



QVCT & ENGAGEMENT : UN CERCLE VERTUEUX

La Qualité de Vie et des Conditions de Travail est un levier de performance pour l'entreprise. C'est aussi un moteur d'engagement important pour les salariés. La QVCT peut influencer positivement ou négativement sur leur implication au quotidien.

Découvrez dans cette infographie des conseils par thématique et des solutions à disposition des employeurs pour cultiver une bonne QVCT et maintenir l'engagement des salariés sur le long terme.

01 ÉQUILIBRE VIE PRO / VIE PERSO

La conciliation entre la vie professionnelle et la vie personnelle est le principal facteur de satisfaction. 58% des Français sont prêts à renoncer à une promotion pour préserver leur bien-être.¹



SENSIBILISER À LA PRATIQUE D'UNE ACTIVITÉ PHYSIQUE RÉGULIÈRE



ENCOURAGER LE MODE DE TRAVAIL HYBRIDE



Up sport & loisirs

Avec Up Sport&Loisirs®, favorisez le lien social entre salariés, mais aussi le bien-être au travail et dans la vie privée !

EN SAVOIR PLUS



Up chèque domicile

Avec Chèque Domicile®, le Chèque Emploi Service Universel (CESU), facilitez le quotidien de vos collaborateurs en leur offrant l'accès à tous types de services à la personne.

EN SAVOIR PLUS

FACILITER L'ACCÈS AUX SERVICES À LA PERSONNE

POUR SE LIBÉRER DES CONTRAINTES
DU QUOTIDIEN
(MÉNAGE, COURSES, JARDINAGE...)



¹ <https://culture-rh.com/semaine-4-jours-equilibre-vie-pro-vie-perso/>

02 SANTÉ, ALIMENTATION & BIEN-ÊTRE

Fatigue, stress, perte de motivation, douleurs physiques régulières ou burn-out : 91% des actifs indiquent avoir connu des difficultés de santé au travail.²



**ENCOURAGER
DES MOMENTS DE DÉTENTE PENDANT
LA JOURNÉE DE TRAVAIL**

**PROPOSER
DES TITRES RESTAURANT AUX SALARIÉS
POUR LEUR OFFRIR UN VRAI MOMENT
DE DÉCONNEXION AU RESTAURANT**



Up déjeuner

Avec le titre-restaurant UpDéjeuner®, améliorez le pouvoir d'achat et la qualité de vie au travail des salariés.

EN SAVOIR PLUS

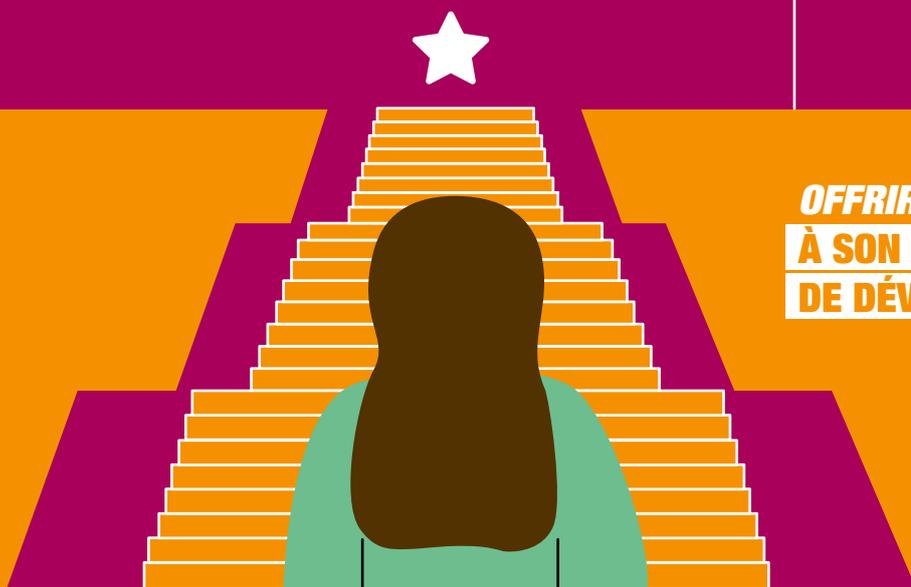


**SENSIBILISER
LES EMPLOYÉS AUX RISQUES LIÉS
À LA SÉDENTARITÉ ET LES ENCOURAGER
À RESTER ACTIFS PENDANT LEUR
JOURNÉE DE TRAVAIL**

