



# La santé du dirigeant d'entreprise *vague 2*

- Provence-Alpes-Côte d'Azur-Corse -

*“opinionway*

15 place de la République 75003 Paris



## Rapport



À : MMA  
De : OpinionWay

# “ MÉTHODOLOGIE

*“opinionway*

# “ Méthodologie



- ▶ Étude réalisée auprès d'un échantillon de 1284 dirigeants d'entreprises, représentatif des entreprises françaises de moins de 50 salariés.
- ▶ La représentativité de l'échantillon est assurée par un redressement sur les critères de taille d'entreprise et de secteur d'activité, après stratification par région de résidence.



- ▶ OpinionWay a réalisé cette enquête en appliquant les procédures et règles de la norme ISO 20252.



- ▶ Mode d'interrogation : L'échantillon a été interrogé par téléphone



- ▶ Dates de terrain : les interviews ont été réalisées du 16 mars 2016 au 21 avril 2016.

# “ Précisions sur l'échantillon

## *Échantillon raisonné puis redressé*

Pour répondre aux objectifs de l'étude, l'échantillon a été constitué de la façon suivante.

**1.** Il a tout d'abord été raisonné afin de permettre une lecture des résultats sur :

 6 profils de dirigeants de la segmentation MMA,

 12 régions administratives (la Corse ayant été regroupée avec PACA).

➔ Certaines populations ont ainsi été surreprésentées afin de disposer d'une base brute de répondants suffisante pour analyser les résultats de chaque sous-cible.

**2.** L'échantillon final a ensuite été redressé en termes :

 de profils de dirigeants de la segmentation MMA,

 et de régions.

➔ Chaque cellule ainsi constituée (Segment X Régions) retrouve donc son poids réel dans l'échantillon global et les résultats d'ensemble sont représentatifs de la population étudiée.



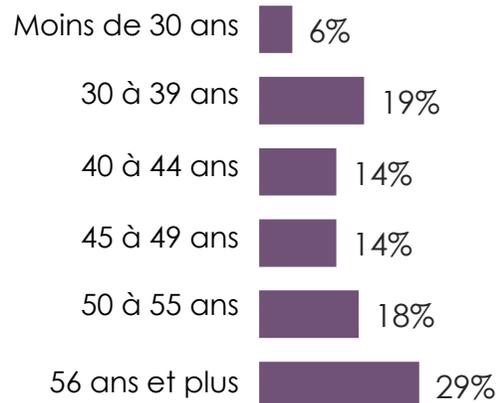
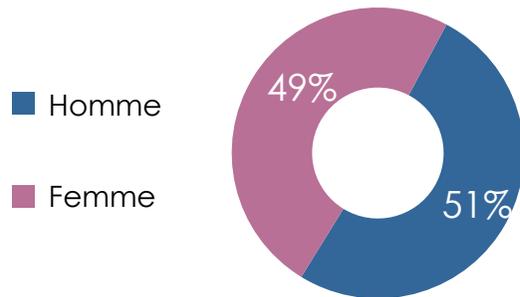
# Profil des répondants



# Profil des interviewés

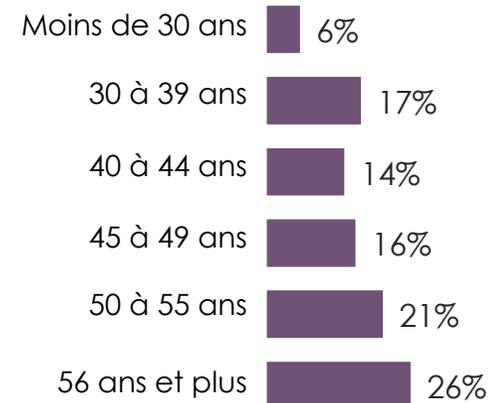
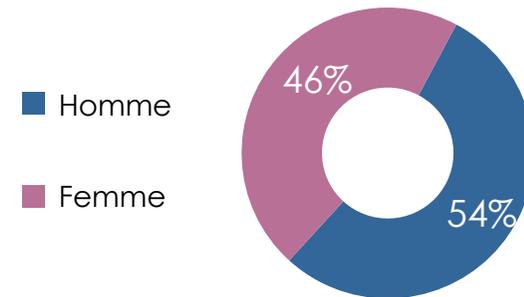
Provence-Alpes-Côte  
d'Azur-Corse  
- 149 RÉPONDANTS -

## Sexe & âge



Ensemble des entreprises  
- 1284 RÉPONDANTS -

## Sexe & âge



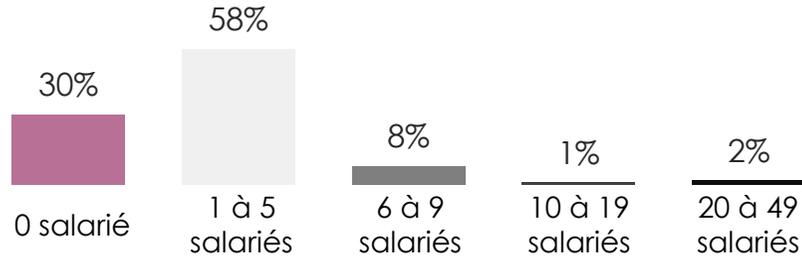


# Profil des entreprises

Provence-Alpes-Côte  
d'Azur-Corse  
- 149 RÉPONDANTS -

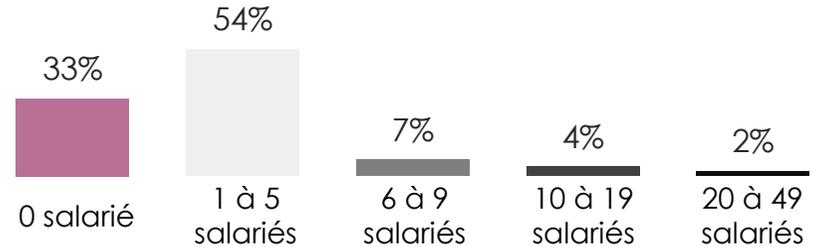
Ensemble des entreprises  
- 1284 RÉPONDANTS -

## Taille



NSP : 1%

## Taille



## Segment



## Segment



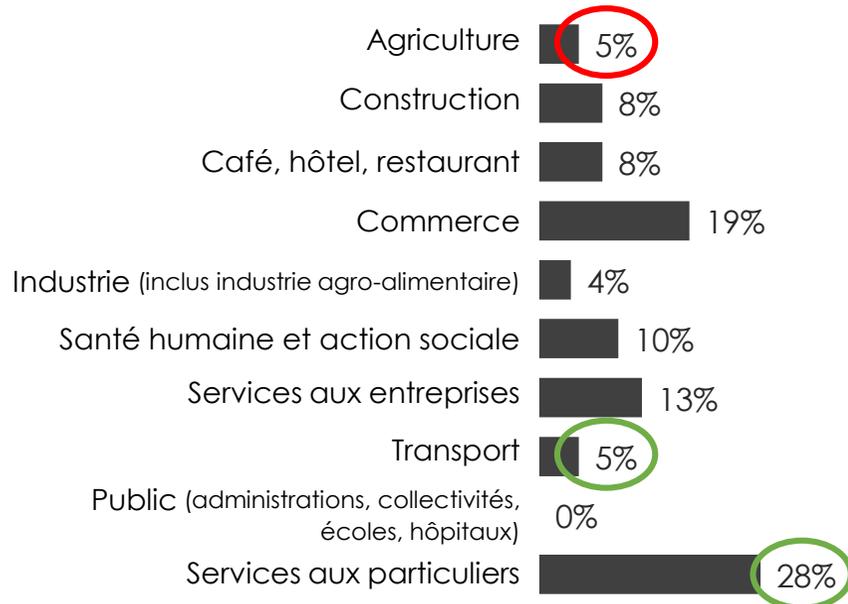
Différence significative vs. total



# Profil des entreprises

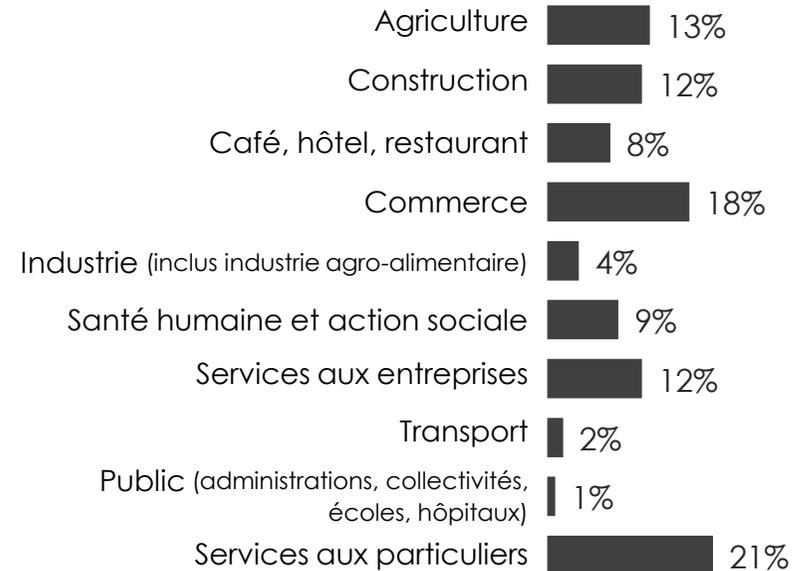
Provence-Alpes-Côte  
d'Azur-Corse  
- 149 RÉPONDANTS -

## Secteur



Ensemble des entreprises  
- 1284 RÉPONDANTS -

## Secteur



Différence significative vs. total



**A RETENIR**

*“opinionway*



# A retenir : quel état de santé pour les dirigeants ?

« Le travail c'est la santé » pour 84% des dirigeants de la région Provence-Alpes-Côte d'Azur-Corse.

Des dirigeants en bonne santé puisque 96% estiment que leur état de santé est bon (Très bon, bon ou assez bon) dont 35% très bon (28% pour l'ensemble des dirigeants français), même si 21% déclarent que celui-ci s'est dégradé au cours des 5 dernières années. 70% le jugent équivalent à celui de la moyenne des Français et 63% qu'il est lié à celui de leur entreprise (dont 17% très lié).

En termes d'affections au cours des 12 derniers mois, 80% des dirigeants de la région Provence-Alpes-Côte d'Azur-Corse auraient connu au moins une affection morale (baisse de moral - 52%, anxiété - 52% ou encore sautes d'humeur - 50%) et une proportion similaire des douleurs physiques (tout comme au niveau national) : mal de dos (64%) ou douleurs articulaires (55%) majoritairement. En lien avec ces troubles physiques, sont évoqués principalement le manque de temps pour réaliser toutes les tâches qui leur incombent (45%) et une surcharge de travail (41%).

Ils sont 16% à déclarer souffrir d'une maladie chronique (20% pour l'ensemble des dirigeants Français) et 61% auraient consulté un ou plusieurs professionnels de santé au cours des 12 derniers mois.

En termes de stress, la moitié environ des dirigeants de la région estime la plupart des journées stressantes (51%) dont 11% très stressantes, un stress lié à un manque de trésorerie (68%), des incertitudes sur l'activité de l'entreprise dans les semaines ou mois à venir (66%) ou encore à une surcharge de travail (59%). Ce stress est perçu comme nuisible à leur santé pour 32% d'entre eux et, à l'inverse, positif et stimulant pour leur travail pour 62%.

Concernant les arrêts de travail, au cours des 12 derniers mois, 10% se sont fait arrêter et 32% ont fait en sorte de ne pas être arrêtés afin de ne pas impacter l'activité de leur entreprise.

Au final, 14% de ces dirigeants estiment que sur l'année 2015 leur santé a pu avoir un impact négatif sur l'activité de leur entreprise (15% pour l'ensemble de la France).

En se projetant sur les 3 prochaines années, la confiance est assez marquée puisque 93% se disent confiants pour leur vie personnelle, 89% pour leur santé, 87% pour leur situation professionnelle, 86% pour la situation financière de leur foyer et 81% pour l'activité de leur entreprise.



# A retenir : quel état de santé pour les dirigeants ?

Un certain nombre d'éléments semble participer à leur épanouissement personnel selon eux, notamment : l'intérêt de leur métier (92%), la liberté d'organisation de leur temps de travail et de leur temps libre (87%), le pouvoir de décision qu'ils ont au sein de leur entreprise (82%) et la liberté d'action sur la marche de l'entreprise (82%).

Au sujet de l'information sur les mesures de prévention santé qui pourraient faciliter le quotidien, 74% des dirigeants de la région Provence-Alpes-Côte d'Azur-Corse se disent bien informés dont 32% très bien informés (30% au national).

L'intérêt pour les innovations proposées en termes d'accompagnement semble limité : 77% ne sont intéressés par aucune suggestion (73% au national).

