Bonne Saint Valentin mais surtout Bonne Santé au travail !!!

Rappel sur la santé au travail:

La prévention des risques psychosociaux (RPS)
Quels sont-ils ?

Le stress provenant du sentiment de ne pas atteindre les exigences ou les attentes demandées

Les violences internes commises par des travailleurs : conflits majeurs, harcèlement moral ou sexuel

Les violences externes exercées par des personnes extérieures à l'entreprise à l'encontre des salariés

Le syndrome d'épuisement professionnel ou ***burnout***.

L'étude coordonnée par la Dares, publiée en novembre 2016 sur les conditions de travail et la santé au travail, qui consacre un volet à l'**exposition aux risques psychosociaux**, dresse le constat suivant :

31% des actifs occupés déclarent devoir cacher ou maîtriser leurs **émotions**
47% des actifs occupés estiment qu'ils doivent « toujours » ou « souvent » **se dépêcher** dans leur travail.
Au moins 64% des actifs occupés déclarent être soumis à un **travail intense** ou subir des **pressions** temporelles.
Enfin, 64% des actifs occupés déclarent un **manque d'autonomie** dans leur travail.

A France Travail, bien souvent, l'intensité et la complexité du travail se caractérisent par :

Des **délais** et des **objectifs manquant de clarté**
Une **surcharge** des tâches professionnelles
Une **intensification** des **horaires pour les managers**
Des **interruptions** régulières
Le **manque d'autonomie** et de **marges de manœuvre**
Des contraintes de **rythme de travail**
La perte ou l'absence du **sens du travail**
L'impression de faire un **travail inutile**

Sources: https://travail-emploi.gouv.fr/la-prevention-des-risques-psychosociaux-rps

Des conséquences sur la santé qui se traduisent par :

Des Troubles musculo-squelettiques
Des Maladies cardiovasculaires
Des Troubles de santé mentale (épisode dépressif, troubles anxieux, état de stress post-traumatique, tendances suicidaires)
Une aggravation ou rechute de **maladies chroniques…**

La prévention des risques psychosociaux s'inscrit dans l'**obligation générale de protection de la santé physique et mentale des travailleurs.**

N'hésitez pas à demander de l'aide :

- **Votre N+1**
- **La médecine du travail**
- **La ligne d'écoute**
- **Votre médecin traitant**
- **3114 numéro national de prévention du suicide**
- **Association pour la Santé Mentale et le Bien-être Réunion- Océan Indien (programme PHARE) 06 92 56 52 02**

Vous souhaitez des précisions sur un sujet, contactez-nous par mail Syndicat.CFE-CGC-reunion@francetravail.fr

La Team CFE-CGC 974 !