

## GRAND DOSSIER D'INFORMATION : LES RISQUES PSYCHO-SOCIAUX (RPS) LA CFDT VOUS INFORME !

### L'EDITO

Adeline CANAVELLI et Williams VALENTIN  
Délégués Syndicaux Régionaux

## Nous contacter :

### Adeline CANAVELLI

Référente cadre

adelinecanavelli@cfdt@gmail.com  
06 65 25 39 16

### Williams VALENTIN

williams.cfdt.efs.occitanie@gmail.com  
06 82 48 08 41

[cfdt.efs.occitanie@gmail.com](mailto:cfdt.efs.occitanie@gmail.com)



Retrouvez-nous sur  
[www.CFDT-EFS.fr](http://www.CFDT-EFS.fr)



Pour notre région d'Occitanie, nous avons décidé de lancer une grande action d'information sur les Risques Psycho-Sociaux (RPS), véritable danger pour les personnels de tous métiers, de tous territoires géographiques et de toutes catégories socio-professionnelles. Vous trouverez donc le premier article d'une série consacrée aux RPS pour **nous permettre à tous de nous emparer de ce sujet, de nous défendre et de ne plus nous sentir isolé.es**.

**PS : ne vous inquiétez pas, nous sommes revenus avec plein d'idées et remontés à bloc pour défendre les personnels de la région !**

Ce grand dossier est composé de 4 parties :

- Les RPS : c'est quoi ? (mai 2025),
- Les Moyens de réaction face au RPS (juin 2025),
- Témoignages (novembre 2025),
- Quiz (à paraître en janvier 2026).

# GRAND DOSSIER D'INFORMATION : LES RISQUES PSYCHO-SOCIAUX (RPS)

## LA CFDT VOUS INFORME !

### PARTIE 1 - LES RPS : C'EST QUOI ?

On entend souvent parler de RPS mais sans forcément savoir de quoi il s'agit réellement... **Vos élus CFDT** vous proposent donc une série d'articles afin de mieux comprendre en quoi ils consistent pour mieux les repérer, pouvoir agir et ne plus rester seul.e.s si vous êtes concerné.es !

#### BURN OUT



Les risques psychosociaux (RPS) sont des **risques professionnels** liés à la santé mentale et physique des personnels, **résultant de la relation entre l'individu et son environnement de travail**.

Ils peuvent causer divers troubles tels que **le stress, le burn-out, les violences internes/externes ou encore des conduites addictives**.

Ils peuvent affecter les entreprises en dégradant l'ambiance de travail, en augmentant l'absentéisme et en réduisant la performance et la qualité du service.

À long terme, cela peut entraîner des problèmes juridiques et économiques, ainsi qu'une détérioration de l'image de l'entreprise.

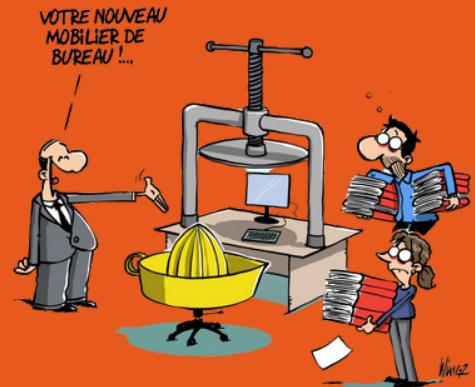
**Les RPS sont donc un risque majeur pour les personnels mais aussi pour les entreprises et les établissements qui doivent s'emparer de ce sujet de manière prioritaire.**

Les RPS correspondent à des situations de travail où sont présents, combinés ou non :

- du stress : déséquilibre entre la perception qu'une personne a des contraintes de son environnement de travail et la perception qu'elle a de ses propres ressources pour y faire face ;
- des violences internes commises au sein de l'entreprise par des salariés : harcèlement moral ou sexuel, conflits exacerbés entre des personnes ou entre des équipes ;
- des violences externes commises sur des salariés par des personnes externes à l'entreprise (insultes, menaces, agressions...).

Ce sont des risques qui peuvent être induits par l'activité elle-même ou générés par l'organisation et les relations de travail. (Définition INRS - Institut National de Recherche et de Sécurité)

#### GARE AU HARCELEMENT INSTITUTIONNEL



#### SUICIDE AU TRAVAIL

LONG OU COURT ?



L'exposition à ces risques peut avoir des conséquences sur la santé physique et mentale des personnels notamment en termes de maladies cardio-vasculaires, de troubles musculosquelettiques, de troubles anxiodépressifs, d'épuisement professionnel, voire de suicide.