3 principaux comportements sont mis en place pour rester en forme d'après eux : une alimentation variée, saine et équilibrée (88%), les moments de détente en famille (87%), et dormir suffisamment (72%).

En moyenne, les dirigeants de la région Provence-Alpes-Côte d'Azur-Corse déclarent travailler 46,8h par semaine contre 47,9h pour l'ensemble des dirigeants Français, une durée jugée supportable dans 89% des cas dont 42% tout à fait supportable (significatif vs le niveau national à 33%).

Ces dirigeants dormiraient en moyenne 6h40 par nuit en semaine (6h48 au national), ce qui serait suffisant pour 65% d'entre eux. De plus, ils sont 67% à estimer récupérer le week-end ou durant leurs jours de repos.

Toutefois, 47% avouent avoir des difficultés à concilier leur travail avec leurs autres engagements personnels ou familiaux (50% au niveau national).

Au quotidien, 88% de ces dirigeants ont le sentiment d'avoir d'une bonne hygiène de vie (résultat identique au national). Ils seraient 26% à fumer au moins une cigarette par jour, 2% consommerait des produits stimulants ou relaxants et 13% consommeraient 3 verres d'alcool ou plus plusieurs fois par semaine.

Enfin, 16% pratiqueraient des activités de relaxation.



# ANALYSE

*“opinionway*

La santé du  
dirigeant d'entreprise

**01**



**QUEL ÉTAT DE SANTÉ POUR  
LES DIRIGEANTS  
D'ENTREPRISE ?**

**a**



**Leur état de santé général**



# Opinion sur l'affirmation : « le travail c'est la santé »

B0bis. Henri Salvador clamait dans une de ses chansons 'Le travail c'est la santé', êtes-vous d'accord ou pas avec cela ?

Provence-Alpes-Côte  
d'Azur-Corse  
- 149 RÉPONDANTS -

Ensemble des entreprises  
- 1284 RÉPONDANTS -

D'accord

84%

Pas  
d'accord

14%

D'accord

84%

Pas  
d'accord

15%

41%



Tout à fait  
d'accord

43%



Plutôt d'accord

9%



Plutôt pas  
d'accord

5%



Pas du tout  
d'accord

39%



Tout à fait  
d'accord

44%



Plutôt d'accord

8%



Plutôt pas  
d'accord

7%



Pas du tout  
d'accord

NSP : 2%

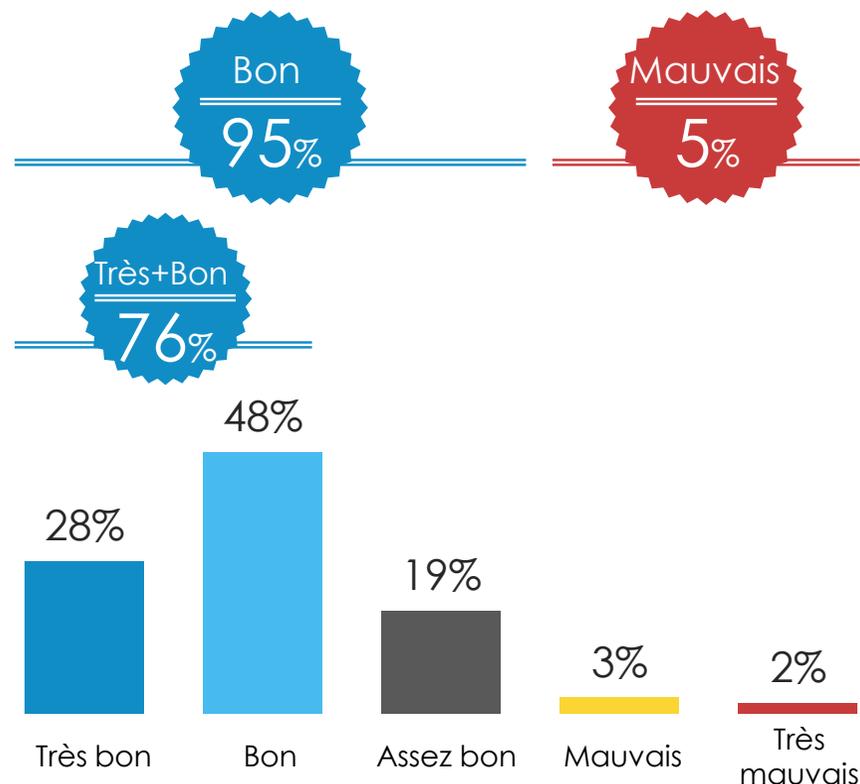
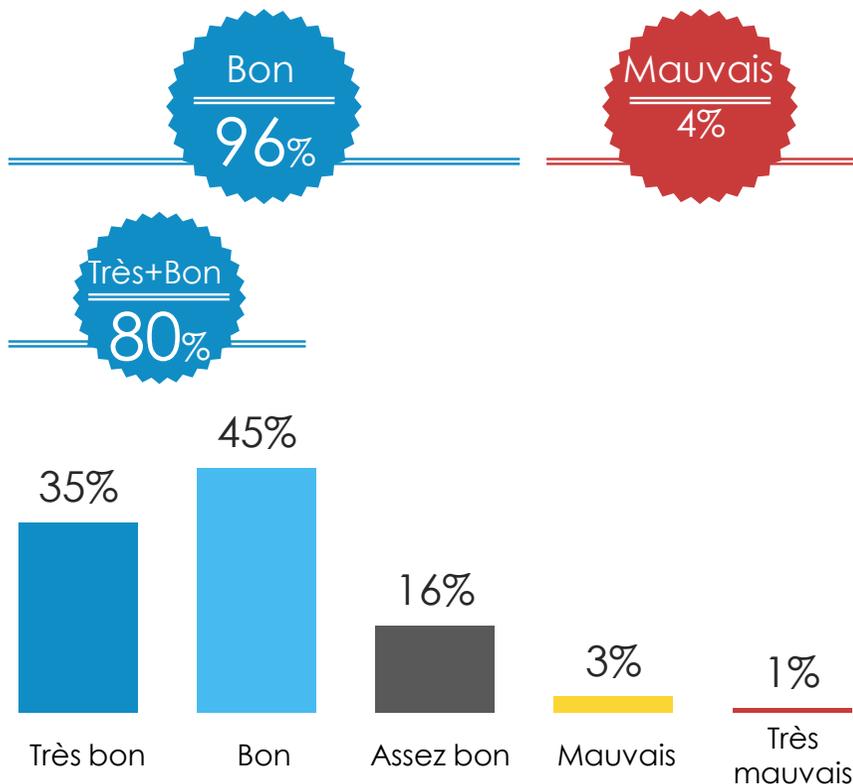


# L'état de santé général des dirigeants

B1. Diriez-vous que votre état de santé général est...

Provence-Alpes-Côte  
d'Azur-Corse  
- 149 RÉPONDANTS -

Ensemble des entreprises  
- 1284 RÉPONDANTS -

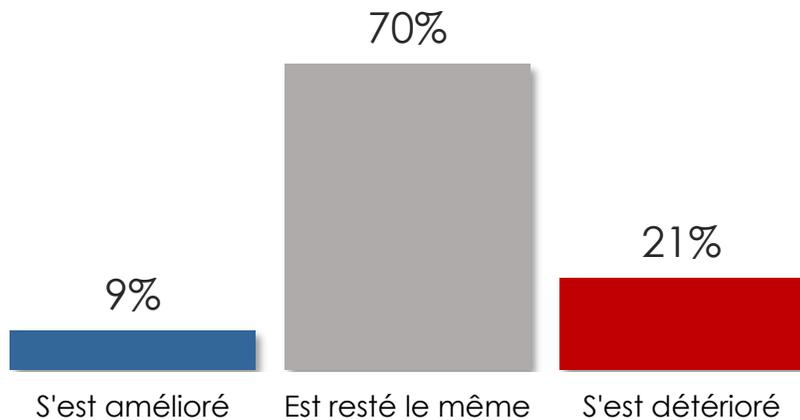




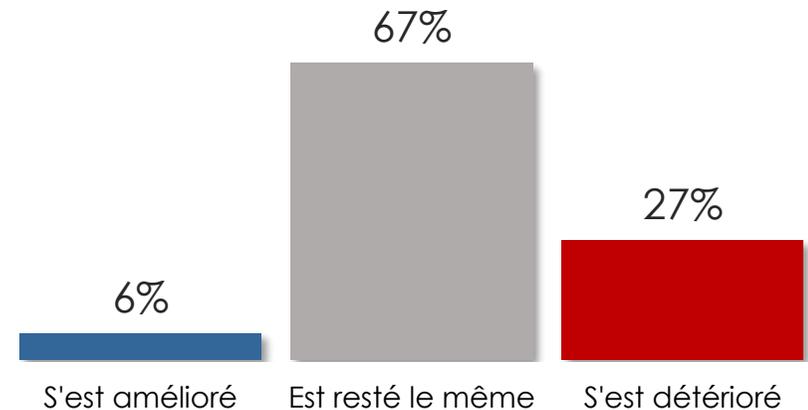
# Perception de l'évolution de l'état de santé

C4. Selon vous, votre état de santé au cours des 5 dernières années ...

Provence-Alpes-Côte  
d'Azur-Corse  
- 149 RÉPONDANTS -



Ensemble des entreprises  
- 1284 RÉPONDANTS -

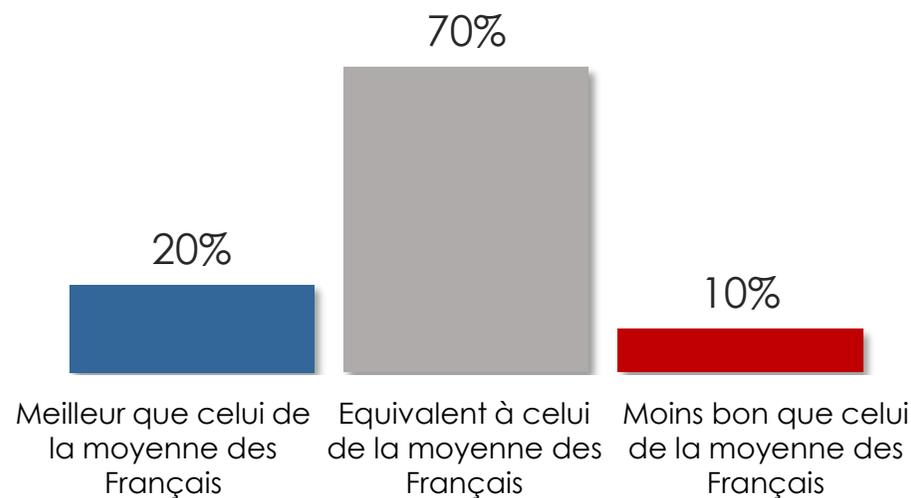
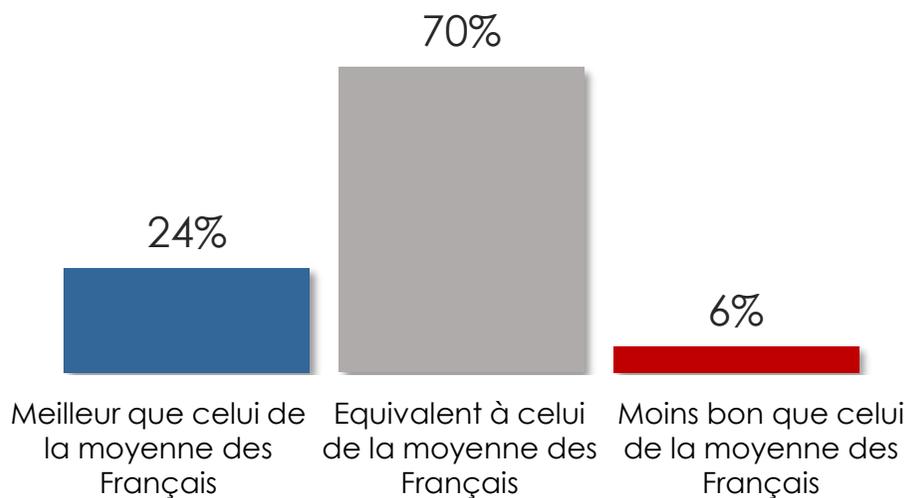


# “ Perception de l'état de santé vs la moyenne française

B1b. Et en tant que dirigeant diriez-vous que votre état de santé général est...

Provence-Alpes-Côte  
d'Azur-Corse  
- 149 RÉPONDANTS -

Ensemble des entreprises  
- 1284 RÉPONDANTS -





# Lien entre état de santé et état de santé de l'entreprise

B1c. Et votre état de santé général est-il pour vous...

