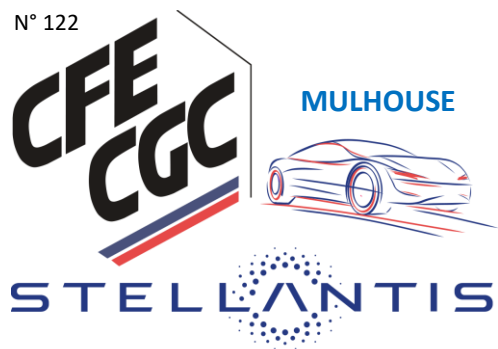




Briser le silence

Le 10 octobre, c'est la Journée nationale de la santé mentale. À la CFE-CGC, nous rappelons que la santé au travail ne se limite pas à la sécurité physique : le bien-être psychologique est un droit.

Article L4121-1 du code du travail

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

Ces mesures comprennent :

- 1° Des actions de prévention des risques professionnels, y compris ceux mentionnés à l'article [L. 4161-1](#) ;
- 2° Des actions d'information et de formation ;
- 3° La mise en place d'une organisation et de moyens adaptés.

L'employeur veille à l'adaptation de ces mesures pour tenir compte du changement des circonstances et tendre à l'amélioration des situations existantes.

Les chiffres sont alarmants :

- 1 salarié sur 5 déclare avoir souffert de troubles psychologiques liés au travail (source : INSEE/Dares 2024).
- Seuls 30 % des salariés osent en parler à leur employeur (Baromètre Malakoff Humanis 2024).

Les problématiques :

- Pression et intensification : Objectifs inatteignables, flexibilité imposée, charge mentale accrue.
- Restructurations permanentes : Passage à une équipe à l'UT, externalisations, peur de l'avenir.
- Management toxique : Dévalorisation des métiers, isolement des équipes, absence de dialogue.

Votre santé mentale compte. La CFE-CGC est à vos côtés.

SAVOIR IDENTIFIER LES SIGNES AVANT- COUREURS

- 1- **Fatigue** intense et permanente anormale.
- 2- **Tristesse** profonde.
- 3- **Amaigrissement**.
- 4- **Plaintes et douleurs** répétitives
- 5- Idées et **attitudes négatives**.
- 6- **Anxiété** inhabituelle.

- 7- **Réactions excessives** ou inappropriées.
- 8- **Repli sur soi**, difficultés à communiquer, absentéisme.
- 9- **Difficultés à agir**, à effectuer une tâche.
- 10- **Comportements addictifs** inhabituels ou excessifs.

La priorité, c'est vous protéger

Soutien Psychologique Stimulus (ex PSYA) : Une [Cellule de Soutien Psychologique](#) est à votre disposition lorsque vous repérez chez un collègue un des signes d'alerte. Il faut savoir accompagner et orienter la personne vers ce service et ne pas la laisser seule avec sa difficulté. Faites appel aux professionnels à votre disposition !

Numéro vert d'écoute et d'accompagnement 24/24h et 7/7j : **0 805 207 012**

Également via Internet : www.stimulus-care-services.com ; Identifiant : stellan21 ; Mot de passe : scs-stellan21

Le service médical ou le service social : votre médecin du travail et votre assistante sociale sont soumis au secret professionnel.

La **CFE-CGC** salue le travail "curatif" réalisé par le service médical et social, mais c'est une approche préventive qu'il faudrait mettre en œuvre afin de protéger les salariés.



CONSTRUIRE LE FUTUR ENSEMBLE !

