



AJC



AGISSEZ !

n°7

le journal de la section CFTC Ucanss

SPECIAL STRESS AU TRAVAIL

**AJC (Agissez!) n°7
SEPTEMBRE 2011**

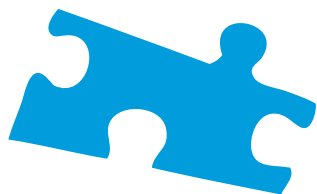
EDITO

Sommaire

Edito
p°1

Stress au travail : les
leçons de la représentation
p°2 - 3

Détente
p°4



Contacts

cftc@ucanss.fr
<http://cftcucanss.unblog.fr>

et au quotidien n'hésitez
pas à solliciter vos élus
CFTC, les membres de la
section syndicale

Le lundi 7 novembre dernier, la Direction a convié les salariés de l'Ucanss à une réunion du personnel. A l'exception de quelques initiés, nous ne savions pas exactement ce qui nous attendait. Et la surprise fut... BONNE ! En effet, nous avons assisté à une représentation de la compagnie Théâtre à la Carte : « On ne badine pas avec le stress ». Une manière habile de nous faire prendre conscience d'une problématique réelle qui préoccupe particulièrement la CFTC. Et ce n'est d'ailleurs pas un hasard si la représentation à laquelle nous avons assisté a été défini en accord avec le CHSCT où vos élus oeuvrent en faveur de vos conditions de travail.

Cette seule demi-journée ne règlera pas tous les problèmes de stress et de mal être au travail à l'Ucanss. Elle doit être une étape qui permette à chacun d'être sensibilisé à ce sujet. Cette étape d'alerte ne constitue que le premier pas vers l'action... Identifier le stress chez un collègue, détecter les comportements générateurs de stress, reconnaître son propre stress.

Et encore...à ce moment là, seule une partie du chemin sera faite car il s'agira ensuite de remédier à ces situations de stress au travail. Nous avons donc souhaité revenir sur cette matinée en dégageant des éléments forts et les partager avec vous, nos collègues,...et la Direction.

Frédéric Belouze – Délégué syndical CFTC Ucanss

Stress au travail

La CFTC vous propose sa lecture de la pièce «On ne badine pas avec le stress».

Le stress : un mal nécessaire ?

Le docteur Serge Marquis (spécialiste du stress) dit : « *le stress est une réaction normale qui a permis à l'espèce humaine de survivre* ». Nous comprenons bien à travers ces mots que le stress ne peut pas être qualifié de positif puisqu'il intervient en réaction à une situation mettant en danger notre intégrité. L'approche du docteur Marquis nous interpelle donc sur le sens de notre travail. Le milieu professionnel ne doit pas être un lieu où les salariés se retrouvent dans une situation de lutte pour leur survie. Nous travaillons certes pour payer nos factures, nous permettre des loisirs, prendre soin de nos familles mais aussi pour trouver un terrain d'épanouissement personnel.

Le travail est un élément essentiel de notre vie
mais ne la perdons pas à la gagner !!!

Vous rencontrez ou êtes témoins d'une situation de stress et vous ne voulez pas rester les bras croisés ?

Rapprochez-vous de vos élus CFTC
(CE, DP & CHSCT)

Frédéric Belouze - 06.68.68.69.75
Martince Cives - 881.26
Marilyne Guillard - 882.17
Christophe Lowagie - 882.18
Gérald Peterffy - 881.34
Olivier Scat - 882.46

cftc@ucanss.fr

CFTC Ucanss
Servir les salariés,
ne pas se servir d'eux

Le management de proximité : maillon faible ?