À l'EFS, une **ligne d'écoute et d'accompagnement psychologique est à votre disposition**.

Vous pouvez joindre ce service gratuitement, 24h/24 et 7j/7, au

**0805 619 670.**

Vous avez la possibilité de demander l'anonymat lors de votre appel.

**N'hésitez pas non plus à contacter l'un de vos représentants CFDT pour toute assistance ou soutien.**

# GRAND DOSSIER D'INFORMATION : LES RISQUES PSYCHO-SOCIAUX (RPS)

## LA CFDT VOUS INFORME !

### PARTIE 1 - LES RPS : C'EST QUOI ?

#### RISQUES PSYCHOSOCIAUX, C'EST QUOI EXACTEMENT ?

##### Violences externes

Insultes, menaces,  
agressions, incivilités



##### Stress

Déséquilibre entre les  
contraintes et les ressources



##### Violences internes

Harcèlement moral ou sexuel,  
conflits exacerbés



#### Conséquences pour le salarié

Maladies  
cardiovasculaires

Troubles  
musculosquelettiques

Dépression  
et anxiété

Épuisement  
professionnel ou burnout

Suicide

#### STOP À LA SURCHARGE DE TRAVAIL !



#### STOP AU SURMENAGE DANS LES LABOS



Les risques psychosociaux sont souvent imbriqués. Ils ont des origines communes (surcharge de travail, manque de clarté dans le partage des tâches, modes de management...). Ces risques peuvent interagir entre eux : ainsi le stress au travail peut favoriser l'apparition de violences entre les salariés qui, à leur tour, augmentent le stress dans l'entreprise.

# GRAND DOSSIER D'INFORMATION : LES RISQUES PSYCHO-SOCIAUX (RPS) LA CFDT VOUS INFORME !

## PARTIE 1 - LES RPS : C'EST QUOI ?

**Tous les personnels, quel que soit leur positionnement hiérarchique, leur sexe, leur âge ou leur métier,** peuvent être exposés à des RPS. Ce sont des risques qui peuvent être induits par l'activité elle-même ou générés par l'organisation et les relations de travail.

L'INRS a récemment compilé les résultats de plus de 800 études menées dans différents pays, confirmant ainsi les liens existants entre risques psychosociaux (intensité du travail, charge émotionnelle, manque d'autonomie...) et effets sur la santé comme par exemple, les maladies cardiovasculaires, les troubles musculosquelettiques (TMS) ou encore les comportements à risque pour la santé (inactivité physique et consommation d'alcool).

### L'INRS A DÉFINI 6 GRANDES CATÉGORIES DE FACTEURS DE RISQUES PSYCHO-SOCIAUX :

Institut National de Recherche et de Sécurité



#### 1- Intensité et temps de travail :

Surcharge de travail, existence d'objectifs irréalistes ou flous, longues journées de travail, instructions contradictoires, travail en horaires atypiques, imprévisibilité des horaires de travail...



#### 2- Exigences émotionnelles :

Tensions avec le public, contact avec la souffrance ou la détresse humaine, exigence de devoir cacher ses émotions ...



#### 3- Manque d'autonomie :

Faibles marges de manœuvres pour faire son travail, rythme imposé, ne pas pouvoir développer ses compétences, ne pas participer aux décisions ...



#### 4- Rapports sociaux au travail dégradés :

Relations conflictuelles avec les collègues ou avec la hiérarchie, aucune perspective de carrière, déficit de reconnaissance ...



#### 5- Insécurité de la situation de travail :

Peur de perdre son emploi, non-maintien du niveau de salaire, contrat de travail précaire, restructurations, incertitude sur l'avenir de son métier ...



#### 6- Conflits de valeurs :

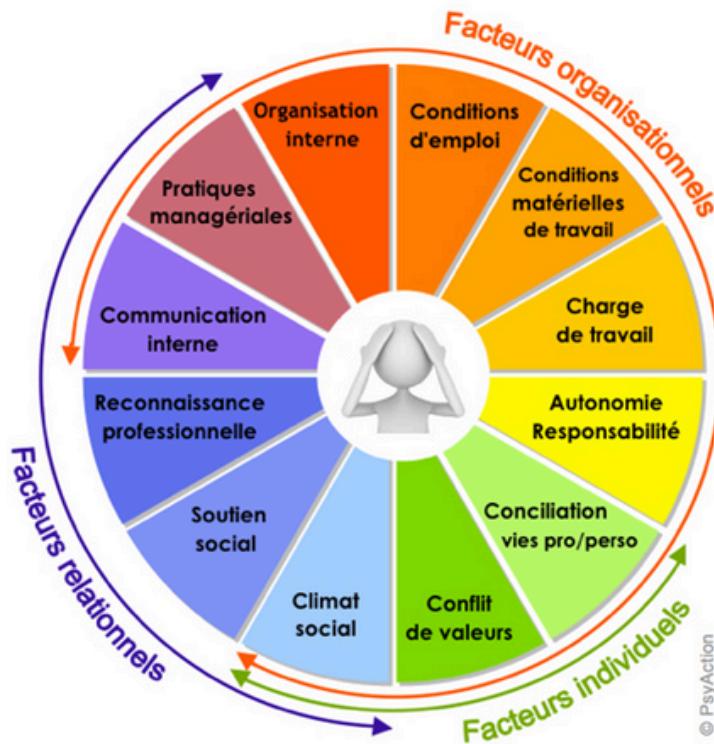
Ne pas être fier de son travail, ne pas pouvoir faire un travail de qualité ...

