

« Le but n'est pas seulement d'amener les collaborateurs à bouger plus, mais aussi à mieux se connaître et à franchir les barrières des départements. »

Virginie Kaye

Responsable RH chez Hewlett Packard Enterprise en Belgique



## Hewlett Packard Enterprise fait bouger son personnel grâce au programme Vital Company

Hewlett Packard Enterprise [HPE] est leader mondial dans le domaine des technologies pour entreprises. Par ses solutions intelligentes, il les assiste pour conserver, analyser et exploiter leurs données, localement ou dans le cloud. Pour inciter ses collaborateurs à bouger davantage, HPE s'est tourné vers le programme Vital Company d'Attentia.

### ANALYSE DES RISQUES

Une partie du personnel de HPE Belgique travaille essentiellement dans un cadre bureautique, sur ordinateurs ; une autre est fréquemment en déplacement chez les clients. Mais globalement, la plupart des collaborateurs exécutent l'essentiel de leurs tâches en position assise et ne bougent donc pas assez durant leur journée de travail.

C'est une analyse des risques menée auprès du personnel de bureau qui a révélé l'importance de remédier à ce problème. "Nous avons interrogé nos collaborateurs, par exemple à propos du sommeil ou de leurs habitudes sportives. Les résultats nous ont alertés : nous devons d'urgence entreprendre quelque chose au niveau de l'activité physique. Une bonne partie de nos effectifs passe l'essentiel de la journée assis, devant un écran ou en voiture. Et nous sommes persuadés qu'un esprit sain dans un corps sain est positif non seulement pour l'individu, mais aussi pour l'entreprise", explique Leentje Gorteman, conseillère en prévention interne chez HPE.

### OBJECTIF : CHANGEMENT DE COMPORTEMENT

Après une séance de réflexion interne et avec des experts d'Attentia, le projet a démarré en mars 2018. "Notre plan triennal a été baptisé 'Health = Power & Energy', clin d'œil aux initiales de notre entreprise", commente Virginie Kaye, responsable RH chez HPE en Belgique. Chaque année, un accent sera volontairement placé sur un aspect différent de la santé. L'an dernier, c'était sur l'importance de l'activité physique, grâce au programme Vital Company d'Attentia. La deuxième année, HPE s'attardera sur l'alimentation saine ; et dans la troisième et dernière phase, l'entreprise approfondira l'importance d'une bonne qualité du sommeil. Virginie Kaye : "Notre objectif premier consiste à amener le personnel à bouger plus, mais pas seulement. Nous voulons susciter un changement de comportement à long terme."

feeling good works great

attentia

## VITAL COMPANY

Pour pousser les collaborateurs à bouger davantage, HPE a suivi le programme Vital Company d'Attentia. Développé en collaboration avec Sportmed, il est scindé en 3 modules : Sportmed [inciter les collaborateurs à bouger plus par une méthode très accessible], Be Flex [accent sur la posture corporelle et la mobilité] et Be Fit [travailler l'endurance avec Fit Check-up]. Tout est organisé selon une méthode scientifique. Un aspect clé tient dans la mesure. "On commence par évaluer la composition corporelle, qui sert de point de référence. Un test d'effort individuel calcule ensuite l'endurance et un score cardio. Après quoi, un schéma d'entraînement est établi pour chaque collaborateur. Des priorités différentes sont données pour chaque bloc de 12 semaines, au terme duquel sont exécutés de nouveaux calculs afin d'évaluer les progrès", explique Tim Verheyen de Sportmed.

## SUCCÈS

HPE a annoncé en interne sa campagne par un chouette teaser et un pop-up sur le lieu de travail, par lequel les travailleurs, ne se doutant de rien, ont été impliqués dans l'initiative de façon ludique par de vrais acteurs. Il s'ensuivit quelques séances d'information, puis le personnel a été incité et motivé à participer par des avis diffusés sur les canaux internes. Virginie : "Le succès fut au rendez-vous. Sur les 250 collaborateurs, 68 s'y sont inscrits. Environ 60 % d'entre eux ont achevé la première phase du programme. Et par leurs témoignages positifs, ils en ont incité d'autres à prendre le train en marche."

## DES AMÉLIORATIONS SIGNIFICATIVES

Ce succès ne se mesure pas seulement à l'aune de la fréquentation, mais également de l'état de forme moyen, qui a très nettement progressé. Le niveau de référence avait enregistré une moyenne de 2,7 sur 5 ; un an après, elle avait déjà atteint 3,9, grâce aux programmes d'activité individuels. "C'est globalement une performance incroyable, mais même individuellement, les collaborateurs bougent plus et plus souvent. Nous voyons maintenant se former des petits groupes sur l'heure de midi pour partir courir ou marcher un peu. D'autres rejoignent leur travail à vélo. Et même ceux qui pratiquaient déjà du sport par le passé ont appris à mieux écouter leur corps", relate Leentje Gorteman.

## PAS SEULEMENT DE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE

L'amélioration de la forme physique des travailleurs n'est qu'un des aspects positifs engrangés. "Par cette collaboration avec Attentia, nous avons atteint notre objectif : inciter davantage de gens à bouger. Et à rester actif. On constate clairement un changement de mentalité", assure Virginie Kaye. "Mieux encore : le programme Vital Company a suscité des ondes positives dans l'entreprise. Les collaborateurs se sentent mieux dans leur peau, et cela se ressent sur leur lieu de travail. En outre, ils se sont rapprochés, ont appris à se connaître mieux et différemment, même au-delà des barrières des départements. Et cela favorise évidemment l'esprit d'équipe. Donc, nous n'hésitons pas à conseiller les autres entreprises : foncez !"

## À propos de HPE

Leader mondial dans le domaine des technologies, HPE vise à développer des solutions intelligentes permettant à ses clients de recueillir, d'analyser et de traiter les données du niveau edge jusqu'au cloud. HPE contribue à l'amélioration des résultats de ses clients en permettant l'adoption de nouveaux business models, en créant de nouvelles expériences pour le personnel et la clientèle et en améliorant leur efficacité opérationnelle.



# Hewlett Packard Enterprise

## Meer informatie:

info@attentia.be  
www.attentia.be

## CHALLENGES

- Personnel en meilleure santé
- Inciter les collaborateurs à bouger plus
- Les conscientiser sur l'importance d'un style de vie sain

## SOLUTION

- Programme Vital Company

## RÉSULTATS

- Amélioration de la forme physique des collaborateurs
- Changement de comportement : le personnel bouge plus et plus souvent
- Personnel plus énergique, y compris sur le lieu du travail
- Amélioration des relations entre collègues
- Énergie positive dans l'entreprise

feeling good works great

attentia