



Syndicat des professionnelles et professionnels Laval-Rive-Nord  
Syndicat canadien de la fonction publique, section locale 5222

## Chronique Santé et sécurité au travail!



Sainte-Thérèse, octobre 2013

### Enrayer l'absentéisme au travail!

Source : <http://affaires.lapresse.ca/portfolio/pme/201310/15/01-4699675-pme-prevenir-labsenteisme-au-travail.php>

« L'économie canadienne a perdu 16,6 milliards de dollars l'an dernier en raison du taux d'absentéisme des employés, selon une étude publiée lundi par le Conference Board du Canada. »

Tiré d'un article sur Radio-Canada.ca le 23 septembre 2013.

Malheureusement, l'épuisement professionnel est une maladie de plus en plus populaire.

On constate d'ailleurs, d'année en année, une augmentation des congés en lien avec l'épuisement professionnel. Le stress et la multiplication des tâches sont quelques facteurs qui peuvent engendrer des symptômes à court ou à long terme. Mais qu'en est-il des congés qui passent sous silence?

Plusieurs personnes s'absentent quelques jours, voire quelques semaines sans que quiconque ne se pose réellement de question et si on s'en pose, on est mal à l'aise de poser des questions...

Que faire? Heureusement, il existe des moyens de contrer l'absentéisme au travail. Selon le Dalaï-Lama « Le vrai bonheur ne dépend d'aucun être, d'aucun objet extérieur. Il ne dépend que de nous... » Il est vrai que le bonheur, d'un point de vue personnel ou professionnel, dépend d'abord de notre perception personnelle et de nos attentes, mais l'employeur joue également un rôle crucial...

En effet, il s'avère que les employés s'absentent plus parce qu'ils sont frustrés qu'à cause de la surcharge de travail. Plus l'employeur est attentif à ce qui se passe dans les milieux, plus il entretient une relation significative avec ses employés, plus il est facile de prévenir les absences et les frustrations. Encore faut-il que les employés expriment leur mécontentement et dialoguent avec les patrons. On peut donc dire que la responsabilité est partagée en ce sens. De son côté, Patrick Légeron affirme que de donner plus d'autonomie et fixer des objectifs plus raisonnables font baisser l'absentéisme au travail.



**Syndicat des professionnelles et professionnels Laval-Rive-Nord**  
**Syndicat canadien de la fonction publique, section locale 5222**

Selon Catherine Privé, présidente d'une firme en gestion, « L'engagement affectif est le meilleur antidote aux problèmes de santé mentale au travail et à l'absentéisme. Ceux qui sont engagés par le cœur s'absentent beaucoup moins que ceux qui travaillent pour avoir un bon fonds de pension, un salaire intéressant ou une voiture fournie. » L'employeur a tout à gagner à offrir, par exemple, un horaire aménagé, une conciliation travail-famille en fonction des besoins du milieu, un lieu d'échange et même des primes, selon les milieux. Plus le lien de confiance est grand entre les employés et l'employeur, plus les employés seront fidèles au travail. Par conséquent, le taux d'absentéisme sera diminué.

Pour conclure, c'est à vous maintenant de réfléchir à votre perception en lien avec vos conditions de travail afin de prévenir un éventuel congé « forcé »!

Je vous laisse avec cette citation : « Le bonheur, c'est la somme de tous les malheurs qu'on n'a pas. »

Marcel Acard

À bientôt!

Emmanuelle Bournival  
Déléguée syndicale à la commission scolaire de Laval