Provence-Alpes-Côte  
d'Azur-Corse  
- 149 RÉPONDANTS -

Lié

63%

Pas lié

37%

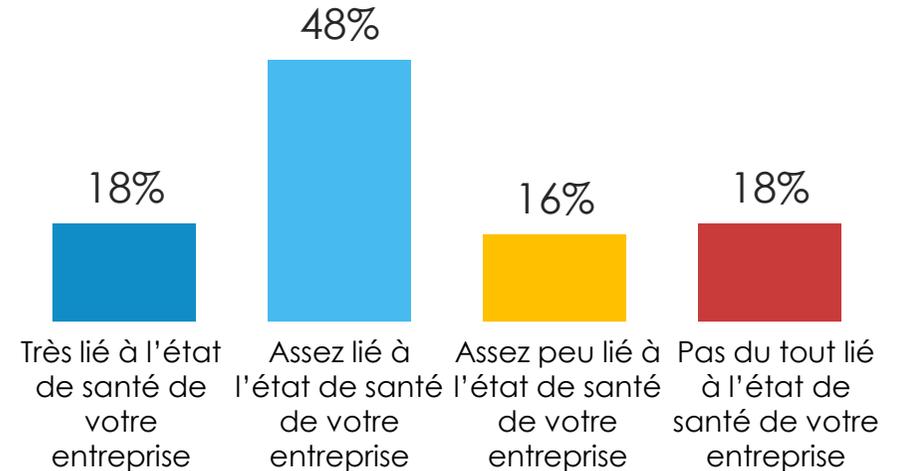
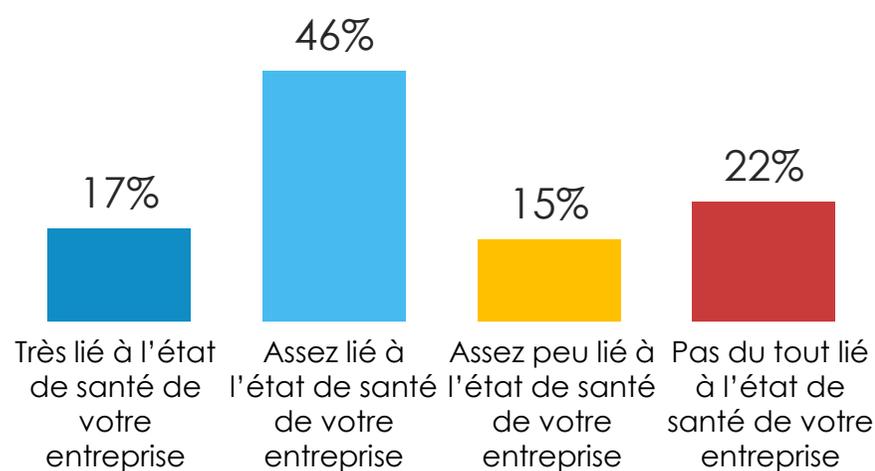
Ensemble des entreprises  
- 1284 RÉPONDANTS -

Lié

66%

Pas lié

34%



**b**



# Les affections des dirigeants

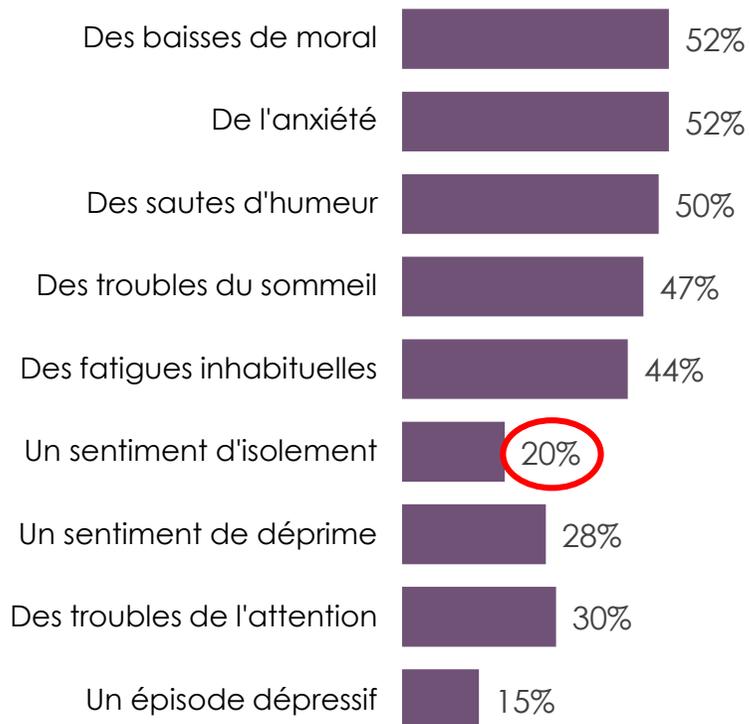


# Affections morales des dirigeants

B11. Avez-vous déjà ressenti au cours des 12 derniers mois...

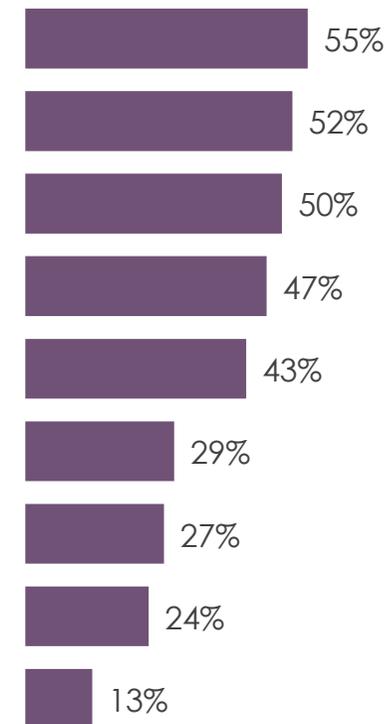
Provence-Alpes-Côte  
d'Azur-Corse  
- 149 RÉPONDANTS -

Ensemble des entreprises  
- 1284 RÉPONDANTS -



En  
moyenne  
**4,2**

Aucun  
**20%**



En  
moyenne  
**4,3**

Aucun  
**21%**

Différence significative vs. total

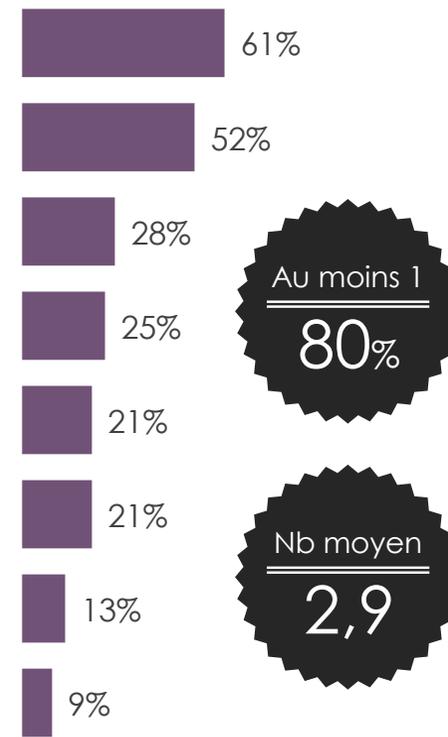
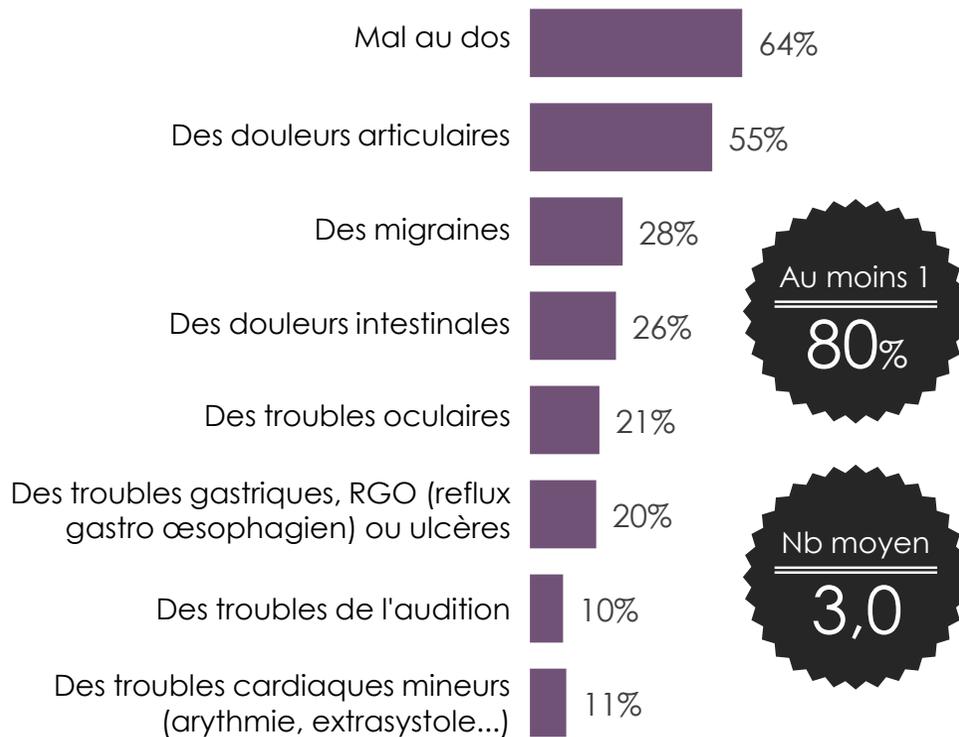


# Douleurs physiques

C1a. Vous arrive-t-il de ressentir les douleurs physiques suivantes ?

Provence-Alpes-Côte  
d'Azur-Corse  
- 149 RÉPONDANTS -

Ensemble des entreprises  
- 1284 RÉPONDANTS -





# Raisons liées aux douleurs physiques

C1b. Diriez-vous que ces troubles physiques sont liés ?

- RÉPONDANTS RESENTANT AU MOIS UNE DOULEUR -

Provence-Alpes-Côte  
d'Azur-Corse  
- 117 RÉPONDANTS -

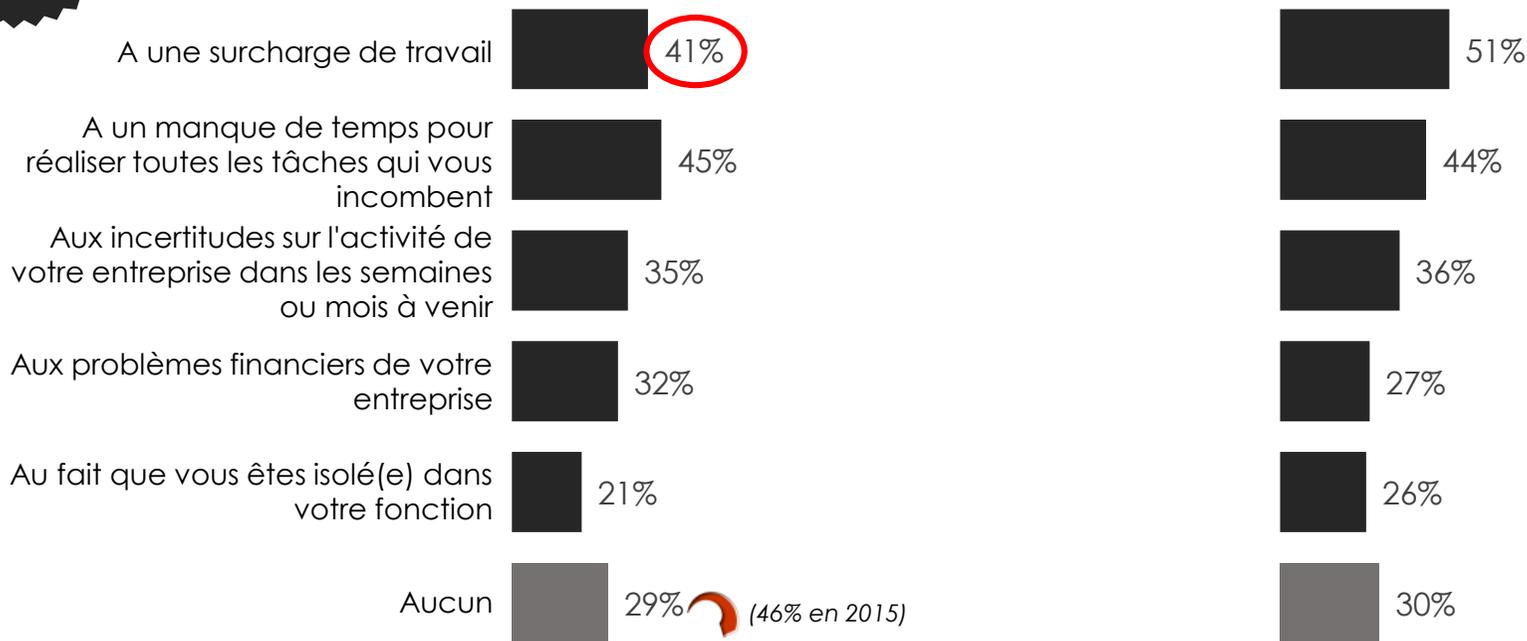
Ensemble des entreprises  
- 1024 RÉPONDANTS -

