**Sondage**

X initie un programme d'activités physiques et sportives. Ces actions s'inscrivent dans notre volonté d'améliorer la qualité de vie au travail. Nous souhaitons développer cette offre et avons besoin de votre avis pour qu’elle soit la plus conforme possible à vos attentes.

A quelle fréquence pratiquez-vous des activités physiques et sportives ?

* Jamais
* Moins d’une fois par mois
* Une fois par mois
* Deux à trois fois par mois
* Une fois par semaine
* Deux à trois fois par semaine
* Plus de trois fois par semaine

Allez-vous au travail à pied ou à vélo ?

* Oui à pied
* Oui à vélo
* Non

Quel est votre niveau d’intérêt pour les actions suivantes

1. Pas du tout intéressé
2. Un peu intéressé
3. Intéressé
4. Très intéressé

* Des conseils sous forme de fiches pratiques pour amorcer ou développer ma pratique d’activités physiques et sportives
* Des ateliers d’évaluation de ma condition physique
* La mise à disposition de matériel (pédaliers intégrés, walking-desk, swiss-ball ; etc.)
* Des walking meetings
* Des cours collectifs réguliers en ligne ou en présentiel
* Des sorties ou activités occasionnelles (marches collectives, etc.)
* Des challenges internes (compétition entre salariés, services, etc.)
* Financement de licences sportives ou d’abonnement en salles de sport
* Financement de participations à des compétitions sportives

Quelles sont les activités qui vous intéressent le plus

* Renforcement musculaire
* Activités cardio
* Gymnastique d’entretien
* Yoga
* Marche/Randonnées
* Sports collectifs

Quel serait votre moment privilégié pour participer aux activités?

* Avant le travail
* À l’heure du midi
* Pendant les pauses
* Après le travail
* Je ne suis pas intéressé

De quelle manière souhaiteriez-vous être informé des activités proposées ?

* Sur mon mail professionnel
* Par l’inscription d’occurrence sur mon agenda professionnel
* Par un affichage physique
* Sur l’intranet

Quelle est votre motivation à pratiquer des activités physiques et sportives ?

* Passer un moment convivial avec mes collègues de travail
* Diminuer mon stress
* Prévenir et soulager des maux de dos
* Être en meilleure forme

Commentaires/propositions