

1^{ère} ZONE SONDAGE CFE-CGC APRR

→ en ligne sur www.cgcaprr.fr

du 18 mai au 31 mai 2009

NOTE EXPLICATIVE

→ Une activité motivante, tonique, réclamant du dynamisme et de la vigilance, peut créer une charge de travail importante, mais elle doit rester gérable.

→ En ce qui concerne le STRESS, il n'y a pas de bon ou mauvais Stress.

Le Stress peut provenir de 3 origines :
d'un contexte général au niveau national et international,
d'un problème personnel,
d'une situation anormale au travail.



Où en est la CFE-CGC ?

La confédération CFE-CGC (voir site <http://www.cfecgc.org/>) est pionnière en matière de lutte contre le Stress en entreprise. Depuis des années, elle arrive à mettre en évidence ce phénomène et ses origines grâce à ses différentes études pluridisciplinaires et aux sondages réguliers réalisés par Opinionway.

La Confédération CFE-CGC présente aujourd'hui, sur son site d'information, la réalité de la souffrance due au Stress. On y trouve des conseils, des documents, des analyses et des outils pour aider à lutter contre cette souffrance. Une BD sur le Stress (très instructive) est également mise en ligne pour comprendre comment se met en place ce phénomène. Cette BD est régulièrement présentée en stage y compris hors CFE-CGC.

Synthèse des travaux de la Confédération CFE-CGC :

Le risque psychosocial (stress, ...) est devenu un risque auquel les entreprises doivent désormais faire face ; **50 % des arrêts maladies seraient liés au stress**. Selon l'OMS la France est le troisième pays où les dépressions liées au travail sont les plus nombreuses.

Une grande majorité des salariés en France se sentent crispés ou tendus à cause de leur travail (cf : [baromètre stress mars 2009](#)) :

- 29 % ont des migraines ou des maux de tête,
- 43 % sont tendu(e)s ou crispé(e)s à cause de leur travail,
- 37 % se sentent inquiets au sujet de leur situation professionnelle,

- 38 % se sentent découragés à cause de leur travail,
- 78 % estiment que leur charge de travail est plus lourde qu'auparavant.

Il faut combattre certaines idées reçues

- Le Stress peut provenir d'un contexte général (national et international) : VRAI
- Le stress fait partie du jeu. Il n'y a pas de quoi en faire une maladie : FAUX
- Le stress peut provenir de l'environnement familial : VRAI
- Etre victime du stress est une preuve de faiblesse ou d'incompétence : FAUX

Les salariés français sont ceux qui s'arrêtent le moins ; seul un salarié sur quatre en France est en arrêt de travail au moins une fois dans l'année, contre un sur trois en moyenne dans le reste de l'Europe. C'est en Belgique et en Irlande que l'on s'arrête le plus, environ un sur deux !

Effets du stress sur la santé physique

- Dépression, troubles du sommeil, sensation d'oppression, ulcère, hypertension artérielle, affection coronarienne, tremblements, transpirations excessives, spasmophilie, prise de poids, dérèglements de cholestérolémie ou de glycémie, asthme, etc...

Effets du stress sur le comportement

- Le découragement, l'envie de quitter son emploi, comportement violent ou agressif, troubles alimentaires, repli sur soi

Effets du stress sur la santé morale

- Crises de nerfs, crises de larmes, angoisse, tristesse, excitation

Les effets du stress sur les capacités intellectuelles

- Difficultés à se concentrer, difficultés à prendre des décisions,

Cette note explicative a pour but de faire comprendre l'intérêt du sondage lancé au sein d'APRR ; merci à tous les salariés APRR concernés pour l'intérêt qu'ils y apporteront

**Le Délégué Syndical Central
B. AVERSENQ**



CONFEDERATION FRANCAISE DE L'ENCADREMENT C.G.C