Au moins 1

80%

Au moins 1

80%



Différence significative vs. 2015



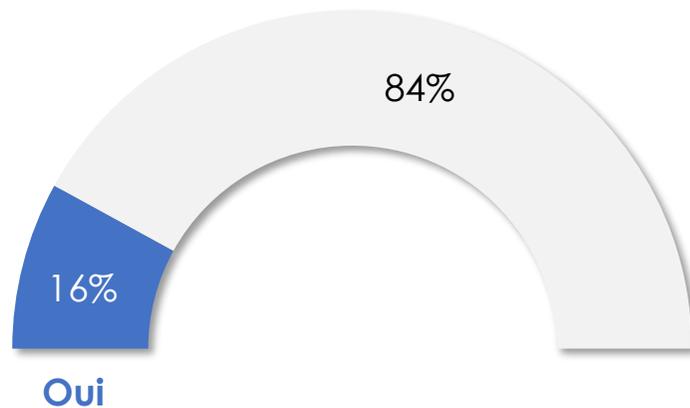
Différence significative vs. total



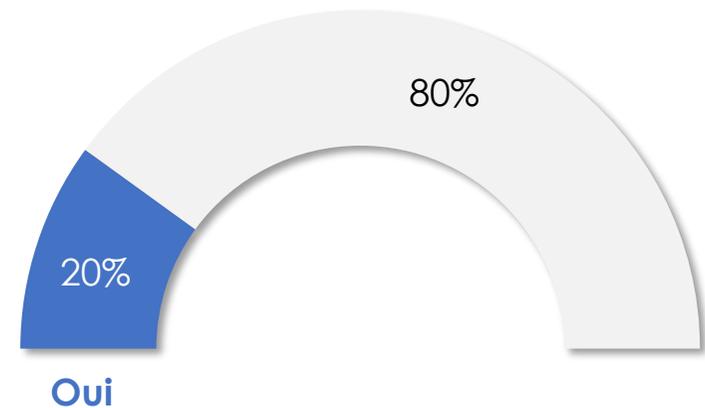
# Maladies chroniques

C9. Avez-vous une maladie ou un problème de santé qui soit chronique ou de caractère durable ?

Provence-Alpes-Côte  
d'Azur-Corse  
- 149 RÉPONDANTS -



Ensemble des entreprises  
- 1284 RÉPONDANTS -

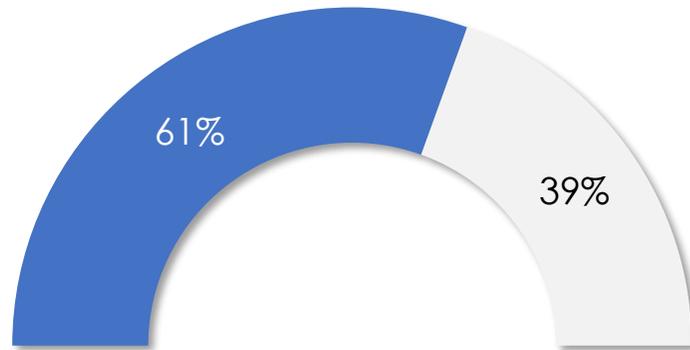




# Consultation de professionnel de santé

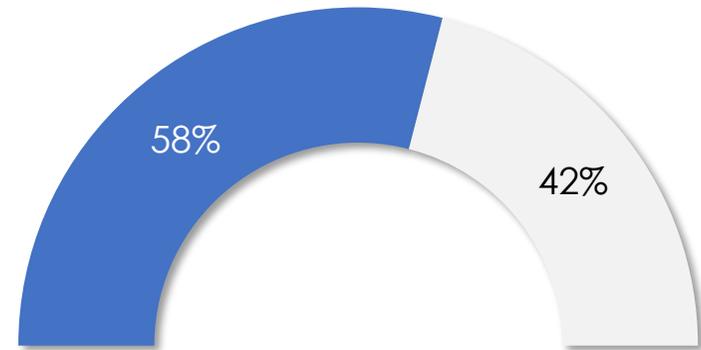
D6a. Avez-vous consulté un ou plusieurs professionnels de santé au cours des 12 derniers mois ?

Provence-Alpes-Côte  
d'Azur-Corse  
- 149 RÉPONDANTS -



Oui

Ensemble des entreprises  
- 1284 RÉPONDANTS -



Oui

**C**



**Le stress**

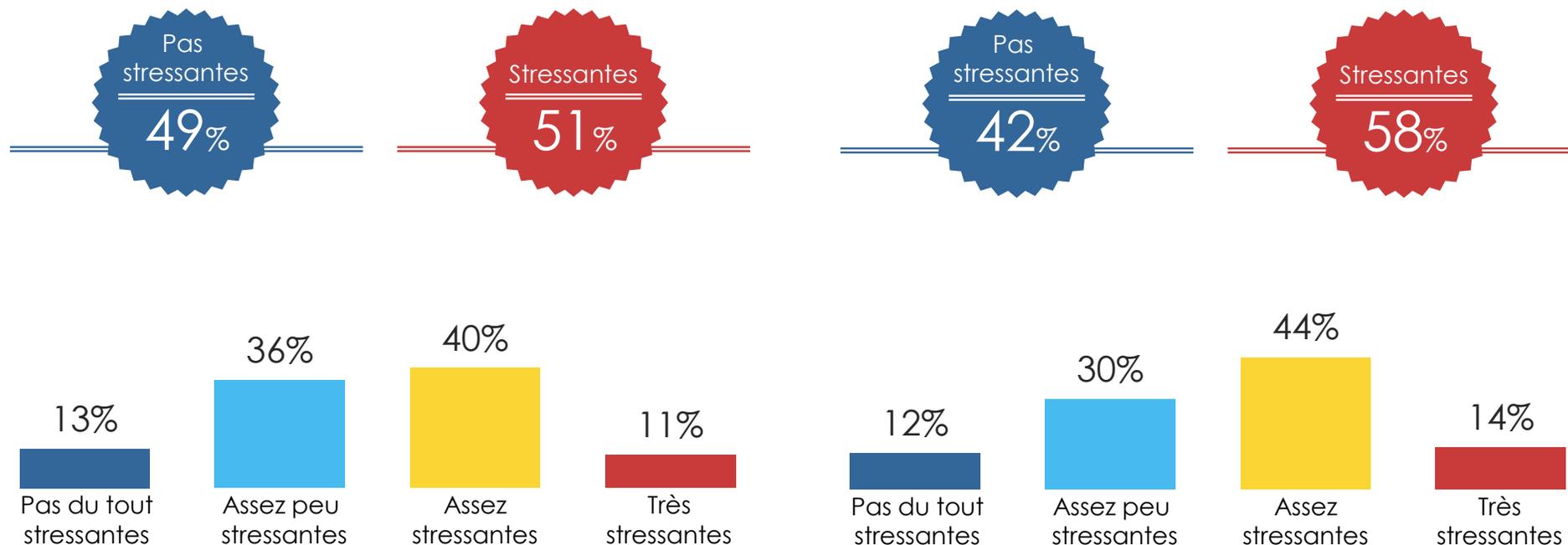


# Stress ressenti par les dirigeants

B9. Actuellement, diriez-vous que la plupart de vos journées sont :

Provence-Alpes-Côte  
d'Azur-Corse  
- 149 RÉPONDANTS -

Ensemble des entreprises  
- 1284 RÉPONDANTS -





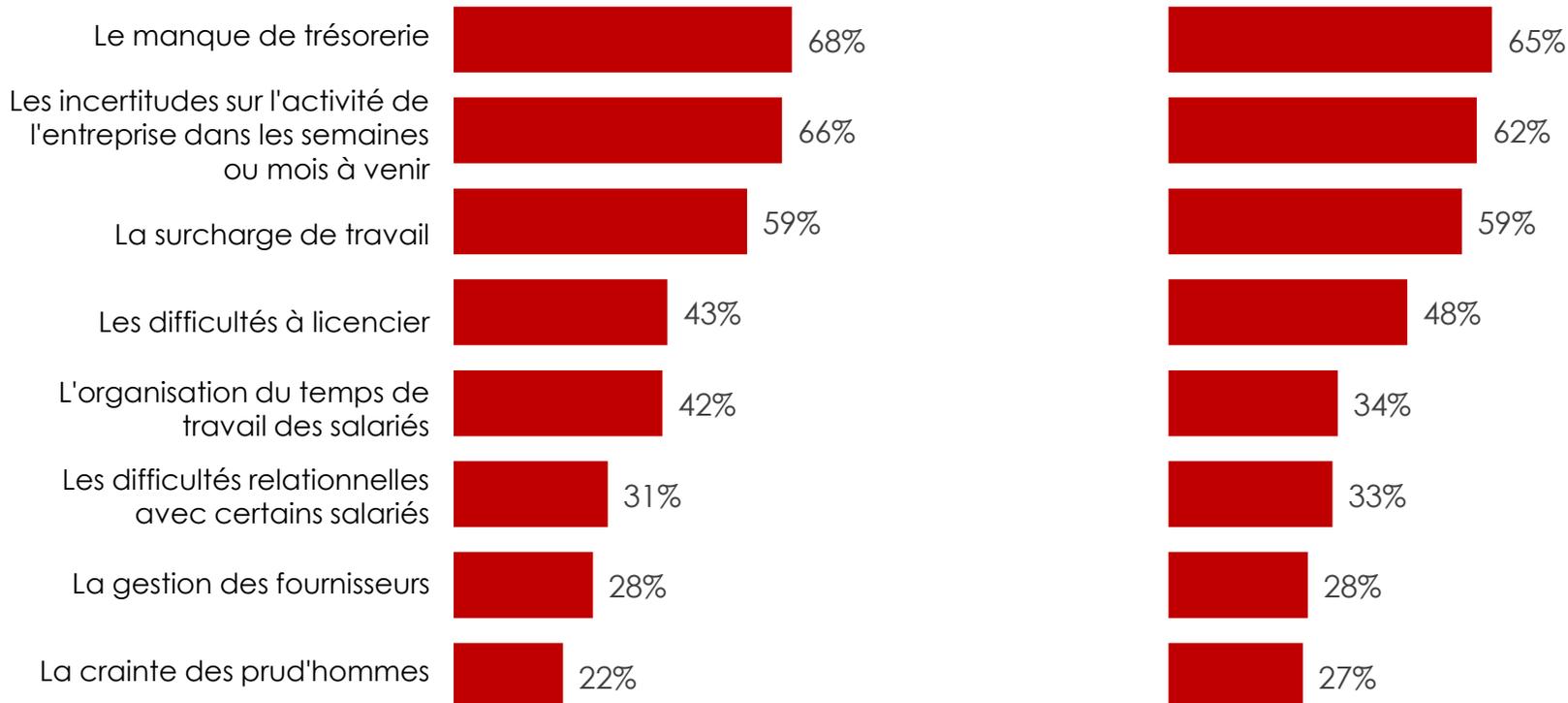
# Impact de diverses situations professionnelles sur le niveau de stress

B10c. Et diriez-vous que chacune des situations suivantes que vous pouvez rencontrer ont un impact très fort, assez fort, assez faible ou très faible sur votre niveau de stress ?

