



QU'EST-CE QU'UN **RISQUE** PSYCHOSOCIAL (RPS) ?

Les Risques Psychosociaux (RPS) regroupent les situations de stress, de mal-être et de souffrance mentale pouvant être liées aux conditions de travail. Ils résultent de la combinaison de plusieurs facteurs professionnels (charge de travail, relations interpersonnelles, manque de reconnaissance...) qui peuvent avoir des conséquences graves sur la santé physique et mentale des salariés.

QU'EST-CE QU'UN **TROUBLE** PSYCHOSOCIAL (TPS) ?

Les Troubles Psychosociaux (TPS) sont les manifestations des RPS. Ils peuvent se traduire par des symptômes physiques (fatigue, douleurs chroniques), psychologiques (anxiété, dépression) ou comportementaux (absentéisme, isolement).

COMMENT RECONNAÎTRE UN COLLÈGUE EN SITUATION DE RPS OU TPS ?

Voici 5 points d'alerte qui peuvent indiquer qu'un salarié est en situation de RPS :

1. Absences fréquentes d'un collègue.

Exemple : Un collègue commence à s'absenter fréquemment.

2. Baisse soudaine de la performance au travail.

Exemple : Un collègue qui n'arrive plus à atteindre ses objectifs.

3. Changements d'humeur marqués, irritabilité ou découragement.

Exemple : Un collègue autrefois sociable qui devient soudainement irritable et évite les interactions.

4. Isolement social au sein de l'établissement.

Exemple : Un collègue qui déjeune seul et évite les discussions informelles.

5. Signes de fatigue excessive ou d'épuisement (burnout/ boreout).

Exemple : Un collègue qui s'endort au bureau, semble constamment épuisé, ou qu'on retrouve en pleurs.



POUR ALLER PLUS LOIN,

Accords d'entreprise

- Accord du 4 juillet 1996
- Accord Vie pro/Vie perso
- Accord Compte épargne temps
- Accord RTT



Alerter, c'est la responsabilité de tous !



FICHE ALERTE RPS

Restez en veille sur vos droits !



FO Afpa
Tour Cityscope
3 rue Franklin -
93100 MONTREUIL



fo.afpa@gmail.com



foafpa.force-ouvriere.org

Consultez nos veilles juridiques FO, [cliquez ici](#)

LE SAVIEZ-VOUS ?



- **Saviez-vous que** selon les dernières statistiques, en 2023, en France, le nombre d'**accidents du travail** lié à un choc sur la santé mentale a **augmenté significativement** ? Les troubles psychologiques représentent une part croissante des arrêts de travail.
- **Saviez-vous que** la **médecine du travail** est là pour vous aider ? Vous pouvez y rencontrer des psychologues du travail, des ergonomes et d'autres spécialistes. Ces consultations peuvent être demandées **à votre initiative**, sans l'accord préalable de votre N+1 ou du service RH. Une convocation officielle de la part de la médecine du travail vous sera remise, et vous aurez le droit de vous y rendre.
- **Saviez-vous que** la **démission** n'est pas la seule option si vous êtes à bout ? En cas de burnout ou de boreout, une **inaptitude médicale** peut être prononcée par le médecin du travail si, malgré les soins, vous présentez encore des troubles qui pourraient mettre en danger votre santé en cas de retour au travail. Concerné ? Informez-vous auprès de vos représentants **Force Ouvrière** avant de prendre une décision précipitée !

[Pour aller plus loin](#)

- **Prendre rendez-vous avec le médecin du travail :** Vous pouvez le faire sans en informer votre employeur. Le médecin pourra évaluer votre situation et vous orienter vers des spécialistes comme des psychologues du travail.
- **Parler à vos représentants Force Ouvrière :** Nous sommes là pour vous soutenir et vous aider à trouver des solutions. Que vous soyez une personne en souffrance ou un collègue préoccupé par la situation d'un autre salarié, **FO** est à votre écoute.
- **Ne pas rester isolé :** Parlez à vos collègues, des référents du service RH.

Accord QT/RPS
AFPA :
Numéro vert

0 800 947 362

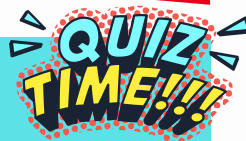
Un numéro vert pour une écoute active
24h/24 et 7j/7

Service indépendant, confidentiel et anonyme
pour toute problématique professionnelle
et ou personnelle.



LE COIN Afpa DE L'INFO

FO vous accompagne !



CONNAISSEZ-VOUS LES RPS ?

1. Quel pourcentage des salariés en France déclare avoir été confronté à des situations de stress au travail ?

- A) 25%
- B) 50%
- C) 60%

2. Quels sont les principaux symptômes des RPS ?

- A) Fatigue, migraines
- B) Douleurs articulaires
- C) Perte de mémoire

3. Qui peut demander un rendez-vous avec le médecin du travail ?

- A) Uniquement l'employeur
- B) Le salarié, à son initiative
- C) L'employeur

4. La démission est-elle la seule option si vous êtes en situation de burnout ?

- A) Oui
- B) Non, il existe d'autres solutions

5. Peut-on consulter un psychologue du travail par le biais de la médecine du travail ?

- A) Oui
- B) Non

6. L'employeur a-t-il une obligation légale à veiller à votre santé mentale ?

- A) Oui
- B) Non

Réponses :

1-C, 2-A, 3-BC, 4-B, 5-A, 6-A

Restez en veille sur vos droits !



FO Afpa
Tour Cityscope
3 rue Franklin -
93100 MONTREUIL



fo.afpa@gmail.com



foafpa.force-ouvriere.org

Consultez nos veilles juridiques **FO**, [cliquez ici](#)





Luttons

Protégez vos intérêts. Protégez vos intérêts.
Protégez vos intérêts.

Tous ensemble pour de meilleures conditions de travail.

Vous avez des droits, toujours.

Syndiquez-vous !



Pourquoi adhérer à FO ?



Vous souhaitez Adhérer ?



Si la réflexion "se syndiquer, et pourquoi pas" vous a effleuré l'esprit ...

Discutez-en avec votre délégué FO

Seul ou isolé on n'est rien.

Pour agir et se faire entendre, rejoignez FO !

Une seule condition est nécessaire : être salarié, actif, chômeur ou retraité.
Chacun à sa place dans un des syndicats confédérés **Force Ouvrière !**

Restez en veille sur vos droits !



Consultez nos veilles juridiques FO, [cliquez ici](#)

FO Afpa
Tour Cityscope
3 rue Franklin -
93100 MONTREUIL



fo.afpa@gmail.com



foafpa.force-ouvriere.org

