



**ÉLEVAGES & CULTURES**

# TECH&BIO, LE MEILLEUR DES TECHNIQUES AGRICILES BIO EN CENTRE-VAL DE LOIRE



## L'iceberg des contraintes de votre travail

Aract Centre-Val de Loire

Nicolas Bienvenu

Chargé de missions



Cette opération est cofinancée par l'Union européenne.  
L'Europe investit dans les zones rurales.



**14 mai 2024**





## Un contexte socio-économique connu et contraignant :

Diverses conditions révélées par les médias (prix, concurrence, relations donneurs d'ordre - exploitants...), difficultés à payer / avoir un salaire, Internet, IA, des produits chimiques, des (nouvelles) lois, réglementations, beaucoup de procédures (qualités, sécurité alimentaires, hygiènes...) ...



## Mais aussi, votre réalité ce sont des :

### Les signaux (d'alerte) individuels

Comportementaux

Physiques

Emotionnels

Intellectuels et cognitifs

➤ Signaux d'alerte

➤ Indicateurs

**L'iceberg des conditions de votre travail**



## Comportementaux

- Isolement
- Renfermement
  
- Impulsivité
- Impatience
- Enervement
  
- Cynisme
- Irritabilité

## Les signaux (d'alerte) individuels

Physiques

Emotionnels

Intellectuels et cognitifs

**L'iceberg des conditions de votre travail**



## Les signaux (d'alerte) individuels

Emotionnels

Intellectuels et cognitifs

### Physiques

- Troubles du sommeil
- Épuisement physique
- Fatigue
- Maux de dos
- Maux de tête
- TMS
- Troubles digestifs
- Conduites addictives
- Tremblements
- Hypertension

### Comportementaux

- Isolement
- Renfermement
- Impulsivité
- Impatience
- Enervement
- Cynisme
- Irritabilité

**L'iceberg des conditions de votre travail**



## Les signaux (d'alerte) individuels

### Intellectuels et cognitifs

### Emotionnels

- Stress
- Épuisement psychique
- Sensibilité accrue
- Perte d'estime de soi
- Signes dépressifs (fatigue, idées noires...)
- Baisse du sentiment d'auto-efficacité

### Comportementaux

- Isolement
- Renfermement
- Impulsivité
- Impatience
- Enervement
- Cynisme
- Irritabilité

### Physiques

- Troubles du sommeil
- Épuisement physique
- Fatigue
- Maux de dos
- Maux de tête
- TMS
- Troubles digestifs
- Conduites addictives
- Tremblements
- Hypertension

**L'iceberg des conditions de votre travail**



## Les signaux (d'alerte) individuels

### Intellectuels et cognitifs

- Esprit encombré
- Difficultés à prioriser les actions / pensées
- Perte d'ambition
- Difficultés de concentration

### Emotionnels

- Stress
- Épuisement psychique
- Sensibilité accrue
- Perte d'estime de soi
- Signes dépressifs (fatigue, idées noires...)
- Baisse du sentiment d'auto-efficacité

### Physiques

- Troubles du sommeil
- Épuisement physique
- Fatigue
- Maux de dos
- Maux de tête
- TMS
- Troubles digestifs
- Conduites addictives
- Tremblements
- Hypertension

### Comportementaux

- Isolement
- Renfermement
- Impulsivité
- Impatience
- Enervement
- Cynisme
- Irritabilité

**L'iceberg des conditions de votre travail**



## Vie privée

- Apporter du travail chez soi
- Apparition de tensions interindividuelles
- Difficulté à distinguer vie pro / perso
- Ne pas s'arrêter de penser au travail
- Surinvestissement au travail (heures sup, week-end, vacances)
- Sentiment de perte de temps
  - repousser les bilans médicaux (examens, visites...)

## Les signaux sur le travail

### En collectif

- Comparaison, compétition,
- Isolement du collectif de travail
- Irritabilité, agressivité envers autrui
- Impatience au travail
- Exigence accrue

**L'iceberg des conditions de votre travail**



Pourquoi identifier ces conditions sur le travail ?

**Prendre soin de soi permet aussi de prendre soin des collaborateurs et de l'entreprise**

## Conséquences pour la structure : indicateurs RH et organisationnels

- Salariés
  - Absentéisme / présentéisme
  - TO
  - Arrêt de travail
- Dirigeants / salariés
  - Accidents du travail
  - Refus de s'arrêter (maladie...)
  - Accumulation de jours non travaillés (congés non pris...)