Provence-Alpes-Côte  
d'Azur-Corse  
- 149 RÉPONDANTS (hors NSP) -

Ensemble des entreprises  
- 1284 RÉPONDANTS (hors NSP) -

% Très fort + Assez fort



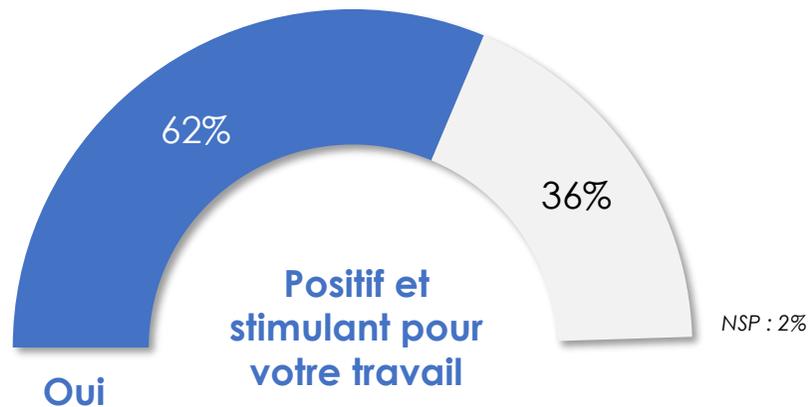
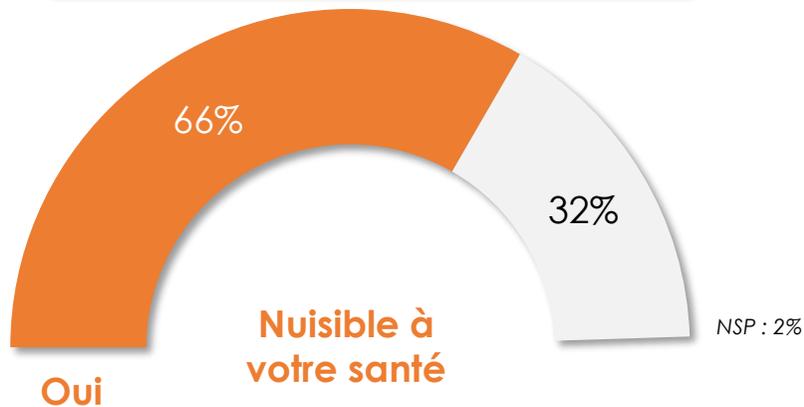


# Impact du stress sur la santé

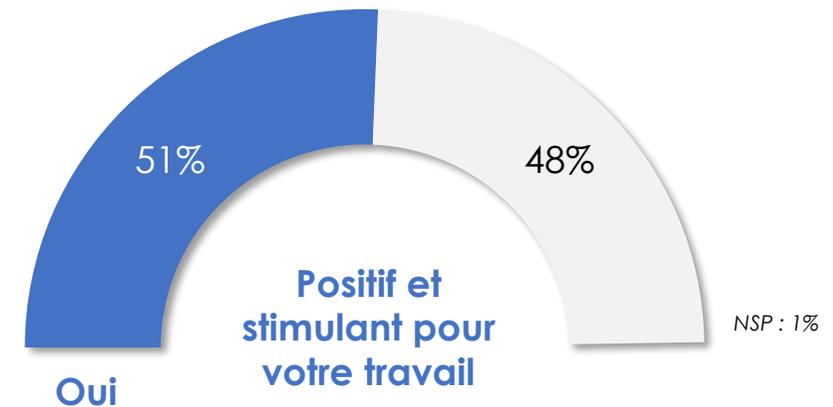
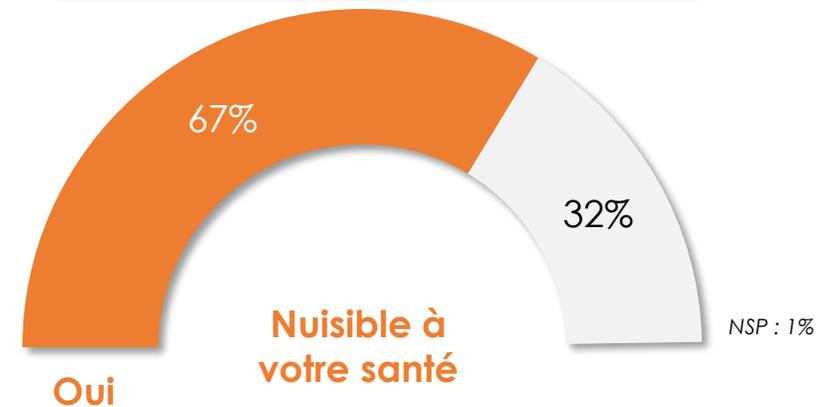
B10d. Selon vous ce stress est-il ?

- RÉPONDANTS CONSIDÉRANT QUE LES JOURNÉES SONT STRESSANTES -

Provence-Alpes-Côte  
d'Azur-Corse  
- 75 RÉPONDANTS -



Ensemble des entreprises  
- 1284 RÉPONDANTS -



**d**



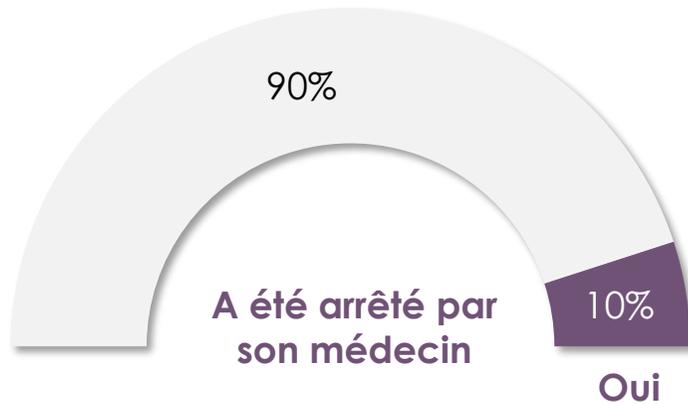
**L'impact de la santé du  
dirigeant sur l'entreprise**



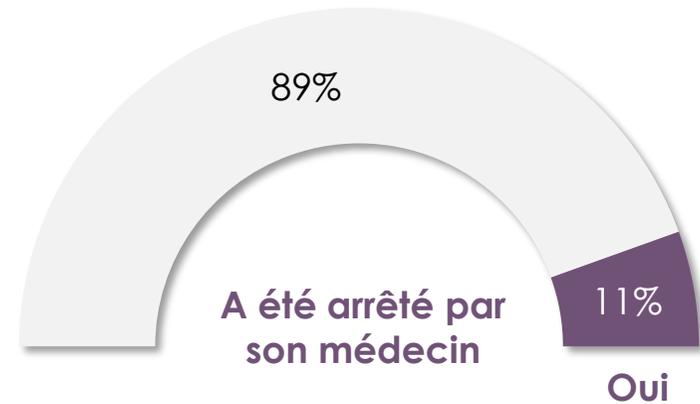
# Arrêts de travail

C2a. Avez-vous déjà été arrêté par votre médecin au cours des 12 derniers mois ?

Provence-Alpes-Côte  
d'Azur-Corse  
- 149 RÉPONDANTS -



Ensemble des entreprises  
- 1284 RÉPONDANTS -

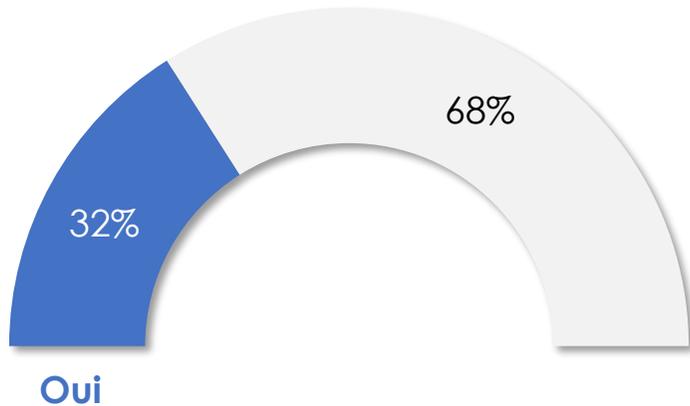




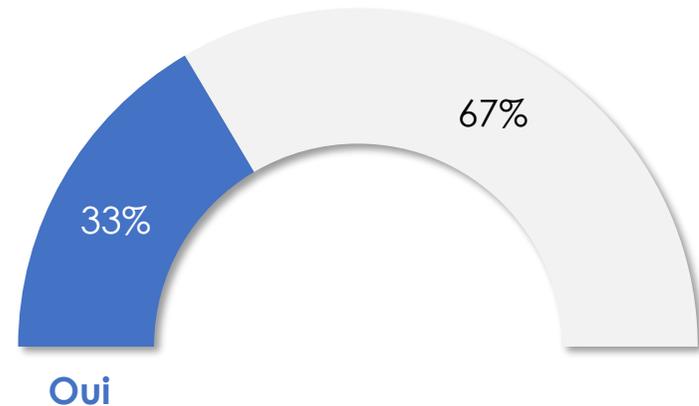
# Arrêts de travail non effectués

C3. Au cours des 12 derniers mois, avez-vous fait en sorte de ne pas être arrêté pour raisons médicales afin de ne pas impacter l'activité de votre entreprise ?

Provence-Alpes-Côte  
d'Azur-Corse  
- 149 RÉPONDANTS -



Ensemble des entreprises  
- 1284 RÉPONDANTS -

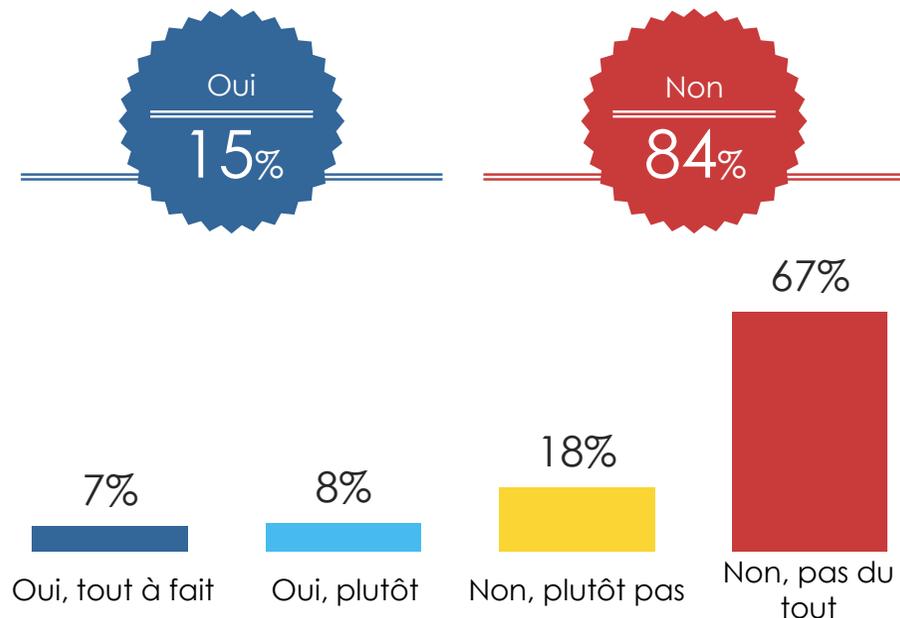
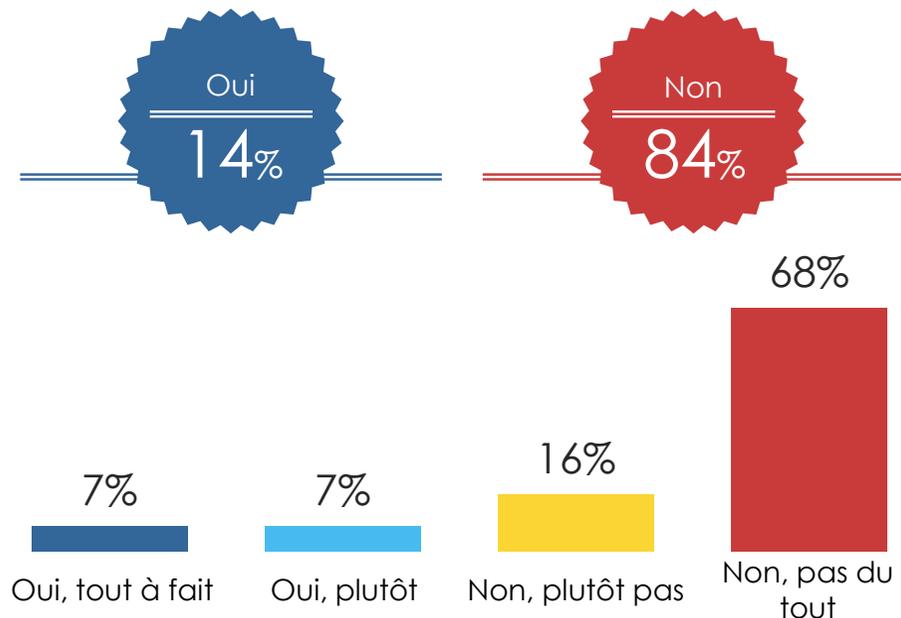


# “ Impact de la santé du dirigeant sur l'activité de l'entreprise

E1. Au final diriez-vous que sur l'année 2015, votre santé a pu avoir un impact négatif sur l'activité de votre entreprise ?

