

09.07.2009 - 10:00 Uhr

## "Toujours disponible au travail?" - Congrès national pour la promotion de la santé en entreprise 2009

Berne/Zurich (ots) -

La société des 24 heures est devenue une réalité. Le congrès national pour la promotion de la santé en entreprise 2009 organisé par Promotion Santé Suisse, en coopération avec le Secrétariat d'Etat à l'économie SECO, s'est déroulé aujourd'hui à l'Université de Zurich sur le thème «En bonne santé et performant dans la société des 24 heures». Plus de 580 personnes y ont participé.

La société moderne de production et de services ne nous offre pas seulement des loisirs et des possibilités de détente, elle nous apporte aussi son lot de contraintes. Nous consommons 24 heures sur 24 et devons donc aussi être disponibles 24 heures sur 24. La complexité et l'intensité du travail ont augmenté. Des performances toujours plus élevées sont exigées dans des délais de plus en plus brefs pour satisfaire les nouveaux désirs des consommateurs. Tout doit être meilleur mais à moindres coûts: les entreprises doivent sans cesse remplir de nouvelles exigences plus élevées. Les employés qui travaillent trop longtemps intensivement dans de mauvaises conditions nuisent avant tout à leur propre santé a expliqué Friedhelm Nachreiner, professeur à l'Université Carl Ossietsky d'Oldenburg, lors du congrès national de la promotion de la santé en entreprise. Le stress peut se traduire par exemple par des problèmes cardiovasculaires ou digestifs, des dysfonctionnements de l'appareil locomoteur, des troubles du sommeil ou des maladies psychiques. Il ressort de la quatrième enquête européenne sur les conditions de vie et de travail que ces problèmes augmentent parallèlement à l'augmentation de la durée de travail hebdomadaire. Lorsqu'une telle pression nuit à la qualité de vie et à la santé des travailleurs, ce n'est pas seulement leur sphère privée qui en souffre; les problèmes engendrés par la maladie, les accidents, l'invalidité, les pertes de production, les fluctuations de personnel entraînent des coûts énormes pour les entreprises et l'économie.

Mise en danger de soi-même

Selon Andreas Krause, professeur à la HES du Nord-Ouest de la Suisse, les entreprises re-portent en règle générale sur leurs employés la pression qu'elles subissent en matière de rentabilité. Un collaborateur qui se rend au travail alors qu'il est atteint dans sa santé voire malade cause lui aussi une perte importante de productivité. C'est ce qu'on appelle une «mise en danger de soi-même». Pour rester en bonne santé et performant, il faut notamment disposer de suffisamment de temps pour se ressourcer. Des horaires de travail trop longs ne risquent pas seulement d'entraîner des problèmes de santé, ils augmentent aussi la difficulté de concilier vie professionnelle et vie privée. Il incombe autant aux collaborateurs qu'aux entreprises de veiller à préserver un bon équilibre entre la vie professionnelle et la vie privée. Des objectifs pouvant être atteints sans stress sont favorables à la santé des collaborateurs et augmentent leur motivation. La possibilité de donner son avis, une communication ouverte, le soutien mutuel et la valorisation du travail augmentent le bien-être des collaborateurs et les rendent plus performants. Les entreprises qui parviennent à créer de telles conditions de travail - entre autres par une flexibilisation socialement supportable de l'horaire de

travail - réussiront à relever de manière constructive le perpétuel défi qui leur est lancé et en tireront profit à bien des égards. Les nombreux exemples pratiques exposés montrent que de nombreuses entreprises y ont déjà réussi. Le congrès d'aujourd'hui, qui a réuni plus de 580 personnes provenant du secteur de la recherche, des milieux économiques et du service public, a été organisé par la fondation Promotion Santé Suisse, en coopération avec le Secrétariat d'Etat à l'économie SECO.

#### Informations et documentation des conférences

Des informations et la documentation des conférences peuvent être consultées sous [www.promotionsante.ch/congres](http://www.promotionsante.ch/congres)

#### Contact:

Promotion Santé Suisse  
Tél.: +41/31/350'04'04  
E-Mail: [office.bern@promotionsante.ch](mailto:office.bern@promotionsante.ch)

Maja Walder  
SECO  
Tél.: +41/31/323'50'57  
E-Mail: [maja.walder@seco.admin.ch](mailto:maja.walder@seco.admin.ch)

Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/fr/pm/100001194/100586469> abgerufen werden.