

Agir sur les risques psychosociaux

Les **risques psychosociaux en entreprise** ont un **impact réel sur la santé physique et mentale des salariés**, tout en nuisant à la performance globale de l'organisation. Bien qu'ils soient souvent exacerbés lors de périodes de changement — telles que les restructurations ou les déménagements —, ils doivent également être identifiés et pris en compte dans le fonctionnement quotidien du travail. L'**absentéisme**, le **turnover élevé** ou encore la **détérioration du climat social** sont autant de **signaux d'alerte que l'employeur ne peut ignorer**.

Ils doivent faire l'objet d'une **évaluation** et être intégrés dans la **démarche globale de prévention des risques professionnels**. Cela passera par des actions collectives en amont, adaptées à votre contexte.

Vous pouvez vous appuyer sur des **outils méthodologiques** pour mettre en œuvre une démarche de prévention pérenne et agir dans votre entreprise pour **prévenir les risques psychosociaux**.

Prévenir les risques psychosociaux

- **Risques psychosociaux : 9 conseils pour agir au quotidien** - Brochure - INRS
- **Comment prévenir les RPS ?** Vidéos sur les étapes essentielles pour prévenir les RPS
- **Webinaire - Managers : comment agir face aux risques psychosociaux ?**
- **Webinaire - Risques psychosociaux : les étapes clés de la démarche de prévention**
- **Risques psychosociaux. Comment agir en prévention ?** - Guide pratique sur les étapes d'une démarche pérenne de prévention
- **Évaluer les facteurs de risques psychosociaux : l'outil RPS-DU** - Méthodologie pour intégrer les RPS dans le document unique d'évaluation des risques professionnels

Gérer la charge de travail

- **Kit "Agir sur la charge de travail"** - Méthodes et outils pratiques
- **Charge de travail en TPE-PME** - Solutions pour comprendre et agir. (NB : Vidéos et webinaire)

Prévenir les violences au travail

Harcèlement moral au travail

- **Harcèlement moral et violence interne. Ce qu'il faut retenir** - Risques - INRS
- **Harcèlement moral et violence interne au travail**

Violences sexistes et sexuelles au travail

- **Fiche pratique « Le harcèlement sexuel »**
- **Prévenir les violences sexistes et sexuelles au travail - Kit complet avec outils pratiques et fiches** - INRS
- **Le guide « Sexisme sans façon »**
- **Santé au travail des femmes et prévention des violences sexistes et sexuelles** - Santé au travail des femmes : prévenir et agir ! Comité régional d'orientation des conditions de travail Grand Est.Strasbourg, 8 mars 2024 - Article de revue - INRS
- **Harcèlement sexuel et agissements sexistes au travail. Que faire ?** – Outils de formation de la MIPROF sur le harcèlement et les violences sexuelles dans les relations professionnelles

Tensions dans les collectifs de travail

- **Violence interne : derrière les conflits, l'organisation du travail en question** - Article de revue - INRS

Epuisement professionnel

- **Epuisement professionnel ou burnout**
- **Guide - Le syndrome d'épuisement professionnel ou burn-out**
- Burnout : mieux connaître l'épuisement professionnel - INRS
- **Face au "travail pressé" : préserver la santé et redonner du sens** - Réflexion sur l'intensité du travail et les marges de manœuvre des salariés : vidéo et webinaire

Prévention du suicide

- **Le suicide en lien avec le travail**
- **Guide d'aide à la prévention : Le syndrome d'épuisement professionnel ou burnout** - Facteurs liés au burnout, prévention et recommandations en cas de crise
- Démarche d'enquête paritaire du CSE concernant les suicides ou les tentatives de suicide - Brochure - INRS
- Méthodologie pour enquêter suite à un suicide ou une tentative en entreprise

Conduites addictives

- **Guide de prévention des conduites addictives en milieu professionnel : Méthodologie** complète pour la prévention .
- **Conduites addictives : agir dès les premiers signaux d'alerte** - Approches préventives pour libérer la parole et sensibiliser : Vidéos et webinaire

Se faire accompagner par l'Assurance Maladie – Risques professionnels

L'Assurance-Maladie Risques Professionnels et son réseau (Carsat/Cramif/CGSS) accompagnent les entreprises à travers une démarche en 5 étapes , élaborée selon la méthode de l'Institut national de recherche et de sécurité pour la prévention des accidents du travail et des maladies professionnelles (INRS) (ED 6349) , elle guide les entreprises dans l'**identification et la prévention des RPS**, avec des étapes clés comprenant : l'**engagement paritaire et la préparation de la démarche, l'évaluation des risques, la définition et à la mise en œuvre d'un plan d'actions et l'évaluation des actions mises en place.**