Provence-Alpes-Côte  
d'Azur-Corse  
- 149 RÉPONDANTS -

Ensemble des entreprises  
- 1284 RÉPONDANTS -



NSP : 2%

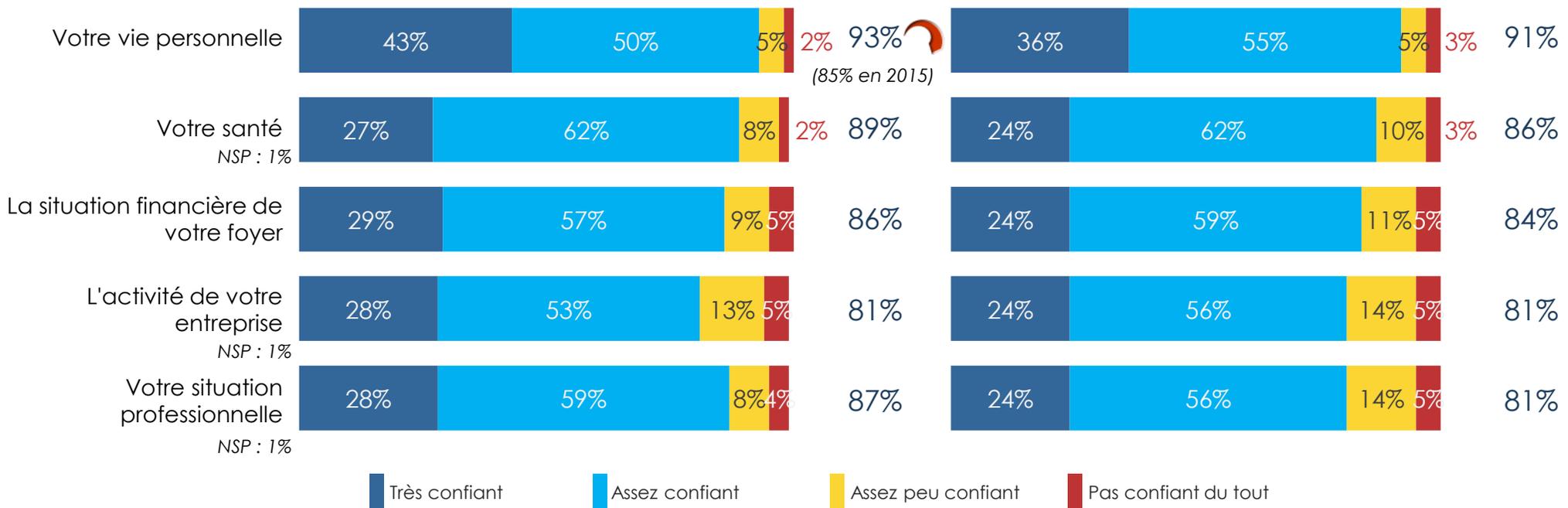


# Confiance dans l'avenir

E2. Quand vous pensez aux 3 prochaines années, diriez-vous pour chacun des points suivants que vous êtes très confiants, assez confiant, assez peu confiant ou pas confiant du tout ?

Provence-Alpes-Côte d'Azur-Corse  
- 149 RÉPONDANTS -

Ensemble des entreprises  
- 1284 RÉPONDANTS -



Différence significative vs. 2015

e



LA PRÉVENTION SANTÉ

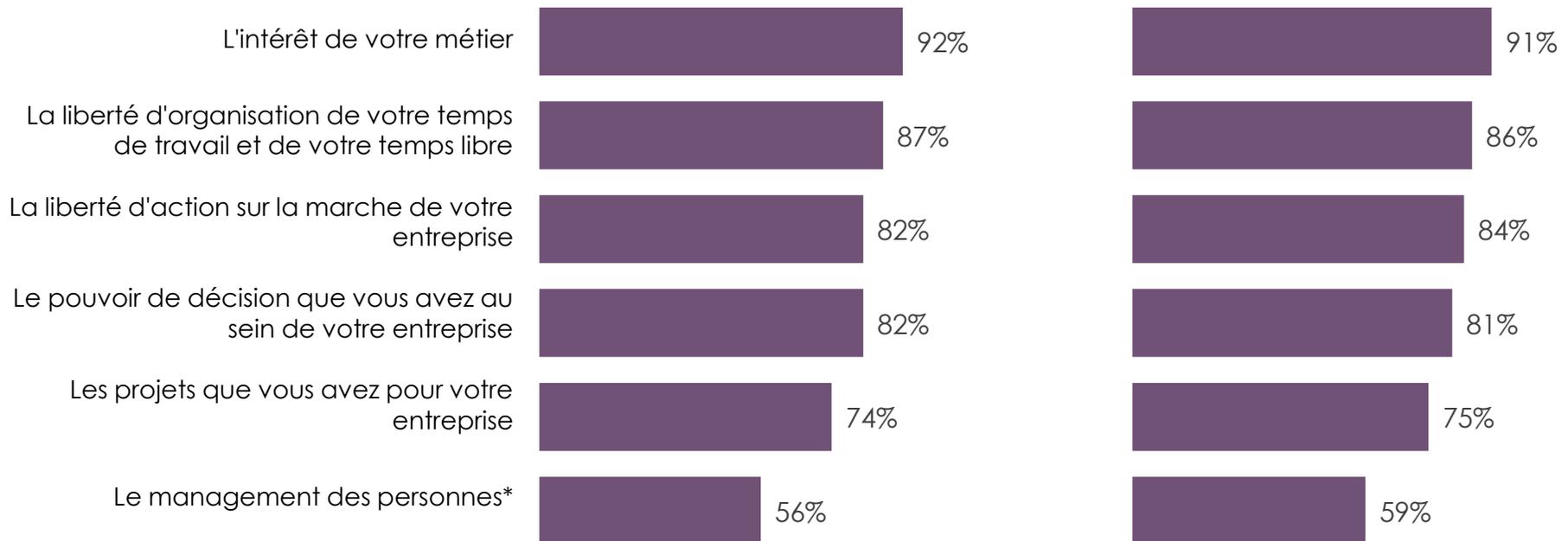


# Sources d'épanouissement

B0. Pour commencer, parmi les éléments suivants, quels sont ceux qui contribuent à votre épanouissement personnel ?

Provence-Alpes-Côte  
d'Azur-Corse  
- 149 RÉPONDANTS -

Ensemble des entreprises  
- 1284 RÉPONDANTS -



\* - RÉPONDANTS AYANT DES SALARIES -



# Niveau d'information des mesures de prévention santé

D7. Pensez-vous être suffisamment informé sur des mesures de prévention santé qui pourraient faciliter votre quotidien ?

Provence-Alpes-Côte  
d'Azur-Corse  
- 149 RÉPONDANTS -

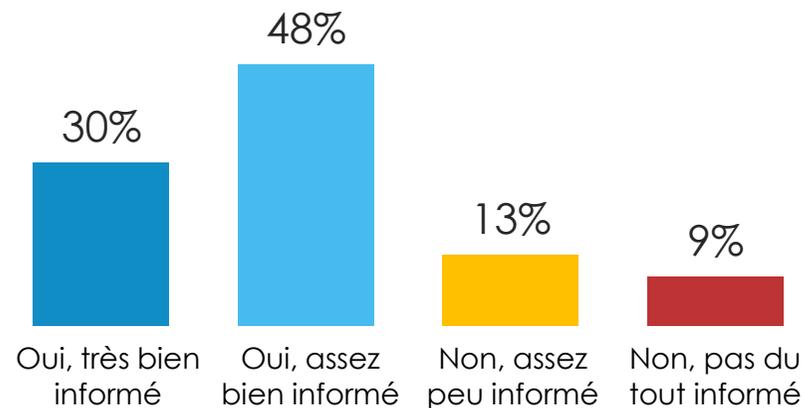
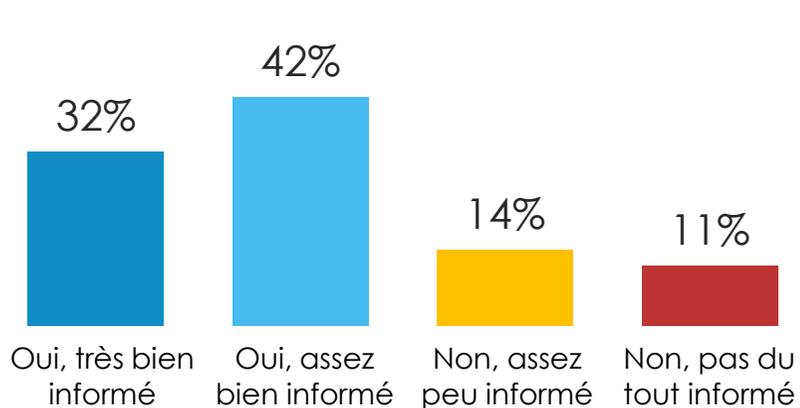
Oui  
74%

Non  
25%

Ensemble des entreprises  
- 1284 RÉPONDANTS -

Oui  
78%

Non  
22%



NSP : 1%

# “ Intérêt pour les innovations à destination des dirigeants

D8. Et seriez-vous intéressé(e) par les innovations suivantes à destination des chefs d'entreprise ?

Provence-Alpes-Côte  
d'Azur-Corse  
- 149 RÉPONDANTS -

Ensemble des entreprises  
- 1284 RÉPONDANTS -



Aucun  
77%

Aucun  
73%

Très intéressé Plutôt intéressé Plutôt pas intéressé Pas du tout intéressé

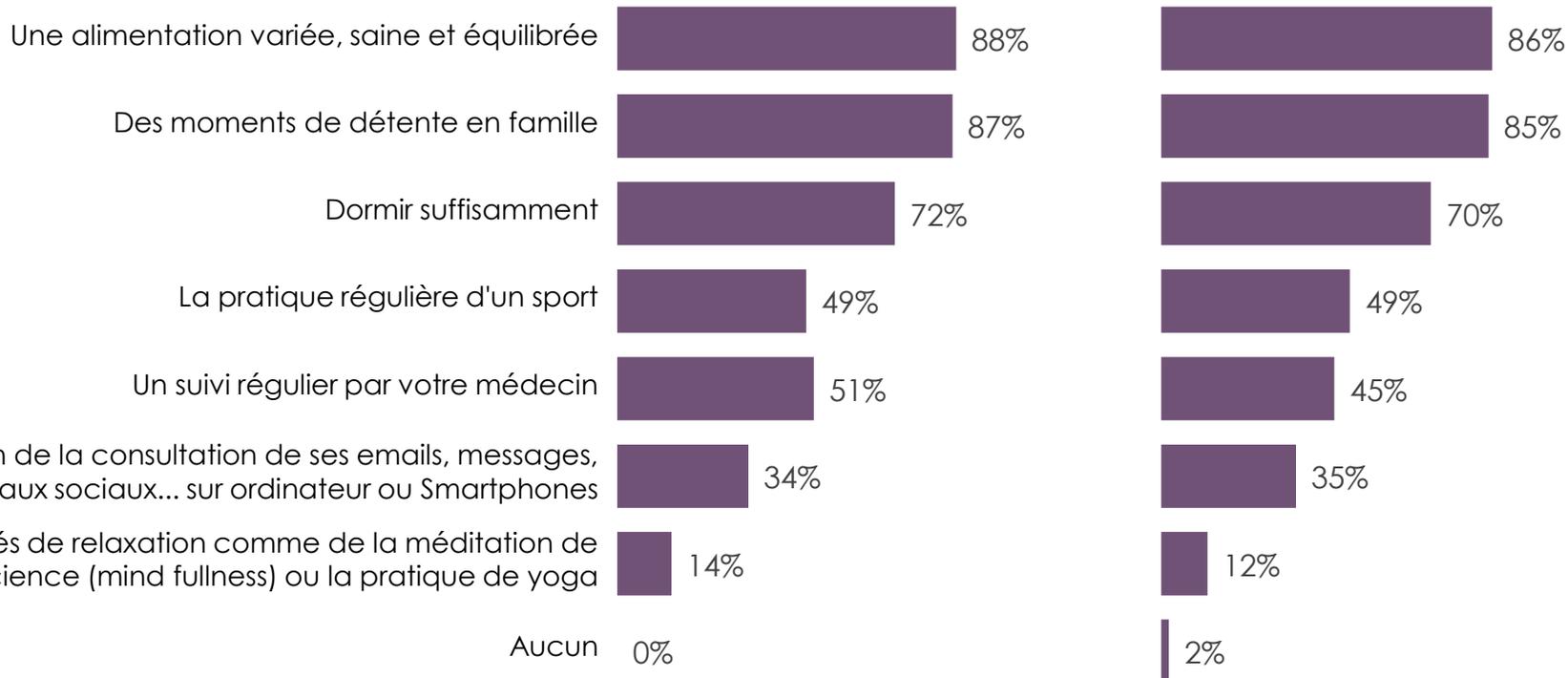


# Comportements mis en place pour rester en forme

D2. Pouvez-vous indiquer, parmi les comportements suivants, ceux que vous mettez en place pour rester en forme ?

