

Performance au travail, meilleure santé... À Cholet, la Jeune France promeut le sport en entreprise

Après un test concluant aux côtés du chantier d'insertion L'Éclaircie, à Cholet (Maine-et-Loire), la Jeune France souhaite proposer aux entreprises et collectivités de l'activité physique et inviter le sport au travail.



Deux fois par mois, sur leur temps de travail, seize salariés de L'Éclaircie profitent d'une heure et demie de sport à la Jeune France. | OUEST-FRANCE

La sueur perle sur leur front après cette heure et demie de sport dans l'une des salles de l'association [la Jeune France](#), à Cholet (Maine-et-Loire). Seize travailleurs du chantier d'insertion [L'Éclaircie](#), ainsi que deux encadrants, profitent d'une séance d'activité physique deux fois par mois, sur leur temps de travail. « **Le métier qu'on fait est physique, donc ça fait du bien de s'entraîner à côté** », se réjouit Omar Madjinda Saidina, bénéficiaire.

Le sport, un pilier social

L'idée a germé du côté des encadrants du chantier d'insertion, l'an dernier. « **Nous accueillons souvent des personnes qui n'ont pas fait d'activité depuis longtemps, alors que nous portons des charges lourdes et travaillons dehors pendant huit heures pour l'entretien des espaces naturels** », explique Émilien Kunz, chargé de projet. Un premier partenariat lie L'Éclaircie à la Jeune France dans le cadre du projet sport santé qui permet aux salariés de faire de l'activité sur leur temps libre. Cette fois, il s'agit d'une prestation pour offrir une séance, deux mardis par mois, comprise dans la journée de travail.

Du côté de la Jeune France, le chantier se révèle être un bon test. « **Nous voulons développer ce champ d'activité pour les entreprises et collectivités** », détaille la directrice, Françoise Cholet. À la clef : un pilier social qui développerait le bien-être au travail, augmenterait les performances et diminuerait les absences pour maladies.

« Il y en a pour qui c'est un exutoire »

Pour une période s'étendant de septembre à juin, L'Éclaircie a déboursé 994 €. « **Sans compter le manque à gagner sur les chantiers et les tenues de sport pour les participants qui n'en avaient pas forcément**, ajoute Virginie Lemarchand, la directrice. **Mais on voit bien la différence sur le terrain, les échanges, la confiance en soi, la cohésion. Il y en a pour qui c'est un exutoire.** »

Les activités proposées sont multiples : renforcement musculaire, badminton, tennis, handball, pullball, marche nordique... « **C'est en fonction des besoins de l'entreprise ou de l'envie des participants** », rappelle Françoise Cholet.

De la demi-journée de « team building » à l'année, dans une salle de la Jeune France ou directement dans les locaux de l'entreprise, tout est possible pour amener le sport au travail. « **Les activités, l'infrastructure, le nombre de fois, les jours, tout est sur-mesure.** » Reste à la direction le choix de le proposer en journée ou dans le temps libre.