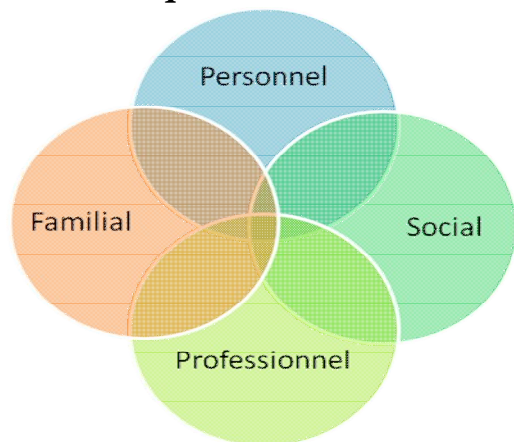


## L'équilibre humain



Le Service de Santé au Travail Muret Comminges et son équipe pluridisciplinaire accompagnent les entreprises adhérentes dans leur évaluation du risque de STRESS pour les aider à le prévenir.



Service de Santé au Travail Muret Comminges  
12 avenue Vincent AURIOL BP 77  
31603 MURET Cedex

Muret: Tél : 05 61 51 03 88 Fax : 05 62 23 02 79

E-mail: [contact.muret@sstmc.fr](mailto:contact.muret@sstmc.fr)

Saint Gaudens: Tél: 05.62.00.90.90 Fax: 05.61.95.33.72

E-mail: [contact.saint-gaudens@sstmc.fr](mailto:contact.saint-gaudens@sstmc.fr)

Site internet: [www.sst-muret.fr](http://www.sst-muret.fr)



## Le STRESS au TRAVAIL



*Dirigeants de TPE  
ou de PME, vous  
pouvez tous être  
concernés par ce  
risque !*

### ► Dans votre entreprise, avez-vous l'un des signaux suivants ?

- ❑ Absentéisme
- ❑ Accidents du travail / Incidents
- ❑ Maladies professionnelles
- ❑ Restrictions médicales, inaptitudes
- ❑ Turn-over
- ❑ Sentiment de charge de travail accrue
- ❑ Baisse de la productivité, de la qualité
- ❑ Dégradation du climat social, de l'ambiance de travail, conflits...
- ❑ Symptômes spécifiques : problème de sommeil, de dos, TMS, réactions comportementales (abus d'alcool, de tabac, de drogue), maladies cardiovasculaires, dépression, mal-être, épuisement, maladies psychosomatiques, ...
- ❑ Evénements graves : harcèlement, violences, tentative de suicide...

### **Attention !**

*Certains de ces indicateurs peuvent révéler un niveau trop élevé de stress dans votre entreprise !*



## ▷ De quoi parle-t-on ?

**STRESS** = 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.

(selon l'Agence Européenne pour la Santé et la Sécurité au Travail)



## ▷ Le prévenir, permet d'améliorer :

- ▷ Les performances et l'image de l'entreprise
- ▷ La santé et la sécurité des salariés

## ▷ L'évaluation du risque psychosocial est une obligation pour l'employeur

« L'employeur prend les mesures nécessaires pour assurer la sécurité et protéger la santé physique et mentale des travailleurs ».

(Article L4121-1 & Article L4121-2)

Le risque psychosocial est un risque comme les autres : à évaluer et à inscrire dans le Document Unique afin de mettre en œuvre une démarche de prévention si nécessaire :

- ▷ Identifier les causes de stress
- ▷ Evaluer le risque
- ▷ Intervenir préventivement

## MIEUX VIVRE AU TRAVAIL, c'est concilier :

### Les exigences du travail

- Production
- Horaires de travail
- Performances
- Objectifs
- Rentabilité
- Organisation du travail

EFFICACITE  
et BIEN-ETRE  
au travail

- Formation
- Relation/Communication
- Reconnaissance au travail
- Hygiène / Santé / Sécurité
- Réalisation personnelle
- Sécurité d'emploi

### Les besoins humains