Provence-Alpes-Côte  
d'Azur-Corse  
- 149 RÉPONDANTS -

Ensemble des entreprises  
- 1284 RÉPONDANTS -



La santé du  
dirigeant d'entreprise

**02**



**QUELLE HYGIÈNE DE VIE  
ASSOCIÉE ?**

**a**



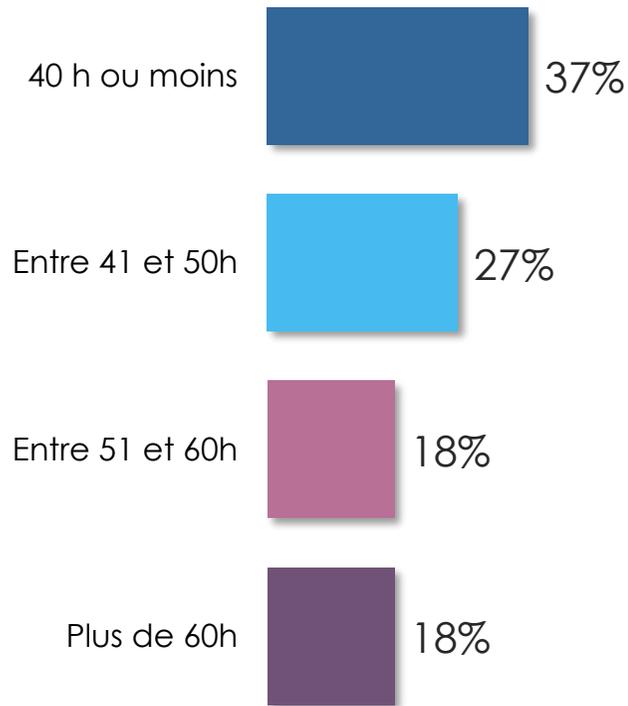
**TEMPS DE TRAVAIL ET TEMPS  
DE REPOS**



# Volume horaire travaillé

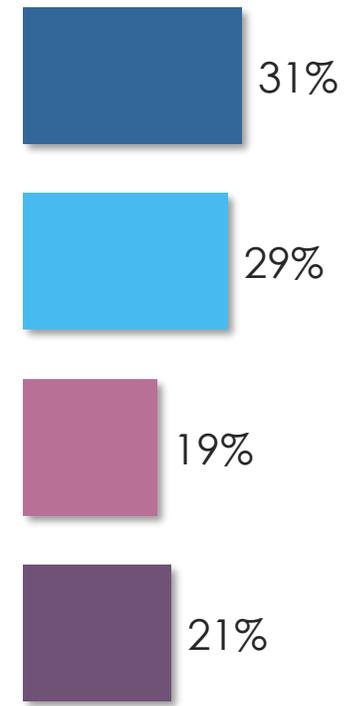
B2a. Combien d'heures travaillez-vous en moyenne par semaine ?

Provence-Alpes-Côte  
d'Azur-Corse  
- 149 RÉPONDANTS -



Moyenne  
46.8

Ensemble des entreprises  
- 1284 RÉPONDANTS -



Moyenne  
47.9



# Acceptabilité du volume horaire

B3. Et estimez-vous que ce nombre d'heures est...

Provence-Alpes-Côte  
d'Azur-Corse  
- 149 RÉPONDANTS -

Ensemble des entreprises  
- 1284 RÉPONDANTS -

Supportable

89%

Pas supportable

11%

Supportable

84%

Pas supportable

16%

42%

47%

7%

4%

Tout à fait supportable

Plutôt supportable

Plutôt pas supportable

Pas supportable du tout

33%

51%

11%

5%

Tout à fait supportable

Plutôt supportable

Plutôt pas supportable

Pas supportable du tout

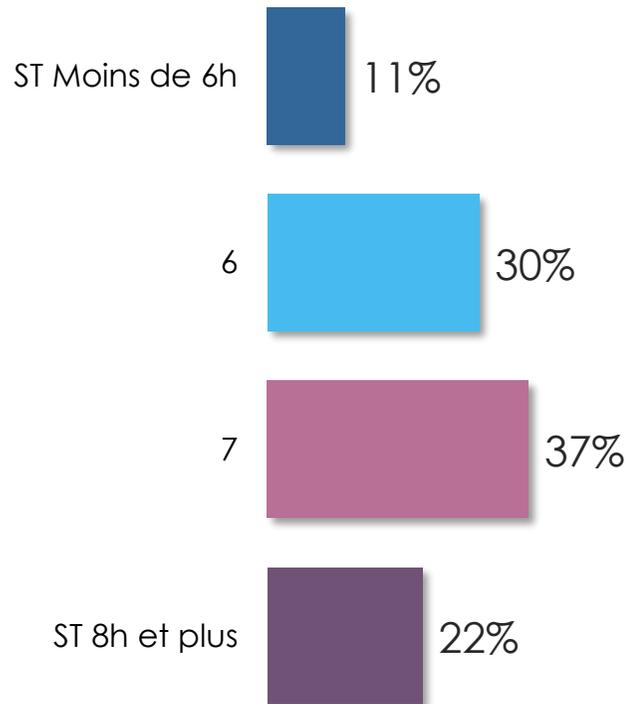
  Différence significative vs. total



# Nombre d'heures de sommeil

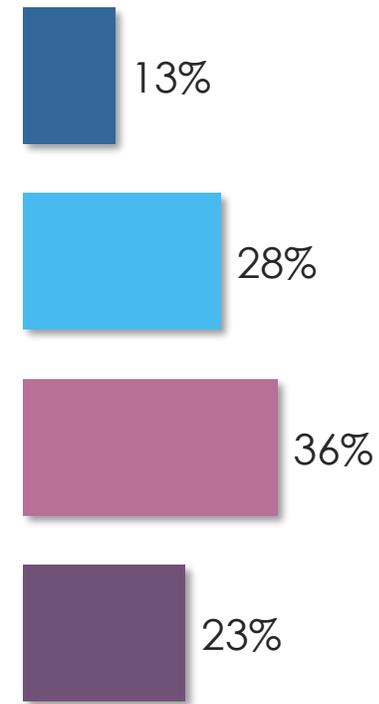
B5. En moyenne, combien d'heures par nuit dormez-vous en semaine ?

Provence-Alpes-Côte  
d'Azur-Corse  
- 149 RÉPONDANTS -



Moyenne  
6h40

Ensemble des entreprises  
- 1284 RÉPONDANTS -



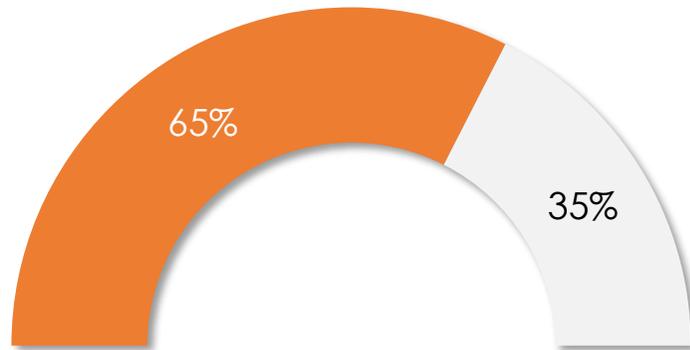
Moyenne  
6h48



# Perception d'un niveau de sommeil suffisant

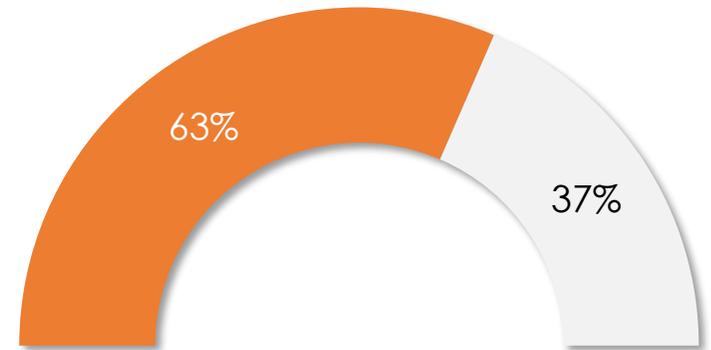
B6. Et pensez-vous dormir suffisamment ?

Provence-Alpes-Côte  
d'Azur-Corse  
- 149 RÉPONDANTS -



Oui

Ensemble des entreprises  
- 1284 RÉPONDANTS -



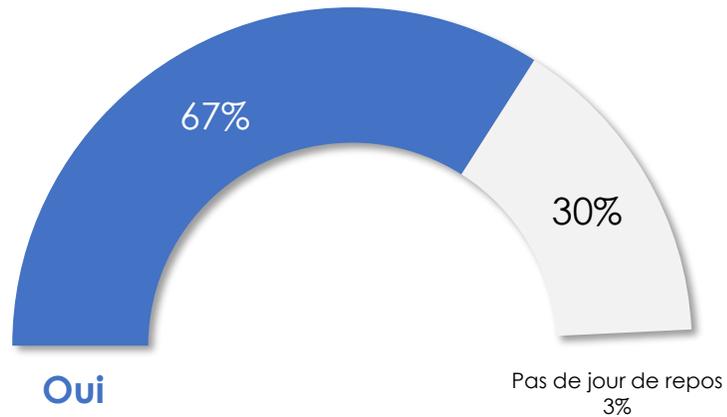
Oui



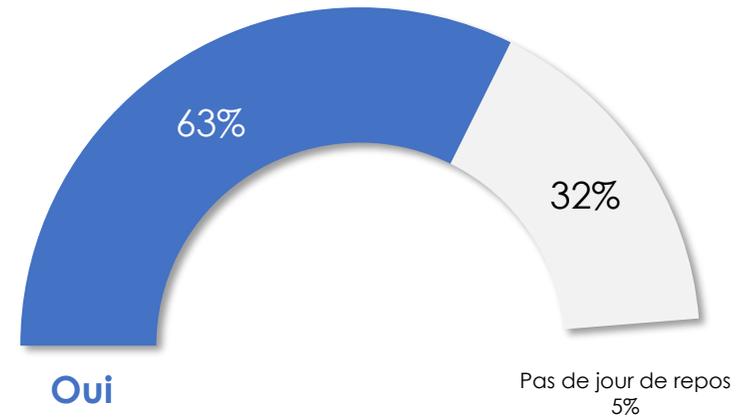
# Récupération

B8. Diriez-vous que vous arrivez à récupérer le week-end ou durant vos jours de repos ?

Provence-Alpes-Côte  
d'Azur-Corse  
- 149 RÉPONDANTS -



Ensemble des entreprises  
- 1284 RÉPONDANTS -



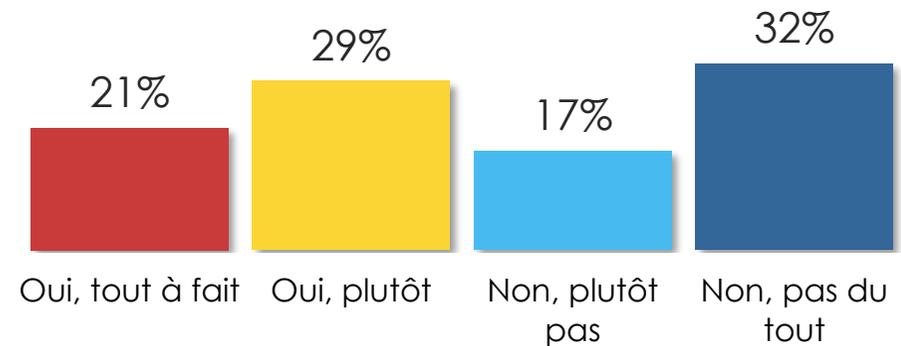
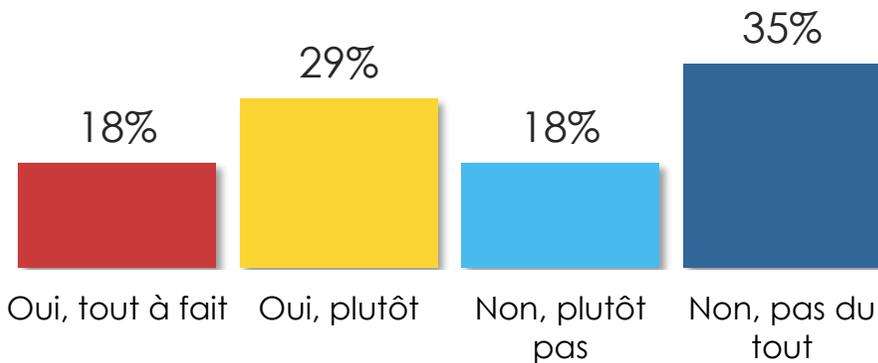
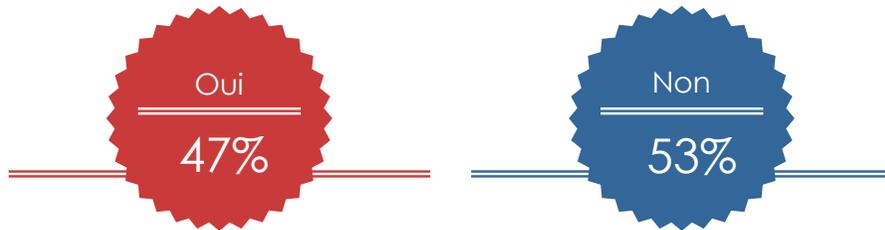


# Conciliation vie privée/vie professionnelle

B4. Pensez-vous avoir des difficultés à concilier votre travail avec vos autres engagements personnels ou familiaux ?