# GRAND DOSSIER D'INFORMATION : LES RISQUES PSYCHO-SOCIAUX (RPS)

## LA CFDT VOUS INFORME !

### PARTIE 1 - LES RPS : C'EST QUOI ?

Voici une autre présentation des facteurs de risques de RPS :



#### Les 12 facteurs de risques psychosociaux

Les facteurs de risques psychosociaux (Carine Pianelli – Effets papillon)

Et enfin, on en revient à l'INRS pour un schéma qui récapitule tout !



# GRAND DOSSIER D'INFORMATION : LES RISQUES PSYCHO-SOCIAUX (RPS) LA CFDT VOUS INFORME !

## PARTIE 2 - LES MOYENS DE RÉACTION FACE À UN RPS

Les élus **CFDT** sont vigilants face aux risques psychosociaux susceptibles de tous nous toucher, à tout moment.

Après avoir mieux défini ensemble ce qu'était un Risque Psycho-Social, vos élus **CFDT** vous proposent un focus sur notre région et surtout des pistes pour savoir comment réagir en cas de difficultés relevant des RPS.

### QUELQUES CHIFFRES TOUT D'ABORD

Les salariés de notre région ont mis longtemps à oser déclarer des situations de Risque Psycho-Social. En effet, certaines années, aucune fiche RPS n'a été émise sur toute la région. On pourrait penser que c'est parce qu'il n'y avait pas de problème..... Ou alors parce que ceux-ci n'étaient pas déclarés ?

	2019	2020	2021	2022	2023	2024
<b>Nb de fiches RPS OCPM</b>	0	1	6	13	7	1
<b>Nb de fiches RPS toutes régions</b>	51	41	58	54	45	27

Le nombre de fiches RPS émises est donc assez fluctuant selon les années. Encore une fois, cela peut s'expliquer par le fait qu'il y a eu peu de situations qui ont nécessité d'être déclarées. Néanmoins, il est important de se demander si cela ne vient pas aussi d'une méconnaissance du circuit de la fiche RPS ou d'un sentiment d'impuissance des salariés qui ne savent pas toujours comment réagir devant une situation de RPS, se sentant seuls et décidant soit de se taire soit de quitter l'entreprise.



Comme nous l'avons vu dans notre précédent article, selon l'INRS (Institut National de Recherche et de Sécurité), les RPS résultent de tensions entre les exigences du travail et les moyens disponibles pour y répondre. **Une obligation générale de sécurité incombe à l'employeur** (article L. 4121-1 du Code du travail). Il lui revient d'évaluer les risques, **y compris psychosociaux**, et de prendre les mesures nécessaires pour assurer la sécurité et protéger la santé physique et mentale de ses salariés. L'évaluation complète de ces risques doit apparaître dans le Document Unique d'Evaluation des Risques Professionnels (DUERP), revu pour chaque site au moins 1 fois par an et auquel participent vos élus et représentants **CFDT** au CSE. Notre rôle en partenariat avec le service HSE est de venir à votre rencontre pour s'assurer que tous les risques ont bien été pris en compte.

Comme pour tout risque, c'est la prévention primaire qui doit être privilégiée : réorganisation du travail (charge, conciliation vie pro/perso.), clarification des missions, lutte contre l'isolement professionnel...

# GRAND DOSSIER D'INFORMATION : LES RISQUES PSYCHO-SOCIAUX (RPS) LA CFDT VOUS INFORME !

## PARTIE 2 - LES MOYENS DE RÉACTION FACE À UN RPS

### QUE FAIRE FACE À UNE SITUATION DE RPS (VICTIME OU TÉMOIN) ?

**Si vous êtes victime ou témoin de situations générant des RPS, plusieurs actions concrètes sont possibles :**

#### **Briser l'isolement, en parler autour de soi :**

La première chose à faire face à une situation relevant d'un RPS, c'est d'en parler. Pour une victime, exprimer son mal-être auprès de collègues de confiance permet de sortir du sentiment d'isolement et de vérifier si d'autres personnes vivent des situations similaires.

