

SECURITE AU TRAVAIL

Lettre d'information de « Bien vivre »
Juin 2021



RAPPEL DU PROTOCOLE SANITAIRE.

La mise en œuvre du nouveau protocole sanitaire se décompose en trois parties.

- ✓ 19 Mai 2021
- ✓ 09 juin 2021
- ✓ 30 Juin 2021

Un référent COVID doit être désigné dans tout établissement recevant du public, afin d'être un interlocuteur privilégié en cas de contrôle ou d'investigation sanitaire par les autorités compétentes.

La jauge d'accueil pour les commerces est de 8m² par personne. Cette jauge s'apprécie sur l'ensemble de la surface de vente ou du local d'accueil du public.

Affichages

- Capacité maximale d'accueil de l'établissement
- Rappel des consignes sanitaires, (Port du masque et distanciation)
- Conditions d'accès à l'établissement
- Horaires d'ouverture et fermeture
- Heures d'affluence.

Protocole complet téléchargeable sur le site
www.bienvivre-rhone-alpes.com

SECURITE AU TRAVAIL

L'épuisement professionnel ou « Burn out ».

Toutes les professions sont concernées par l'épuisement professionnel.

Le syndrome de l'épuisement professionnel est un ensemble de réactions consécutives à des situations de stress professionnels chroniques.

EPUISEMENT EMOTIONNEL

Sentiment d'être vidé
de ses ressources
émotionnelles

DEPERSONNALISATION CYNISME

Insensibilité au monde
extérieure,
deshumanisation de la
relation à l'autre.
Visualisation négative
des collègues et du
travail.

SENTIMENT DE NON ACCOMPLISSEMENT

Sentiment de ne pas
pouvoir répondre aux
attentes de l'entourage,
aussi bien personnelles
que professionnelles.

Lorsque les salariés ou les employeurs en arrivent à ressentir un écart trop important entre, leurs attentes, la représentation qu'ils ont de leur métier et la réalité du travail, ils sont alors concernés par le risque de « burn out ».

Cette situation qui les vide et les épuise « émotionnellement », les conduit à remettre en cause leur investissement initial.

LES FACTEURS DE RISQUES

L'épuisement professionnel est une conséquence du stress au travail.

- Surcharge de travail, pression temporelle
- Faible contrôle sur son travail
- Faibles récompenses
- Manque d'équité
- Conflits de valeurs, demandes contradictoires
- Manque de clarté dans les objectifs
- Manque de moyens pour mener à bien la demande

Le « Burn out » fait partie des Risques psycho-sociaux et doit avoir sa place dans le Document Unique des Risques Professionnels.



SECURITE AU TRAVAIL

LES EFFETS SUR LA SANTE

Les manifestations peuvent être d'ordre :

✓ Emotionnelles

Sentiment de vide, perte de confiance en soi, irritabilité, pessimisme, tristesse, perte d'envie.

✓ Cognitif

Difficulté de concentration, indécision, altération de la qualité du travail, difficulté à effectuer des choses simples.

✓ Physiques

Fatigue, maux de têtes, troubles du sommeil, tensions musculaires

✓ Comportementales

Repli, isolement, agressivité, baisse de l'empathie, conduites addictives

✓ Motivationnelles

Attitude négative, désengagement, laissé aller.

PREVENTION

Pour prévenir l'apparition du phénomène d'épuisement professionnel, il faut veiller à observer quelques règles.

L'organisation du travail et les contraintes ne doivent pas générer de surcharges pour les salariés, et ne pas les mettre en porte à faux vis-à-vis des règlements et des valeurs de leur métier.

Permettre le travail en équipe, et faire participer les salariés à certaines décisions, valoriser le travail bien fait et favoriser le soutien social.

Il est fortement recommandé de mettre en place une démarche de prévention des risques psycho-sociaux.