Théâtre à la Carte a bien su mettre en évidence une réalité que nous pouvons tous constater : le stress vient du haut de la pyramide et s'accroît au fur et à mesure qu'il descend. Le paroxysme est atteint au niveau des managers de proximité. Les actionnaires mettent la pression sur le DG, le DG la transmet aux managers stratégiques, les managers stratégiques la rebasculent sur les managers opérationnelles qui à leur tour la font passer aux managers de proximité. Ces derniers à leur tour tentent de se décharger sur leurs collaborateurs. Les managers de proximité sont-ils donc les maillons faibles ? NON !!! Le management intermédiaire est évidemment celui qui est le plus à même de subir la situation de stress. Mais n'en étant pas à l'origine il serait malhonnête de lui faire porter le chapeau. Pour la CFTC, le principe d'exemplarité est un principe clef. Quelque soit votre niveau, si votre responsable ne reporte pas la pression qu'il reçoit sur vous, le danger est grandement diminué. Au contraire s'il pète les plombs à chaque contrariété, il est fort probable que vous suivrez le même chemin.

Que tout le monde s'implique et sois responsable !!!

les leçons de la représentation

Aux origines du stress ?

Tous ceux qui ont assisté à la pièce ont bien vu que le stress de l'actrice centrale, Hélène (et des autres aussi en définitive), est lié à son changement de situation : elle devient manager. Le manque d'accompagnement, de moyens matériels et humains, de temps, de confiance, de reconnaissance, d'encouragement... ont été évoqués. La peur de la nouveauté a également été citée. Un élément fondamental semble avoir été passé sous silence... la méthode de management et plus globalement les rapports humains en entreprise. Les échanges entre les personnages lorsqu'ils abordaient leur travail portaient sur les délais de réponse, la rentabilité, la compétitivité, la performance. Jamais il n'a été question de sens et de contenu du travail. Certes il s'agissait là d'une pièce d'une heure... Mais le fait que cet aspect, qui devrait être central, n'apparaisse pas une fois est révélateur. Les seuls liens entre les collègues sont désormais des tableaux de mesure de la performance, de suivi des délais. La multiplication des indicateurs loin d'être garant d'une qualité de service accrue est à l'origine d'une dégradation des conditions de travail.

De gestion des ressources humaines,
la dimension humaine est laissée de côté...
Rétablissons-là !!!

Quelles clefs pour prévenir le stress au travail ?

Là encore la pièce présentée a su aller droit au but : la parole libère ! Encore faut-il être écouté et entendu. Pour reprendre les propos du docteur Marquis « *l'écoute est une des formes de reconnaissance les plus élevées qu'un être humain puisse offrir à une autre personne* ». Le mot de « temps de respiration » a également été employé par une collègue. Ce terme là est certainement le plus juste. Il faut que nous nous donnions le temps de nous écouter, de nous entendre, de nous comprendre.

Prenons le temps de travailler ensemble !!!!



Détente...

Un AJC (Agissez !) n'est pas un vrai AJC (Agissez !) sans sa page Détente et sa célèbre recette. Pour ce numéro 7 petit détour par la Côte-d'Ivoire.

POULET SAUCE GRAINE (Côte d'Ivoire)

Ingrédients (pour 5 personnes) :

- 1 poulet ou blancs émincés,
- 1 boîte de 800 ml de TROFAI (Sauce graine ou Moambe),
- 2 cuillères d'huile,
- 2 oignons,
- 1 cube MAGGI ,
- sel , poivre, épices.



Préparation :

Faites revenir dans une cocotte les morceaux de poulet dans 2 cuillères d'huile avec les oignons. Rajoutez un demi verre d'eau ainsi que le cube MAGGI, et laissez cuire pendant 10 minutes. Versez directement le contenu de la boîte TROFAI dans la cocotte puis rajoutez au moins l'équivalent de la boîte TROFAI en eau chaude. Assaisonnez selon votre goût et laissez cuire à découvert pendant 30 à 40 minutes pour obtenir la consistance souhaitée.

Servez chaud. Bon appétit !

Les devises Shadok



IL VAUT MIEUX POMPER MÊME S'IL NE SE PASSE RIEN QUE RISQUER QU'IL SE PASSE QUELQUE CHOSE DE PIRE EN NE POMPANT PAS.