De même, en tant que témoin, même si on n'a pas pu réagir sur le moment, il est essentiel d'en parler à la victime pour lui montrer qu'elle n'est pas seule et que la situation qu'elle a vécue n'est ni normale ni acceptable. Proposez-lui de témoigner et de signaler la situation aux représentants du personnel ou à la Direction. Ne restez pas spectateur, car votre témoignage est essentiel.



#### **Documenter les faits :**

Il faut absolument noter et conserver des traces des faits qui se sont produits. Soyez précis concernant ces faits (dates, lieux, personnes présentes, actes ou propos tenus, mails ou autres traces écrites, conséquences). Le formulaire de déclaration de RPS (dont nous reparlons plus loin dans cet article) peut vous y aider.

#### **Alerter sa hiérarchie :**

Informez votre supérieur.e direct.e ou au besoin, remontez à un niveau hiérarchique supérieur. La DRH peut bien sûr aussi être saisie en cas de problème grave.

Dans le cas d'une fiche de déclaration RPS, la transmission à la DRH doit être faite par mail, par courrier ou remise en main propre.



#### **Contacter les représentants du personnel :**

En tant qu'élus **CFDT**, nous sommes vos interlocuteurs privilégiés pour vous écouter confidentiellement et vous orienter. Le formulaire de déclaration de RPS peut bien sûr nous être transmis en parallèle.

**N'hésitez pas à nous solliciter, même pour un simple conseil.**

# GRAND DOSSIER D'INFORMATION : LES RISQUES PSYCHO-SOCIAUX (RPS) LA CFDT VOUS INFORME !

## PARTIE 2 - LES MOYENS DE RÉACTION FACE À UN RPS

### QUE FAIRE FACE À UNE SITUATION DE RPS (VICTIME OU TÉMOIN) ?

**Si vous êtes victime ou témoin de situations générant des RPS, plusieurs actions concrètes sont possibles :**

#### **Consulter la médecine du travail :**

Le médecin du travail est soumis au secret médical et peut délivrer des préconisations d'aménagement ou constater l'impact des RPS sur votre santé.

#### **Solliciter les ressources externes :**

Une cellule d'écoute psychologique a été mise en place par l'EFS : plateforme Hucare 0805 691 670 (voir flyers affichés dans les services) où des psychologues peuvent vous apporter soutien et conseils en toute confidentialité voire même sous couvert d'anonymat. Un suivi par le même interlocuteur peut même être proposé.



#### **Exercer votre droit de retrait :**

Si vous estimatez que la situation présente un danger grave et imminent pour votre santé, vous pouvez vous retirer de votre poste après avoir alerté l'employeur. Mais attention, il faut avoir un motif raisonnable de croire à un danger possible ! Une menace sérieuse pour votre santé ou votre sécurité doit exister et la situation doit se caractériser par l'urgence à réagir. Le danger peut être individuel ou collectif. De plus, Le retrait du salarié ne doit toutefois pas entraîner une nouvelle situation de danger grave et imminent pour d'autres personnes.



Votre santé est une priorité. Les RPS ne sont jamais une fatalité et encore moins une responsabilité individuelle.

En tant que représentants du personnel élus **CFDT**, nous sommes à vos côtés pour faire respecter votre droit à travailler dans un environnement préservant votre santé physique et mentale.

# GRAND DOSSIER D'INFORMATION : LES RISQUES PSYCHO-SOCIAUX (RPS) LA CFDT VOUS INFORME !

## PARTIE 2 - LES MOYENS DE RÉACTION FACE À UN RPS

### FOCUS SUR LA FICHE DE DÉCLARATION DE RPS

Cet outil essentiel dans la lutte contre les RPS est malheureusement souvent peu connu et peut faire peur car il est nominatif. Vos élus CFDT ont donc décidé de vous aider à vous emparer de ce moyen majeur de dénonciation d'un risque psycho-social.

#### Comment remplir une fiche RPS ?

Où trouver le formulaire ? Il est accessible sur l'intranet mais aussi sur le **site CFDT-EFS** (<https://www.cfdt-efs.fr/boite-a-outils/>).