Provence-Alpes-Côte  
d'Azur-Corse  
- 149 RÉPONDANTS -

Ensemble des entreprises  
- 1284 RÉPONDANTS -



**b**



**HYGIÈNE DE VIE**

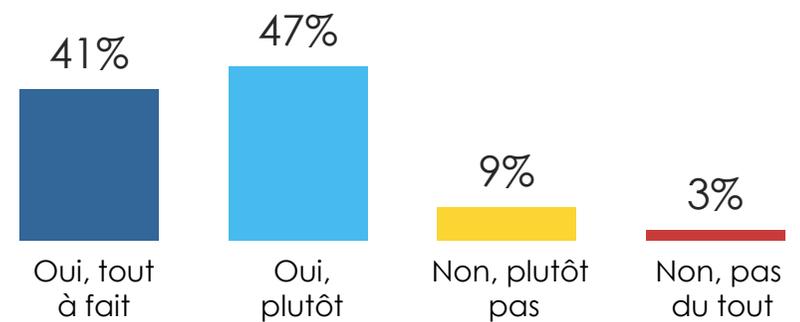
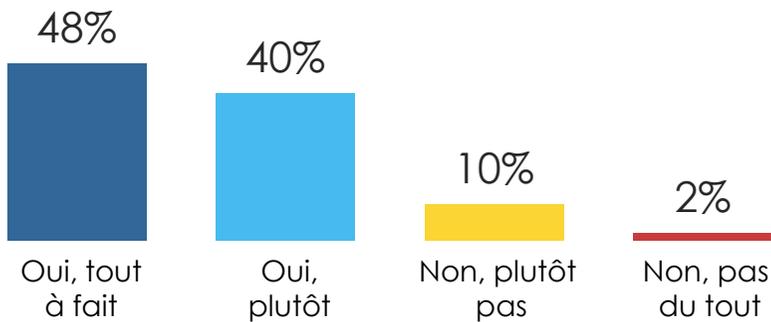
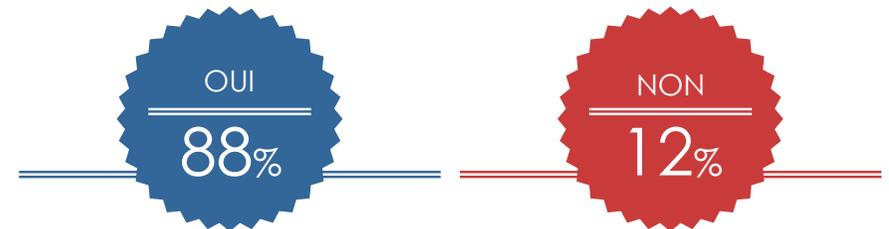


# Hygiène de vie globale

D3. Avez-vous le sentiment d'avoir une bonne hygiène de vie au quotidien ?

Provence-Alpes-Côte  
d'Azur-Corse  
- 149 RÉPONDANTS -

Ensemble des entreprises  
- 1284 RÉPONDANTS -

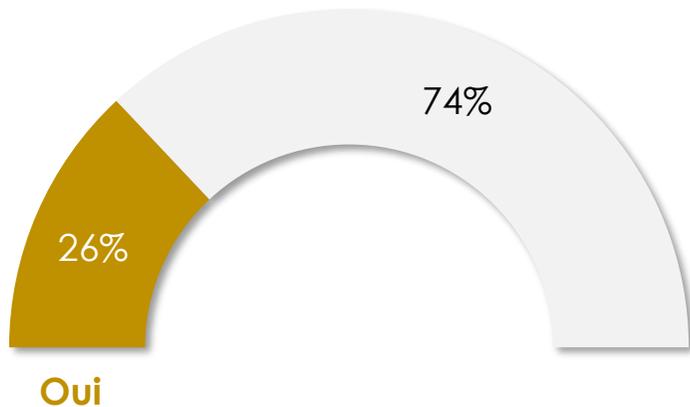




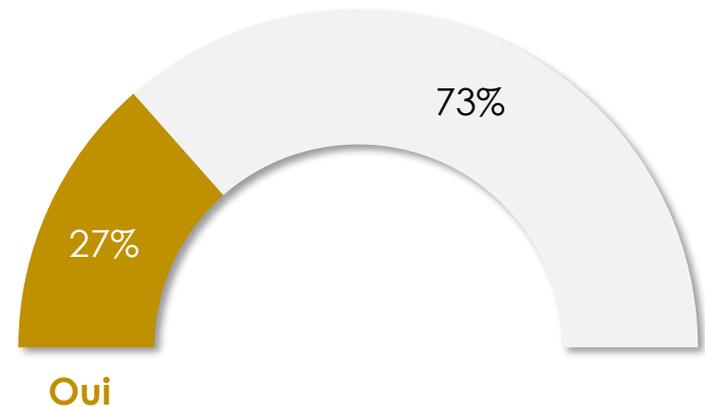
# Tabagisme

B12a. Fumez-vous au moins une cigarette par jour ?

Provence-Alpes-Côte  
d'Azur-Corse  
- 149 RÉPONDANTS -



Ensemble des entreprises  
- 1284 RÉPONDANTS -

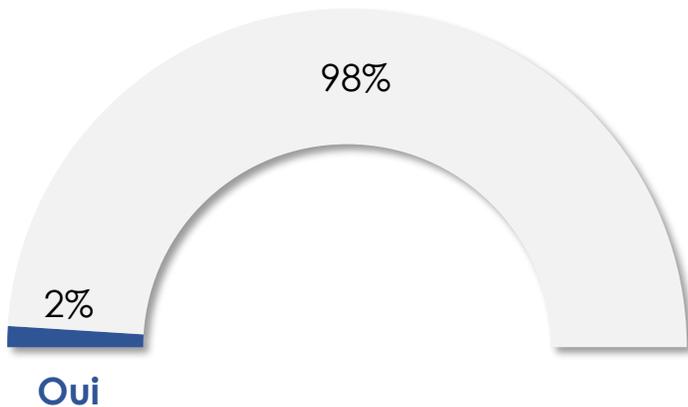




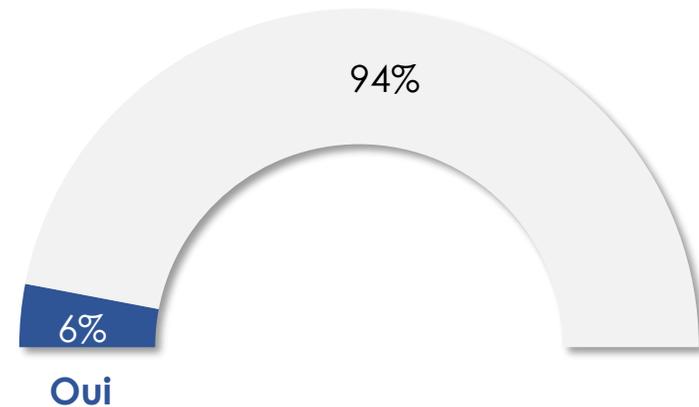
# Produits stimulants et/ou relaxants

B13. Vous arrive-t-il de consommer des produits stimulants ou relaxants (somnifères, anxiolytiques, amphétamines, cocaïne, cannabis...)?

Provence-Alpes-Côte  
d'Azur-Corse  
- 149 RÉPONDANTS -



Ensemble des entreprises  
- 1284 RÉPONDANTS -

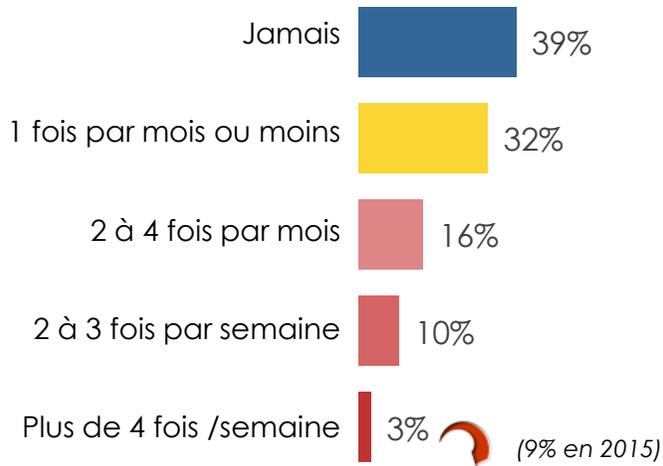




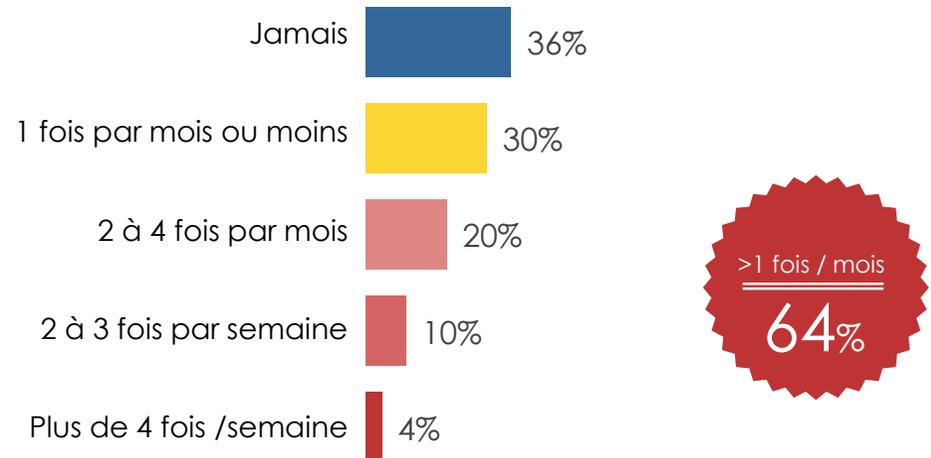
# Consommation d'alcool

B14B. Et à quelle fréquence vous arrive-t-il de boire 3 verres d'alcool ou plus ?

Provence-Alpes-Côte  
d'Azur-Corse  
- 149 RÉPONDANTS -



Ensemble des entreprises  
- 1284 RÉPONDANTS -



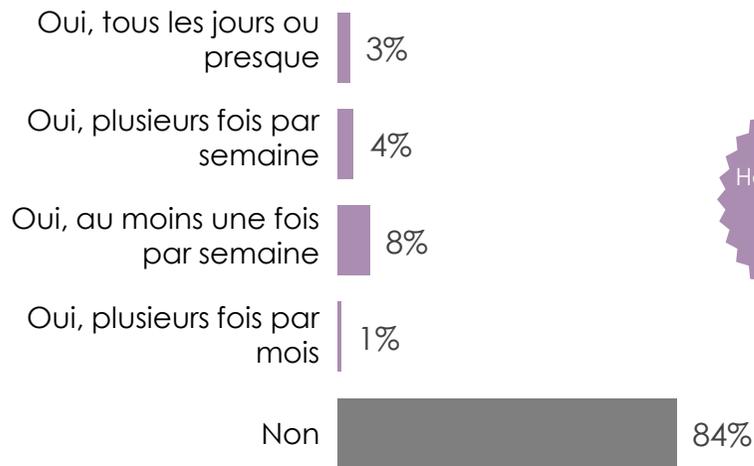
 Différence significative vs. 2015



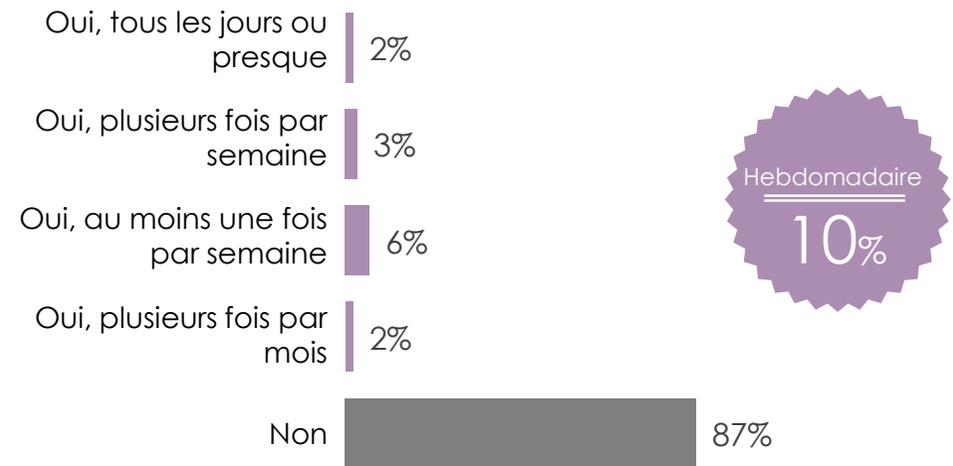
# Pratique d'une activité de relaxation

D5b : Pratiquez-vous des activités de relaxation (méditation, yoga...) ?

Provence-Alpes-Côte  
d'Azur-Corse  
- 149 RÉPONDANTS -



Ensemble des entreprises  
- 1284 RÉPONDANTS -





*“opinionway*

15 place de la République 75003 Paris

