

## LA SOUFFRANCE AU TRAVAIL : ET SI C'ÉTAIT VOUS ?

### QUE SONT LES RPS ?

Les risques psycho-sociaux (RPS) recouvrent des risques professionnels d'origine et de nature variées, qui mettent en jeu l'intégrité physique et la santé mentale des salariés.

Ces risques se présentent sous différentes formes : le stress, l'épuisement professionnel (ou burn-out), voire le bore-out (l'ennui).

Ils sont la cause de plusieurs maux et pathologies (troubles de sommeil, dépression, maladies psycho-somatiques,)

### QUE FAIRE ?

- > Écoutez les symptômes et les informations de votre corps.
- > Ne restez pas seul(e) : partager vos difficultés avec vos élus qui pourront agir pour vous.
- > N'hésitez pas à consulter un médecin ou à demander à voir le médecin du travail si vous vous sentez fatigué, irritable, vidé...



**Fini : «Faire toujours plus vite», «cela suffit», «depuis le changement de chef, ma vie est un enfer» , «je ne peux tout faire en urgence».**

**ALORS, SALARIÉS, PARLEZ,  
N'HÉSITEZ PAS À CONTACTER VOS ÉLUS FO QUI VOUS ÉCOUTERONT**

Ainsi vos élus pourront plus facilement identifier les organisations de travail susceptibles d'entraîner un mal-être.

**FO EST LÀ POUR VOUS, AVEC VOUS**

**Contact FO :**