**FORMULAIRE DE DECLARATION RPS**

*Selon avenant n°4, prolongation de l'accord relatif au projet social de l'EFS-HSCT*

Qui doit l'utiliser et quand ? La victime elle-même ou un témoin, dans le délai le plus bref possible après l'événement.		
Comment la remplir ? Remplir le plus d'informations possibles, elles aideront au traitement de la fiche.		
A qui la transmettre ? L'original de la fiche doit être transmis à la DRH de l'ETS qui la met à disposition des membres du CSE		
Région	Victime	Rédacteur
Nom / Prénom		
Téléphone		
Service/direction		
Site		

Date de l'événement : .....  
Fréquence de l'événement :  
Premier événement de ce type  L'événement s'est déjà produit à .....reprises

Type d'événement :  
Agression(s) / Injure(s)  Menaces (verbales, comportementales)   
Violence(s) (verbale(s), comportementale(s))  Tentative de suicide   
Epuisement professionnel (« burn-out »)  Coups et blessures   
Autres  .....

Circonstances et description des faits :

Suites données :

- **Qui/quand** : tout salarié, victime ou témoin, dès l'apparition d'un mal-être.
- **Comment** : le plus précisément possible (dates, lieux, personnes présentes, propos tenus, conséquences).
- **A qui** : par mail à la DRH et envoi à vos élus : **cfdt.efs.occitanie@gmail.com**
- **Doit être remplie de manière nominative, tant pour les victimes que pour les témoins.** Il est possible de la rédiger à plusieurs, mais les noms des victimes ainsi que des rédacteurs doivent être mentionnés.
- **Date** de l'épisode déclencheur, ou apparition des « symptômes ».
- « **Autres** » : peut être remplie en cas de doute sur la case à choisir, ou d'item proposé ne correspondant pas à la situation, par exemple « inquiétude pour le bien-être/état psychologique d'un collègue ».
- **Circonstances et description** : téléchargez la fiche au format Word pour augmenter la taille de cette case et pouvoir inscrire tout ce que vous avez à dire. En cas de fiche collective, c'est dans cette case que tous les déclarants doivent signer.
- **Suites** : gestion et suivi du traitement de la déclaration (communication, qualification et instruction).

<sup>1</sup> Les destinataires de la fiche sont soumis à une obligation de discrétion et de protection de la vie privée et des libertés individuelles, conformément à la législation du travail et au traitement de ces données personnelles

GRH/GCS/DF/FO/009 Formulaire de déclaration RPS DATE DE DIFFUSION : 08/01/2024 DATE D'APPLICATION : IMMEDIATE VERSION N°3 LA VERSION ELECTRONIQUE FAIT FOI

ETABLISSEMENT FRANCAIS DU SANG - 20, Avenue du Stade de France - 93218 La Plaine Saint-Denis Cedex

**Une fois la fiche remplie, elle doit être transmise à la DRH et aux élus du CSE. N'hésitez donc pas à l'envoyer en parallèle à vos représentants CFDT !**

# GRAND DOSSIER D'INFORMATION : LES RISQUES PSYCHO-SOCIAUX (RPS) LA CFDT VOUS INFORME !

## PARTIE 2 - LES MOYENS DE RÉACTION FACE À UN RPS

### FOCUS SUR LA FICHE DE DÉCLARATION DE RPS

#### Que devient ma fiche RPS ?

La fiche de déclaration doit être transmise par la DRH aux membres du CSE mais aussi au service « Qualité de Vie et Conditions de Travail » (QVCT) de la Direction Nationale qui répertorie toutes les fiches RPS de France.

Conjointement avec le CSE (et plus précisément la CSSCT), la DRH va ensuite procéder à l'analyse et au traitement de cette déclaration.

Cela peut passer par un entretien avec les parties concernées, des recadrages voire des sanctions disciplinaires en cas de violences ou de harcèlements avérés par exemple, ou encore, surtout lorsque plusieurs salariés dénoncent une même situation, le CSE ou la Direction peuvent mandater une expertise RPS au sein d'un service, par un organisme indépendant agréé.

Dans tous les cas, un retour sur les conclusions de l'enquête et les mesures prises par la Direction devra être fait au CSE.

Le côté nominatif de la fiche RPS peut effrayer les victimes de RPS par peur du jugement des autres ou par peur des représailles. C'est pourquoi il est important d'être accompagné lorsque l'on rédige une fiche : un ou plusieurs témoin(s) d'un incident par exemple, ou encore un.e élu.e CFDT qui vous conseillera en cas de problème dans votre service ou dans la rédaction de la fiche.

Il est également possible de rédiger **une fiche collective** quand le risque touche plusieurs personnes voire un service entier. Là aussi, nous pouvons vous aider dans le processus de déclaration de la situation que vous voulez dénoncer.