## Les indicateurs sur le travail (performance / qualité)

- Charges psychiques
  - Perte de créativité
  - Baisse de la motivation
  - Désengagement
- Charges mentales
  - Troubles de la mémoire et de la concentration
  - Augmentation des erreurs
  - Vouloir tout maîtriser : difficulté à déléguer et à faire confiance
  - Mise en garde sur le surplus d'ambition
  - Surinvestissement dans le travail (quantité, tâches idées...)
    - Impossibilité de se déconnecter



## Les impacts sur le travail

- Travail plus long, plus lentement
- Moins consciencieux (risque de coûter plus cher)
- Trop consciencieux (coûte plus cher)
- Baisse de la qualité du travail
- Des oublis
- Des erreurs dans le travail et dans les rendus
- Des difficultés à discerner ce qui est important et urgent



## Des leviers d'actions collectifs : mise en place d'espaces d'échanges réguliers pour :

- Sensibiliser l'environnement professionnel aux problématiques RPS
- Évaluer et dimensionner la charge de travail
- Analyser les situations problèmes et les résoudre en collectif
- Garantir des marges de manoeuvre et du pouvoir d'agir
- Définir collectivement les critères de qualité du travail et les formaliser
- Construire un soutien social solide en favorisant l'écoute et les systèmes d'entraide
- Éviter toute situation de conflit de valeur ou d'éthique
- Rendre acteur les salariés et donner du pouvoir d'agir (démarche logique de la démarche QVCT)
- Mettre en place des espaces de discussion (parler du travail, difficultés, trucs...)



## Des leviers d'actions individuels

- Prenez du recul , « Ne prenez pas tout pour vous »
- Ne banalisez pas votre fatigue, soyez à l'écoute de votre corps, des signes avant-coureurs
- Autorisez-vous des temps de pause et de récupération
- Ne négligez pas votre vie personnelle
- Pratiquez régulièrement une activité de loisir (sport, loisir créatif, relaxation, ...)
- Déconnectez-vous
- Partagez vos difficultés et réussites
- Saisissez les opportunités de réunions et d'échanges avec vos collaborateurs, pairs, ...



## Quelques ressources : vous n'êtes pas seuls

- Autodiagnostic, des questions à se poser
- La fleur de la QVCT
- Le Fact sur l'agriculture
- Des appuis (en région, au national)



## Auto-diagnostic : des questions à se poser

- Quels sont les impacts sur votre santé ?
- Quels sont les impacts sur votre vie ?
- Quels sont les impacts sur votre travail (contenu, qualité, quantité) ?
- Quels sont les impacts sur l'entreprise ?
- Qu'est-ce qui vous protège aujourd'hui ?
- Comment je peux (encore plus) me protéger ? Avec qui ? Avec quoi ?

# La fleur de la QVCT

## ➤ Diagnostic



### Management participatif, engagement

- Connaissance de la stratégie, du projet d'entreprise
- Clarté des rôles
- Diffusion des procédures de travail
- Temps d'échanges sur le travail
- Transparence de la politique de rémunération
- Informations sur les changements

### Egalité professionnelle pour tous

- Conciliation vie professionnelle et vie personnelle
- Aménagement des horaires
- Usage des outils de communication
- Egalité Prof. Femmes/Hommes
- Pyramide des âges
- Prise en compte du handicap

### Compétences, parcours professionnels

- Parcours d'intégration
- Entretiens individuels
- Gestion des compétences
- Plan de formation
- Adaptation des compétences
- Utilisation des dispositifs

### Relations au travail, climat social

- Relations au travail
- Organisation des réunions internes
- Diffusion des supports internes
- Rôle des instances
- Eléments conviviaux
- Lieux de pause

### Contenu du travail

- Clarté du travail
- Autonomie dans le travail
- Moyens pour réaliser le travail
- Clarté des consignes
- Gestion de l'activité
- Répartition de la charge de travail

### Santé au travail

- Prise en compte de la santé
- Diffusion du DUERP
- Mise en oeuvre du plan d'action
- Prise en compte des RPS, TMS
- Aménagement des lieux et postes
- Optimisation de déplacements professionnels



1 Non existant mais ce n'est pas utile

2 Non existant mais ce serait bien que cela existe

3 Existant et à améliorer

4 Existant et satisfaisant

<https://www.anact.fr/les-essentiels-qvt>



# Le Fact Agriculture

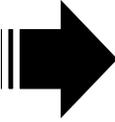
- Fonds pour l'Amélioration des Conditions de travail
  - <https://www.anact.fr/travail-en-agriculture-transitions-evolution-demographique-et-nouveaux-profils>
- Lancement de l'appel à projets (21 mars 2024)
  - Pour accompagner le secteur face aux transitions écologiques, environnementales, économiques, sociales, démographiques
  - Et soutenir des démarches expérimentales et innovantes de modèles de production et de travail.
- Le financement devra permettre
  - de déployer une telle démarche
  - ne peut en aucun cas servir à financer du matériel ou des actions de formation