Chaque étape s'accompagne d'outils méthodologiques pratiques. Cet accompagnement s'appuie sur :

- **Un réseau de consultants spécialisés en prévention des RPS** : des experts qualifiés apportent un accompagnement personnalisé aux entreprises, en les aidant à analyser les situations de travail, à définir et déployer des actions adaptées à leurs besoins spécifiques.
- **Une offre de formation renforcée** :
 - Formation des dirigeants pour intégrer les RPS dans la stratégie d'entreprise.
 - Développement des compétences des personnes ressources (préventeurs, IRP).
 - Sensibilisation des équipes.

- **Des incitations financières pour financer l'accompagnement par un consultant spécialisé :**
 - Subvention Accompagnement RPS pour les entreprises de moins de 50 salariés avec un financement à hauteur de 70 % (dans la limite de 25 000 €) ;
 - Contrats de prévention pour les entreprises de moins de 200 salariés pour soutenir les projets les plus ambitieux.

Pour accéder à l'offre de service de l'Assurance Maladie - Risques professionnels, cliquez ici .

Se former sur la prévention des risques psychosociaux

Pour prévenir les RPS, il est nécessaire d'intégrer au plan d'action des **mesures de formation qui peuvent être destinées à la direction, aux managers, préventeurs, RH, représentants du personnel**. Ces actions permettent selon les cas de connaître les obligations, d'agir collectivement en prévention, de construire un plan d'action, de détecter des signaux faibles, d'orienter une personne. Dans tous les cas, la formation est une étape nécessaire mais jamais suffisante.

Comprendre la prévention des risques psychosociaux (RPS)

- **L'INRS propose aux entreprises différentes formations sur la prévention des risques psychosociaux dont le calendrier est régulièrement mis à jour :** Stages de formation sur un thème - INRS
- **L'Agence nationale pour l'amélioration des conditions de travail (Anact) propose également des formations sur la prévention des RPS :**
 - Inscrire les RPS dans le DUERP
 - Les fondamentaux pour s'engager dans une démarche de prévention des RPS
 - Formation intra-entreprise - Les fondamentaux pour s'engager dans une démarche de prévention des RPS pour les managers
 - Formation intra-entreprise - Mieux appréhender le rôle du CSE dans la prévention des RPS

Comprendre et gérer la charge de travail

- **Comprendre la charge de travail et identifier les leviers d'action**
- **Jeu de cartes Les Essentiels Charge de travail :** animation sur la régulation de la charge de travail en équipe

Comprendre la violence sexiste et sexuel

- **Jeu de plateau "Sexisme sans façon" :** sensibilisation aux violences sexistes et sexuelles

Sensibiliser vos collaborateurs

Irritabilité, troubles du sommeil, fatigue, anxiété... Les RPS ont des effets concrets sur la **santé des salariés**. En parler, c'est déjà agir. Sensibiliser vos équipes permet de **détecter les signaux précoces et de réagir à temps**.

Supports et ressources utiles

Des supports pour accompagner vos actions de sensibilisation auprès de vos collaborateurs

- Stress, agression, burnout, harcèlement au travail... En parler pour en sortir - Affiche - INRS
- 9 conseils aux managers pour agir au quotidien - Affiche - INRS
- Idées reçues sur les RPS - Risques psychosociaux, en parler et agir - Publications et outils - INRS
- Une série d'affiches pour sensibiliser les salariés : Harcèlement sexuel et agissements sexistes au travail. En parler peut tout changer - INRS
- Risques psychosociaux. En parler pour en sortir - Conseils pour les salariés victimes de stress, agression, burnout ou harcèlement au travail
- Violences externes : nul n'est à l'abri ! - Mise en lumière des violences subies par les travailleurs en contact avec le public Violences externes - Vidéo - INRS

Des formations pour améliorer les connaissances sur la santé mentale et de ses troubles pour mieux repérer les signes de souffrance psychique et accompagner les personnes vers des ressources d'aide

- **PSSM au travail : la Mutualité Française se forme en interne** - PSSM France

Des ressources pour orienter et venir en aide aux personnes en souffrance

Informations et numéros utiles

- **Site de Psycom** : La santé mentale et le travail – Psycom – Santé Mentale Info
- **Lignes d'écoute par profession** : Les lignes d'écoute – Psycom – Santé Mentale Info
- **3114, numéro national de prévention du suicide** : pour soi et lorsqu'on est inquiet pour un proche

Partager cet article