UN SYNDICAT  
QUI S'APPUIE SUR  
DES VALEURS,  
C'EST MIEUX !



# GRAND DOSSIER D'INFORMATION : LES RISQUES PSYCHO-SOCIAUX (RPS) LA CFDT VOUS INFORME !

## PARTIE 3 - TEMOIGNAGES

**Pour cette troisième partie, place aux témoignages.**

Le comité éditorial de votre communication syndicale a fait **le choix du noir et blanc** : car le mal-être et la détresse n'ont pas de couleur... si ce n'est le côté obscur de la détresse des victimes !

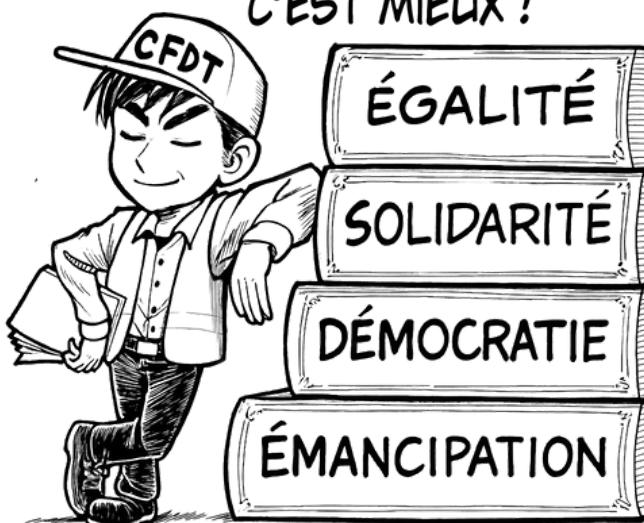
Afin de représenter les situations vécues par certains salariés de l'EFS en Occitanie et dans d'autres régions, nous avons choisi de les illustrer.

Ces dessins ont été générés par l'IA, enrichis par le talent créatif de la **CFDT**, afin de préserver l'anonymat des victimes.

**La CFDT recherche des talents pour illustrer nos prochaines communications.** Ces créations devront incarner les valeurs qui nous rassemblent.

**Vous ne savez pas dessiner ? Ce n'est pas grave !!  
Alors adhérez aussi à la CFDT et à ses valeurs !  
Rendez-vous sur [www.CFDT-EFS.fr](http://www.CFDT-EFS.fr) !**

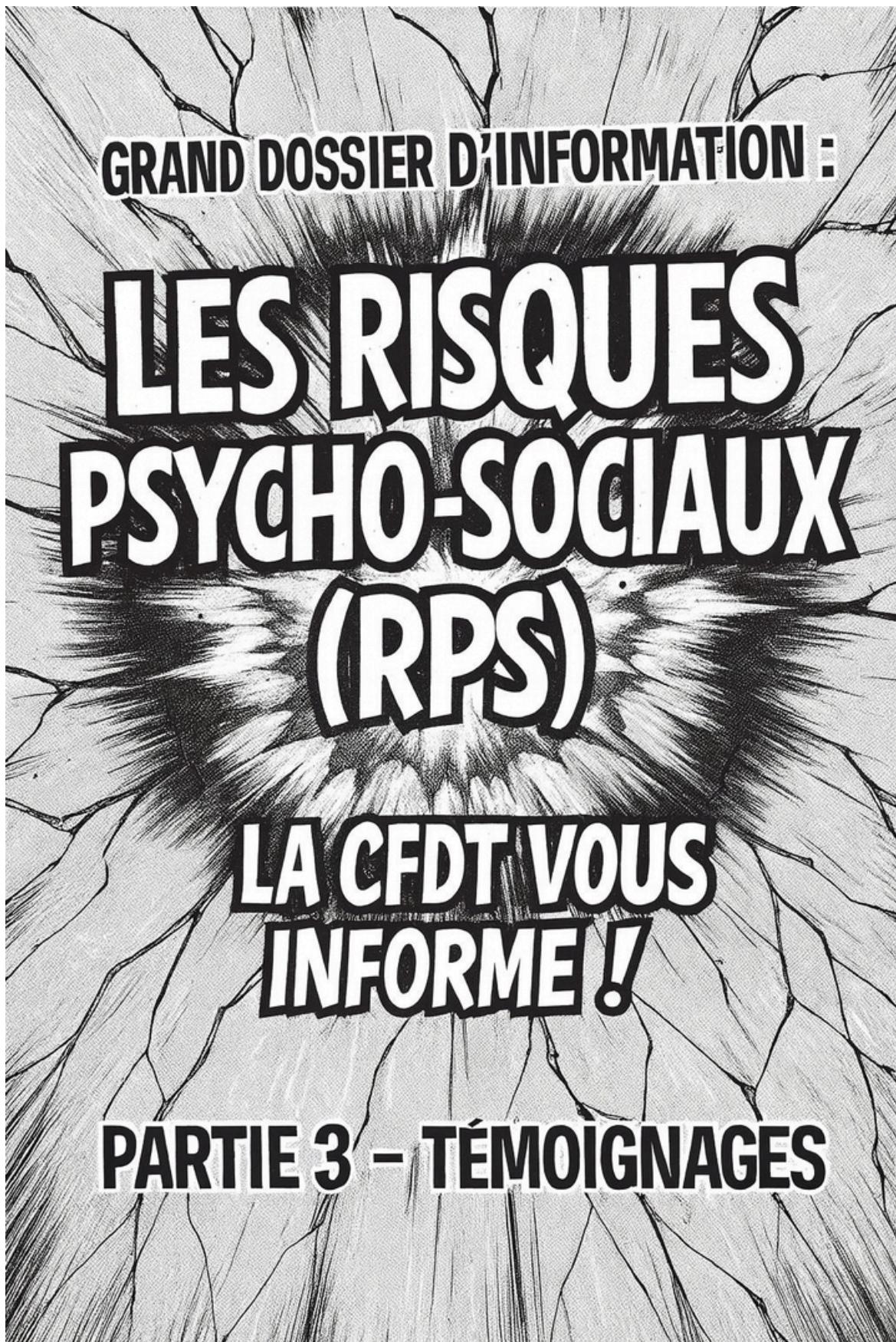
**UN SYNDICAT  
QUI S'APPLIE SUR  
DES VALEURS,  
C'EST MIEUX !**



