

Témoignage : l'addition SVP !

Cuisinier, serveur, barman, avec ou sans diplôme, en bas de l'échelle ou en haut : pourquoi le monde de l'hôtellerie-restauration vous attire-t-il ? Partagez vos expériences dans les restaurants, bars ou discothèques sur www.sudouest.com/emploi ou par mail à emploi@sudouest.com

Sondage : état d'esprit au boulot

Bonne nouvelle ! 72 % d'entre vous sont « décontractés et avec le sourire » à leur travail. Seulement 16 % sont « un peu désespérés quand même » et 6 % avouent être « très énervés ». Cette semaine, dites-nous si vous pestez souvent contre les fonctionnaires www.sudouest.com/emploi

Le c
28 %
françai
ont no
global

SANTÉ. Près d'un salarié sur trois se plaint d'un problème de santé lié à un travail stressant. Le stress est devenu le troisième problème de santé au travail

Au bord de la crise de nerfs

« Si les salariés sont bien dans leurs baskets, c'est 50 % du travail du manager qui est fait. » Stéphane Tillement, directeur de l'agence de voyages Mauriac à Bordeaux, fait visiter avec décontraction et sourire sa nouvelle agence de 300 mètres carrés. Immense vase en granit avec de l'eau qui coule, ficus planté dans une pièce. Les locaux ont été conçus selon des préceptes feng shui, un art chinois ancestral qui, par l'aménagement de l'espace, permet de mieux faire circuler l'énergie.

« J'ai fait ça avant tout pour les salariés », reprend Stéphane Tillement. « Et force est de constater que ça marche. » Entre deux coups de fil, la responsable de l'agence, Hélène Pujo, confirme dans un éclat de rire : « Le stress n'existe pas ici ! Je ne connais plus l'angoisse du dimanche soir, et samedi dernier, alors que j'étais en vacances, je suis venue au bureau volontairement pour finir un dossier car quand l'ambiance est bonne, on ne compte plus ses heures. »



Zen attitude pour Stéphane Tillement, dans l'espace bois de son agence de voyages d'inspiration feng shui, située 26, rue Latour, à Bordeaux

PHOTO JESSICA AGACHE

Situations conflictuelles. Selon des études récentes, près d'un salarié sur trois se plaint de problèmes de santé liés à un travail stressant, et six Français sur dix ressentent leur travail comme fortement stressant. « Le stress vient en général du contenu du travail (surcharge, non-définition des tâches...) ou de situations conflictuelles avec un collègue ou l'employeur », relève Nathalie Gréard, psychologue du travail au service de médecine de travail et de pathologie professionnelle du CHU de Bordeaux. « Nous sommes dans un contexte économique et social où le salarié peut difficilement claquer la porte, tandis que l'employeur ne peut pas licencier. »

Le rôle des médecins du travail est alors déterminant pour détecter les symptômes de stress chez les salariés. Douleurs musculaires et articulaires, fatigue, troubles du sommeil, sensibilité accrue, violence, angoisse... La liste des symptômes a beau être longue, le champ d'intervention des médecins du travail et des psychologues reste limité car, aussi incroyable que cela puisse paraître, il n'existe toujours pas de tableau clinique pour la maladie mentale liée au travail.

« On a établi des critères pour tout ce qui est somatique (mal de dos, cancer) », reprend Nathalie Gréard. « Mais nous attendons toujours cette reconnaissance du fait que le travail peut avoir des effets sur la santé mentale. »

Au bord de la folie. Le docteur Anne-Marie Guedj, qui dirige les urgences psychiatriques de l'hôpital Sainte-Anne à Paris, fait pourtant un constat alarmant. « Un postier est arrivé l'autre jour. Dans la même journée, il avait été en butte à son chef et à un client énervé. Il avait décidé de se suicider », raconte-t-elle avant de pousser : « Depuis quatre ou cinq ans, les gens racontent des histoires de débordements, des gens qui n'ont pas du tout de pathologie psychiatrique mais qui explosent en raison de la pression liée au travail. »

Pour éviter ces situations critiques, un plan régional de santé au travail est en train d'être mis en place en Aquitaine avec l'Association régionale pour l'amélioration des conditions de travail.

« Nous avons élaboré un guide pour les entreprises, téléchargeable sur notre site, où nous donnons des conseils pour éviter les situations à risques psychosociaux », explique Caroline Raggi, chargée de mission à l'Aract. « Nous envisageons aussi de former des consultants qui pourraient intervenir dans des entreprises comme Monsieur Anti-stress. »

Pour l'instant, l'Aract fait déjà des interventions dans les entreprises à la demande de l'employeur. Mais le chemin à parcourir est encore long : plus du quart des entreprises françaises de plus de 50 salariés n'a pas de comité d'hygiène, de sécurité et des conditions de travail, alors que la loi les y oblige.

✉ jessica-agache@yahoo.fr

Stressé à Blog

D'où vient le stress ?

■ Beaucoup de maux et de mots se cachent derrière le terme stress un peu fourre-tout. Son origine étymologique suscite déjà des désaccords. Pour certains, « stress » est issu de l'anglais « distress » (détresse) ou de l'expression anglaise « to stress » (mettre en tension). D'autres pensent que le terme

men. Selon l'Agence européenne pour la sécurité et la santé au travail, « l'état de stress survient lorsqu'il y a un déséquilibre entre la perception qu'une personne a des contraintes que lui impose son environnement, et la perception qu'elle a de ses propres ressources pour y faire face. » Les effets du stress ne sont alors pas uniquement de nature psychologique. Il affecte également la santé physique, le bien-être et la productivité d'une per-

était compris entre 830 millions et 1,6 milliard d'euros, soit 10 à 20 % des dépenses de la branche accidents du travail/maladies professionnelles de l'Assurance-maladie.

En Europe, 29 % des salariés européens déclarent souffrir de stress lié au travail (source Fondation de Dublin).

Lutter contre le stress

■ Repérer les indicateurs d'aler-

Voir également le site de l'Institut national de recherche et de sécurité qui travaille depuis de nombreuses années sur ce sujet. www.inrs.fr

Stress et harcèlement moral

■ L'état de stress est à distinguer du harcèlement moral et de la violence au travail, bien que l'un et l'autre puissent être sources de stress.

Té

Lucie
victim
dans

« en l'
« J'a
stag
te d
boît
n'av
lais
san
tron
tion
des
con
lari
peti
Il f
noï
ma
mo
pou
pell
mo
tre
Je n
reto
tra
j'ai
çait
ser
m'e
s'es
rela
con
rec
me
là,
six
Dep
tion
en
que
plu

Ag

AUJ

■ For
à 16 h
Talen

12 ET

■ Po
Réuni
à la c
profe
l'Athé
www