



# VIE PERSONNELLE / VIE PROFESSIONNELLE

**Notre vie est rythmée par le travail dans toutes ses composantes. Il est essentiel de préserver l'équilibre entre vie personnelle et vie professionnelle.**



« De façon générale, à l'hôpital comme pour l'ensemble des personnes en emploi, les conditions de travail ayant le plus d'impact sur l'état de la santé mentale des travailleurs sont les difficultés à concilier sa vie personnelle et sa vie professionnelle et les incitations à repousser un arrêt maladie pour venir travailler. Dans le secteur hospitalier, les tensions avec les collègues et les supérieurs hiérarchiques, lorsqu'elles existent, ont également un effet important sur le risque de symptômes de la dépression et de l'anxiété » (selon l'étude de la DREES n°1270 de juin 2023).

**Cette charge mentale en très forte augmentation rompt l'équilibre vie personnelle/vie professionnelle.**

En effet, les changements incessants de l'organisation de travail en flux tendu, les rappels sur repos, congés, l'intensification du travail, l'insécurité du travail par le manque de personnels, la mise en concurrence et la culpabilisation des professionnel.le.s mettent en péril l'équilibre vital.

**Ce déséquilibre dangereux se répercute directement sur la santé physique, mentale, ou sociale.**

Selon la même étude, « 54% des personnels hospitaliers déclarent des périodes inhabituelles de travail contre 28% des personnes en emploi, et 27% des personnels hospitaliers ont reçu des pressions pour ne pas prendre de congés contre 11% des personnes en emploi ».

**Le gouvernement par le biais des employeurs se donne bonne conscience en utilisant l'affichage de la Qualité de Vie et Conditions de Travail (QVCT) pour du folklore, en ne s'occupant en rien du travail et de son organisation. Nous devons reprendre en main notre travail, afin que notre Qualité de Vie Personnelle (QVP) et notre santé puissent être préservées.**

C'est à l'employeur qu'il revient, au titre de l'article L.4121-1 du code du travail, de « prendre les mesures nécessaires pour assurer la sécurité et protéger la santé physique et mentale des travailleurs ».

**Sachons nous organiser pour revendiquer et imposer nos besoins de santé et vie personnelle et une organisation de travail de qualité dans des conditions respectueuses de nos missions, de nos règles et de nos valeurs.**



**TRAVAILLER POUR VIVRE ET NON VIVRE POUR TRAVAILLER !**



Bulletin de contact et de syndicalisation

Je souhaite prendre contact et/ou adhérer à la CGT.

Nom : ..... Prénom : .....  
Adresse : .....  
Code Postal : ..... Ville : .....  
E-mail : .....



**ENSEMBLE, NOUS SOMMES PLUS FORTS !**

Retrouve toute l'actualité fédérale sur [www.sante.cgt.fr](http://www.sante.cgt.fr)