**GRAND DOSSIER D'INFORMATION :  
LES RISQUES  
PSYCHO-SOCIAUX  
(RPS)  
LA CFDT VOUS INFORME  
PARTIE 3 – TEMOIGNAGES**

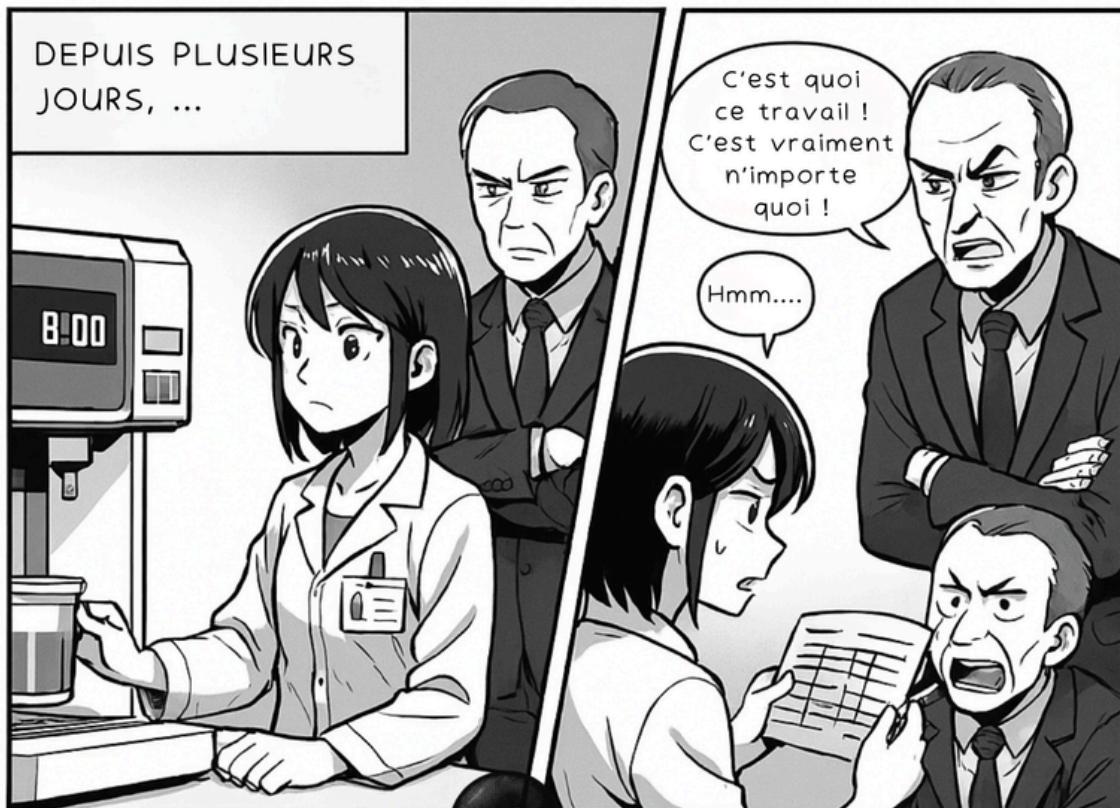
GRAND DOSSIER D'INFORMATION :  
**LES RISQUES PSYCHO-SOCIAUX (RPS)**  
LA CFDT VOUS INFORME !

