

SEMAINE DE LA QUALITÉ DE VIE ET DES CONDITIONS
DE TRAVAIL

ICI, ON ESTIME QUE LES ÉCHANGES INFORMELS CONSTRUISENT LE TRAVAIL QUOTIDIEN



80% des agents déclarent que le soutien des collègues permet de les aider dans la réalisation de leurs tâches quotidiennes (Baromètre MNT, 2024).

SEMAINE DE LA QUALITÉ DE VIE ET DES CONDITIONS DE TRAVAIL

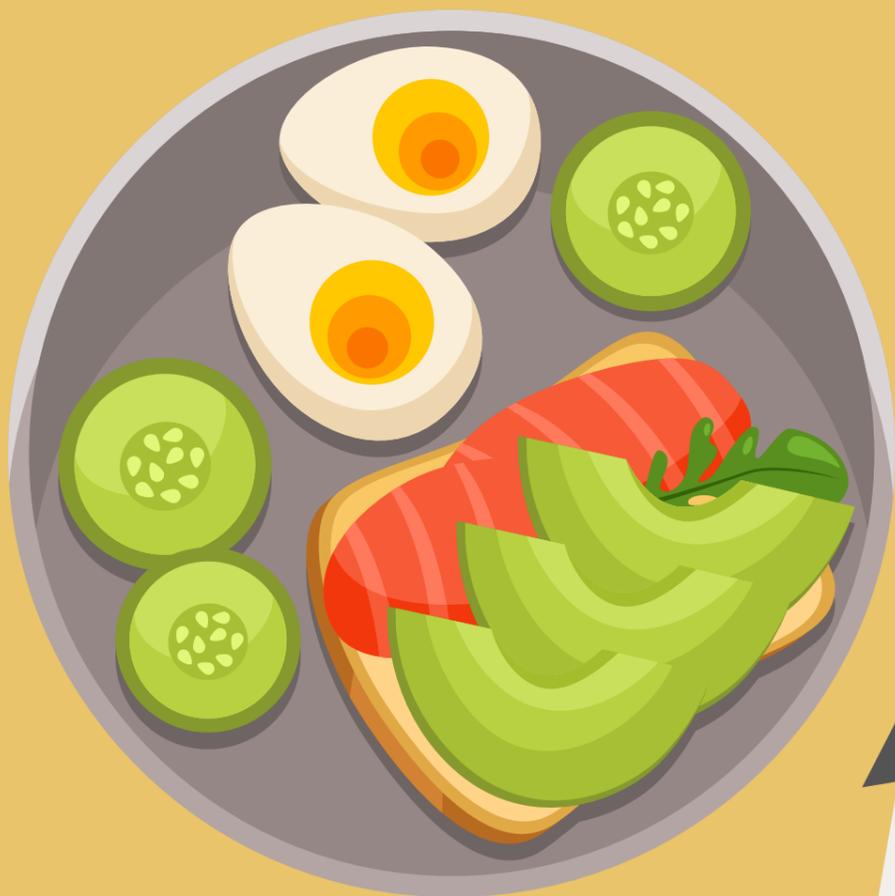


EN PARLER AU BON MOMENT ET DE LA BONNE FAÇON, C'EST ÉVITER LES TENSIONS

108 séances de soutien psychologique ont été délivrées en 2024 par le CDG51. Les psychologues du travail peuvent vous accompagner dans la mise en œuvre d'une démarche de dialogue.

SEMAINE DE LA QUALITÉ DE VIE ET DES CONDITIONS
DE TRAVAIL

**PRESSÉ(E), OUI.
NÉGLIGÉ(E),
JAMAIS !**



**MANGER VITE, MANGER
BIEN. PARCE QUE VOTRE
SANTÉ EST VOTRE PREMIÈRE
RESSOURCE.**

31 % des agents territoriaux déclarent être concernés par des problèmes de surpoids (Baromètre MNT, 2024).

SEMAINE DE LA QUALITÉ DE VIE ET DES CONDITIONS
DE TRAVAIL

BOUGER AU TRAVAIL, C'EST POSSIBLE



NE LAISSEZ PAS VOTRE BUREAU VOUS PARALYSER !

Il est recommandé d'alterner votre posture toutes les 30 minutes et de limiter les postures sédentaires à une durée inférieure à 5h/jour idéalement (Les postures sédentaires au travail, INRS, juin 2024).

SEMAINE DE LA QUALITÉ DE VIE ET DES CONDITIONS
DE TRAVAIL

VOUS AVEZ MAL AU DOS, AUX BRAS, AU COU ? ESSAYEZ L'ERGONOMIE, VOUS VOUS PORTEREZ MIEUX



Dans la Marne, 42 agents ont pu bénéficier d'une étude ergonomique en
2024, et vous ?

SEMAINE DE LA QUALITÉ DE VIE ET DES CONDITIONS
DE TRAVAIL

UNE RÉUNION SANS ORDRE DU JOUR, C'EST COMME UNE MAIRIE SANS SECRÉTAIRE : ÇA TOURNE EN ROND !



En France, un collaborateur passe environ 3h/semaine en réunion, un manager 11h/semaine et un dirigeant 24h/semaine. Seules 25% des réunions débouchent sur de réelles décisions (Rapport de l'OICN, 2023).

SEMAINE DE LA QUALITÉ DE VIE ET DES CONDITIONS
DE TRAVAIL

TRAVAILLER SEUL SUR LA PRÉVENTION ?



MÊME LES HÉROS NE TRAVAILLENT PAS SEULS

En 2024, le CDG était aux côtés de 68 collectivités pour les accompagner dans des démarches d'évaluation des risques professionnels.

SEMAINE DE LA QUALITÉ DE VIE ET DES CONDITIONS DE TRAVAIL

ET SI ON PARLAIT DU STRESS AU TRAVAIL ?

UNE RÉALITÉ POUR DE NOMBREUX AGENTS MARNAIS



Selon l'échelle de stress perçu de Légeron soumise à 140 collectivités territoriales de la Marne (960 agents) sur la période de 2023 à 2025

Légeron 1, P. (2008). Le stress professionnel. *Information psychiatrique*, (9), 809-820.

Le CDG peut vous accompagner dans la mise en œuvre de votre plan d'actions.