

ECHALLENS

Les employeurs du Gros-de-Vaud ont été sensibilisés au problème du burnout



De gauche à droite: August Hangartner d'Echallens 21, Lysiane Rochat d'Unisanté, Luc Giger de Weinmann-Energies SA, Isabelle Alghisi, Alain Flückiger de l'ARGdV et Sophie Pieren.

Organisée par Echallens 21 et l'ARGdV, une conférence et une table ronde ont permis au public de prendre la mesure du problème et d'entendre de précieux témoignages.

Une quarantaine d'entrepreneurs et d'artisans se sont retrouvés le jeudi 28 novembre à la grande salle du château d'Echallens sur le thème: «Stress et burnout dans les entreprises: prévenir et agir». Cette rencontre a été organisée conjointement par la commission municipale Echallens 21 et par l'ARGdV (Association Région Gros-de-Vaud).

Pour débiter la soirée, la psychologue spécialisée en santé du travail Lysiane Rochat, d'Unisanté, a commencé par rappeler que le burnout se définit comme un «état d'épuisement émotionnel et physique lié à une exposition prolongée à des problèmes au travail». Elle a ensuite présenté les différences entre le burnout, le stress et la dépression. Quand faut-il commencer à s'inquiéter? Lorsqu'on constate une hyperactivité dans le travail et un désinvestissement dans la vie privée, lors de changements d'humeur et de personnalité, quand il y a des ruminations autour du travail, en cas de difficultés de concentration et de mémorisation, ainsi que d'isolement progressif. Elle a indiqué qu'en Suisse 30% des personnes actives se sentent émotionnellement épuisées au travail. Au-delà des conséquences

psychologiques et physiques, le stress coûte plus de sept milliards de francs par an aux entreprises – absentéisme, perte de productivité, etc. Lysiane Rochat a aussi rappelé que le cadre légal impose aux employeurs de «prendre toutes les mesures pour protéger l'intégrité personnelle des travailleurs et les préserver autant que possible des dangers menaçant leur santé et du surmenage». Et elle a bien sûr donné de nombreux (et très concrets) conseils sur la prévention et le traitement des cas de burnout dans les entreprises.

C'est ensuite Luc Giger, membre de la direction opérationnelle de Weinmann-Energies SA, qui a expliqué comment a été détecté puis traité un cas de burnout dans l'entreprise et comment celle-ci, depuis, y est très attentive. Des cours de sensibilisation ont été donnés à tous les cadres et bientôt à l'ensemble des cent collaborateurs.

Pour la table ronde, ces deux intervenants ont été rejoints par Isabelle Alghisi et Sophie Pieren. La première a témoigné très ouvertement du burnout dont elle a été victime alors qu'elle travaillait comme secrétaire municipale à Prilly, la seconde a fait part de son expérience de psychologue FSP amenée à traiter des cas dans son cabinet challois.

Après les questions du public, une vérée a permis de continuer les discussions autour de ce thème tout à fait d'actualité.