PARTIE 3 - TEMOIGNAGES



# GRAND DOSSIER D'INFORMATION : LES RISQUES PSYCHO-SOCIAUX (RPS) LA CFDT VOUS INFORME !

## PARTIE 3 - TEMOIGNAGES



CFDT: usage CFDT uniquement



GRAND DOSSIER D'INFORMATION :  
**LES RISQUES PSYCHO-SOCIAUX (RPS)**  
LA CFDT VOUS INFORME !

PARTIE 3 - TEMOIGNAGES



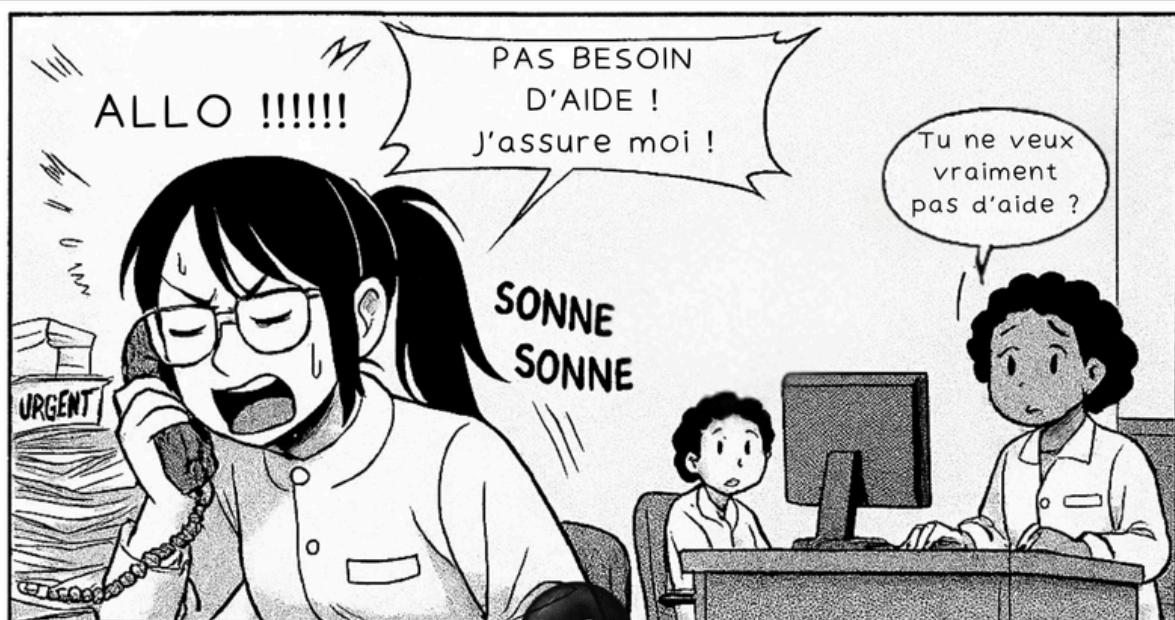
usage CFDT uniquement

Cfdt:



# GRAND DOSSIER D'INFORMATION : LES RISQUES PSYCHO-SOCIAUX (RPS) LA CFDT VOUS INFORME !

## PARTIE 3 - TEMOIGNAGES



usage CFDT uniquement Cfdt:



GRAND DOSSIER D'INFORMATION :  
**LES RISQUES PSYCHO-SOCIAUX (RPS)**  
LA CFDT VOUS INFORME !

PARTIE 3 - TEMOIGNAGES



Cfdt: usage CFDT uniquement



# GRAND DOSSIER D'INFORMATION : LES RISQUES PSYCHO-SOCIAUX (RPS) LA CFDT VOUS INFORME !

## PARTIE 3 - TEMOIGNAGES



# GRAND DOSSIER D'INFORMATION : LES RISQUES PSYCHO-SOCIAUX (RPS) LA CFDT VOUS INFORME !

## PARTIE 4 - QUIZ



Ce grand dossier est composé de 4 parties :

- Les RPS : c'est quoi ? (mai 2025),
- Les Moyens de réaction face au RPS (juin 2025),
- Témoignages (novembre 2025),
- Quiz (à paraître en janvier 2026).

# A SUIVRE ...