² <https://www.mutualite.fr/presse/sante-au-travail-observatoire-et-les-propositions-de-la-mutualite-francaise/>

03 RECONNAISSANCE DES PERFORMANCES

84% des salariés estiment que la reconnaissance obtenue dans leur travail est indispensable pour leur bien-être.³



OFFRIR
À SON ÉQUIPE DES OPPORTUNITÉS
DE DÉVELOPPEMENT PROFESSIONNEL

STIMULER
LES EFFORTS D'ÉQUIPE AVEC
DES RÉCOMPENSES COLLECTIVES



Upcadhoc

Avec la solution cadeau UpCadhoc®, faites plaisir à coup sûr en toute simplicité !

EN SAVOIR PLUS



SOLLICITER
LES IDÉES DES EMPLOYÉS POUR
LES RENDRE ACTEURS DE LA STRATÉGIE
DE L'ENTREPRISE

³ Étude OpinionWay - Le travail en France entre quête de sens et nouvelles aspirations - Octobre 2022

04 ÉQUILIBRE DE LA CHARGE DE TRAVAIL

60% des travailleurs déclarent que leur charge de travail a augmenté ces 5 dernières années. Parmi les causes de ce sentiment : manque de soutien, charge psychique, faible autonomie...⁴



DÉFINIR
DES OBJECTIFS RÉALISTES
POUR ÉVITER LA SURCHARGE
DE TRAVAIL

ENCOURAGER
LA COMMUNICATION POUR
FAVORISER L'ENTRAIDE

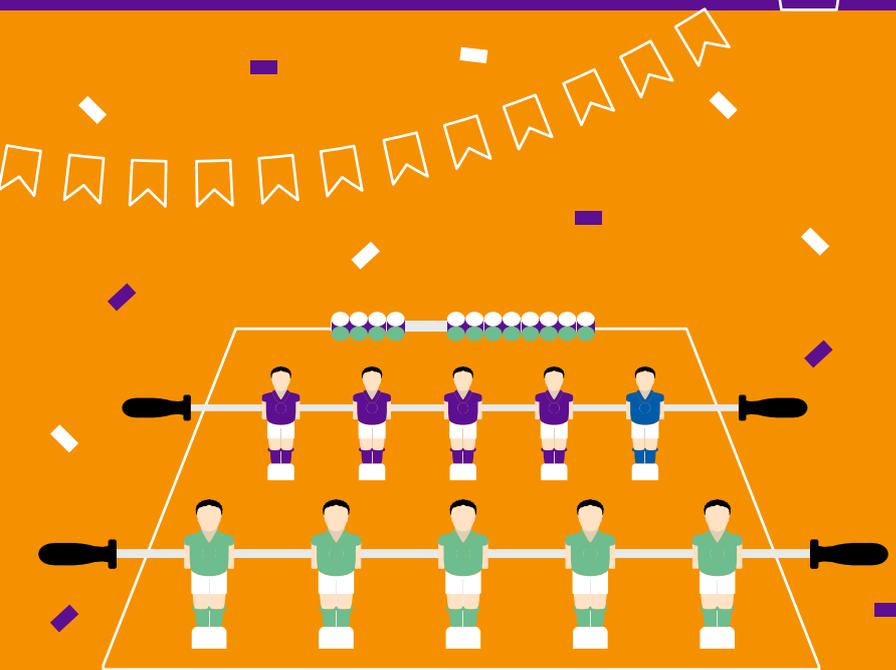


MESURER
RÉGULIÈREMENT LE CLIMAT SOCIAL
ET LE NIVEAU DE STRESS



05 ENVIRONNEMENT DE TRAVAIL SAIN

37% des salariés sont très attentifs à l'environnement de travail d'une entreprise avant d'envisager de l'intégrer.⁵



ORGANISER

**DES ACTIVITÉS DE TEAM-BUILDING
AXÉES SUR LA DÉTENTE
ET LA COVIVALITÉ**

CRÉER

**UN ENVIRONNEMENT DE TRAVAIL
INCLUSIF POUR TOUS**



AMÉNAGER

**DES ESPACES DE DÉTENTE
ET DE RELAXATION
POUR SE RESSOURCER**



⁵ Étude OpinionWay - Le travail en France entre quête de sens et nouvelles aspirations - Octobre 2022