

Liste des contacts :

Service de Prévention et Santé au travail :
(Bât. F)

Médecins :

Dr Farida ZEMIRLINE	01.41.30.32.21
Dr Laurent COLIN	01.46.13.23.14

Infirmier(e)s :

Bénédicte CHAUVEAU	01.41.30.44.81
Martine SOLE	01.46.13.22.02
Véronique THECY	01.41.30.28.28
Maurice TISLOWITZ	01.46.13.24.93
Elza VASQUES	01.41.30.45.81

Service Social :

Liste disponible sur intranet cristal-
gennevilliers/service-social-du-travail/home

Ressources Humaines :

Liste disponible sur intranet fonctions/human
resources/actualites-rh/mes-interlocuteurs-rh

Les représentants de proximité
ou représentants syndicaux :

Liste disponible sur intranet gennevilliers/
developpement-social/institutions
representatives-du-personnel---irp

NOUS SOMMES
TOUS CONCERNÉS

NE RESTEZ PAS SEUL

LIBÉREZ VOTRE
PAROLE

* Dans le respect du secret professionnel. Préconisations issues des données de l'INRS - 06/2023 - Juin 2023 / Direction des Ressources Humaines

Des soucis
au travail ?
Ne restez
pas seul !

“

Je me sens
de plus en
plus épuisé...

J'annule la
réunion,
trop de choses
à faire, je n'y
arrive plus...

”

Je trouve que
Didier devient
irritable.
C'est surprenant,
lui qui était
toujours si
souriant...

Pascal ne
prend plus
la parole en
réunion...



NE RESTEZ PAS SEUL

Quels signaux peuvent vous alerter ?

■ Vous vous sentez **nerveux, irritable, angoissé, triste, en perte d'énergie...**

■ Vous vous sentez moins efficace, vous avez du mal à vous concentrer...

■ Votre **sommeil** est perturbé

■ Vous avez quelques **soucis de santé**, maux de tête, douleurs musculaires et articulaires, palpitations...

■ Vous allez travailler **avec appréhension**

■ Le travail **envahit votre vie privée**

■ Vous ressentez le besoin de consommer produits et médicaments pour tenir le coup : **café, tabac, alcool, drogue...**

■ Votre comportement alimentaire change : **vous mangez plus**, vous grignotez ou n'avez plus d'appétit.

LIBÉREZ VOTRE PAROLE

Quelles peuvent-être les causes de votre mal-être ?

Manque de reconnaissance

Charge de travail

Pas assez de moyens

Vie privée (maladie, décès, divorce, endettement,...)

Manque/perte de sens

Rapports entre collègues et/ou hiérarchie difficiles

Trop ou pas assez d'autonomie

Forte charge émotionnelle



NOUS SOMMES TOUS CONCERNÉS

Qui solliciter ? Que peuvent-ils faire ?

Vos collègues

Rompre l'isolement, vous soutenir, vous donner un autre avis

Votre manager

Analyser vos difficultés, rechercher des solutions, et vous orienter

Votre médecin traitant

Il est votre référent en matière de soins

Les représentants du personnel

alerter le Service de Santé au travail ou la hiérarchie avec votre accord

Le Service Social

Evaluer la situation et vous proposer un accompagnement social *

Le référent RPS ou votre HRBP

Analyser vos difficultés, rechercher des solutions, vous informer de vos droits et vous orienter

Le Service de Santé au Travail

Analyser la situation et l'état de votre santé *, Conseiller et orienter