# Le Fact Agriculture

- Qui peut être porteur de projets ?
  - Une exploitation agricole, quelle que soit sa forme juridique.
  - Un acteur-ressource ou relais d'exploitants agricoles (chambre de l'agriculture, service de remplacement, organisme de formation, organisation syndicale ou patronale, Onvar, etc.)
  - Une branche professionnelle : une seule structure sera désignée pour représenter la branche en tant que porteur de l'appel à projets.
- Webinaire de présentation du 22 mars 2024
  - <https://webikeo.fr/webinar/agriculture-un-financement-pour-ameliorer-les-conditions-de-travail-et-accompagner-les-transitions>
- **Date limite de dépôt des dossiers : 06 septembre**
- Enveloppe financière affectée à l'opération : 600 000 €
- Contact Nicolas Bienvenu : [n.bienvenu@anact.fr](mailto:n.bienvenu@anact.fr)

# 3 typologies d'actions pour chaque appel à projets

	action individuelle	action collective	action sectorielle
 <b>Registre d'action</b>	Expérimentation	Expérimentation et capitalisation	Etude-action, offre de service => production d'outils et méthodes à des fins de transfert
 <b>Attendus</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>articulation thématique de l'appel à projets / QVCT</li> <li>critères d'éligibilité : engagement dans la durée / approche participative / démarche originale / paritarisme de projet / dynamique partenariale / niveau d'impact / respect des principes budgétaires / livrables</li> </ul>		
 <b>Démarche</b>	Projet innovant, participatif		
 <b>Livrables</b>	<p>au sein d'une structure intervention consultant</p> <p>bilan de l'action : livrables produits, ajustements ou modifications opérés par rapport au projet initial, résultats, effets produits, perspectives de diffusion</p>	<p>3 à 10 structures intervention consultant(s) temps appui intra / inter entreprise</p> <p>Bilan intermédiaire : niveau d'avancement, résultats, productions, ajustements ou modifications opérés par rapport au projet initial.</p> <p>Bilan final : livrables produits, principales phases ou étapes significatives du projet, modalités d'association des salariés et IRP, ajustements ou modifications opérés, résultats, effets produits, enseignements généraux, perspectives de diffusion</p>	<p>multi-partenarial porteur de projet / prestataires externes</p> <p>+ outils et méthodes transférés, suites envisagées, perspectives de diffusion ou généralisation de l'opération</p> <p>Financements publics (Fact ou autres, max 80%) Autres financements (auto-financement / privés / valorisation du temps de travail, min 20 %) Plafond de subvention Fact : 100 K€</p>
 <b>Financements</b>	12 à 14 jours / consultant 1000 € / jour	6 à 8 jours / consultant / structure 1000 € / jour + 6000 € coordination	
 <b>Modalités de versement</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>versement initial de 50 %</li> <li>versement final de 50%</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>versement initial de 30 %</li> <li>versement intermédiaire de 30%</li> <li>versement final de 40%</li> </ul>	



# Des ressources (directes et réseau)

## En région CVL

- Aract Centre-Val de Loire / Anact
  - <https://www.anact.fr>
- Service de Santé au Travail
  - <https://www.presanse.fr/spsti-et-leurs-actions>
- La Carsat
  - <https://www.carsat-cvl.fr/home.html>

## En région CVL

- La MSA
  - <https://bcl.msa.fr/lfp/web/msa-beauce-coeur-de-loire>
- Les chambres consulaires
- Union Souffrance et Travail
  - <https://www.mutuellesouffranceetravail.org/strap/que-faisons-nous>

## Au national

- Amarok : 1<sup>er</sup> observatoire dédié à la santé physique et mentale des travailleurs non salariés
  - <http://www.observatoire-amarok.net/sites/wordpress/index.php/2023/04/11/france-3-amarok-e-sante>
- INRS
  - <https://www.inrs.fr/risques/epuisement-burnout/faq.html>
  - <https://www.inrs.fr/risques/psychosociaux/ce-qu-il-faut-retenir.html>



# MERCI POUR VOTRE ATTENTION

Aract Centre-Val de Loire

43 avenue de Paris

45000 Orléans

02 38 42 20 60

06 49 42 63 38

n.bienvenu@ana  
ct.fr