Oui, beaucoup
- Oui, un peu
- Non, aucun changement

6. Sentez-vous que l'esprit d'équipe est renforcé, que les relations interpersonnelles sont améliorées avec vos collègues grâce à la mise en place d'activités physiques dans votre milieu?

- Oui, beaucoup
- Oui, un peu
- Non, aucun changement

# IMPLANTATION DE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE DANS VOTRE ENTREPRISE

**7- L'activité physique renforce-t-elle votre sentiment d'appartenance au sein de l'organisation?**

- Oui, beaucoup
- Oui, un peu
- Plus ou moins
- Pas du tout

**8- Vous absentez-vous moins du travail pour des raisons telles que la fatigue, le stress ou l'anxiété?**

- Oui, beaucoup
- Oui, un peu
- Non, je ne remarque aucun changement

**9. Est-ce que l'activité physique au travail représente un élément vous motivant à demeurer comme employé-e de l'organisation?**

- Oui, beaucoup
- Oui, un peu
- Non

**10. En général, vous sentez-vous plus épanoui-e au travail?**

- Oui, définitivement
- Oui, un peu
- Non, je ne remarque aucun changement

**11. Si vous êtes une nouvelle employée ou un nouvel employé, les activités physiques représentaient-elles un critère à joindre l'organisation?**

- Oui, beaucoup
- Oui, un peu
- Plus ou moins
- Pas du tout