

Berne, le 11 mai 2023 | Communiqué de presse

Travail.Suisse demande des mesures contre le stress et l'épuisement des travailleuses et travailleurs

De plus en plus de travailleuses et travailleurs sont touchés par le stress et l'épuisement au travail. Les raisons sont de nature structurelle et tiennent surtout à des journées de travail toujours plus longues, à des rapports de travail plus flexibles, à des processus de travail plus rapides et à la disparition des frontières entre la vie professionnelle et la vie privée. Travail.Suisse, l'organisation faîtière indépendante des travailleurs et travailleuses, et ses fédérations présentent une analyse complète sur le thème du stress et de l'épuisement des travailleurs et travailleuses et demandent des mesures dans dix champs d'action, en particulier dans les domaines du temps de repos, de la possibilité de planifier et d'une moindre flexibilité.

Le stress et l'épuisement au travail ne cessent d'augmenter depuis des années. Près de 40% des travailleurs et travailleuses indiquent dans les sondages qu'ils se sentent épuisés. En conséquence, de plus en plus d'entre eux tombent malades, que ce soit sur le plan psychique ou physique. Les causes de l'épuisement croissant résident en premier lieu dans l'évolution du monde du travail. « Les processus de travail se sont constamment accélérés au cours des dernières années et, en même temps, les employeurs exigent toujours plus de flexibilité de la part des travailleurs et travailleuses », explique Thomas Bauer, responsable de la politique économique à Travail.Suisse.

Migmar Dhakyel, secrétaire centrale du syndicat Syna, constate : « Dans un nombre croissant d'entreprises, les employeurs introduisent des journées de travail excessivement longues et morcelées. Ils mettent ainsi en danger la santé et la vie sociale du personnel. Même pour les personnes travaillant à temps partiel, les journées de travail de 12 ou 13 heures deviennent de plus en plus courantes ». Parallèlement, les contrats de travail précaires, tels que le travail sur appel et les engagements temporaires, sont de plus en plus répandus et provoquent beaucoup de stress chez les travailleuses et travailleurs concernés.

Bien qu'il existe déjà aujourd'hui des possibilités beaucoup trop étendues de reporter les heures supplémentaires et le risque entrepreneurial sur le personnel, les employeurs exigent toujours plus de flexibilité et moins de prescriptions. Adrian Wüthrich, président de Travail.Suisse, est clair : « La protection de la santé des travailleurs et travailleuses n'est pas négociable. Pour protéger leur santé et leur vie privée, il faut moins de flexibilité, pas plus. » Si de plus en plus de travailleuses et travailleurs sont épuisés et tombent malades à cause de leur travail, il faut plus de temps pour se reposer, moins de flexibilité unilatérale et plus de planification dans le travail.

Selon différentes études, l'hôtellerie-restauration est la branche où le stress au travail est le plus élevé. Roger Lang, responsable du service juridique d'Hotel & Gastro Union, demande : « Le travail doit pouvoir être planifié et avoir des limites. Les journées de travail excessivement longues et les modifications à court terme des plans d'engagement, largement répandues, provoquent un stress inutile et rendent plus difficile la conciliation du temps libre, de la famille et du travail. Si l'on veut

faire quelque chose contre le manque de personnel dans la branche, il faut impérativement commencer par là. »

Mais le stress et l'épuisement n'épargnent pas le travail au bureau. « La vie professionnelle et la vie privée deviennent de plus en plus floues. Il faut donc des règles claires qui garantissent le repos et le droit de ne pas être joignable pendant le temps libre », explique Olivia Stuber du syndicat transfair. Suite à la numérisation, les travailleurs et travailleuses sont obligés de s'adapter constamment et sont confrontés à une intensité accrue de l'activité professionnelle. Plus de vacances et des horaires de travail plus courts constituent des mesures de compensation judicieuses pour protéger la santé des travailleurs et travailleuses dans un monde du travail toujours plus rapide.

Renseignements

- Adrian Wüthrich, président de Travail.Suisse, 079 287 04 93, wuethrich@travailsuisse.ch
- Thomas Bauer, responsable de la politique économique à Travail.Suisse, 077 421 60 04, bauer@travailsuisse.ch
- Migmar Dhakyel, secrétaire centrale Syna, 076 588 65 06, migmar.dhakyel@syna.ch
- Roger Lang, responsable du service juridique Hotel & Gastro Union, 079 716 79 64, roger.lang@hotelgastrounion.ch
- Olivia Stuber, responsable politique à transfair, 079 532 38 82, olivia.stuber@transfair.ch