

# QU'EST-CE QUE LE SURMENAGE PROFESSIONNEL?



Le surmenage professionnel est un risque pour la santé et la sécurité touchant de plus en plus de membres du SCFP. Il survient lorsqu'une personne a trop de tâches et pas assez de temps pour les réaliser.

Indices de surmenage :

- Travailler de longues heures.
- Devoir répondre à des demandes déraisonnables.
- Concilier plusieurs tâches requérant différentes compétences.
- Ressentir de la pression pour faire des heures supplémentaires (payées ou non).
- Prendre peu de pauses, de congés et de vacances.
- Travailler dans un milieu où le rythme est soutenu et où la pression est élevée.
- Faire l'objet d'un encadrement et d'évaluations du rendement.
- Devoir répondre aux attentes irréalistes de la direction.
- Avoir des tâches additionnelles, souvent sans lien avec les fonctions (un peu comme occuper plus d'un poste).

## Qu'est-ce qui est à l'origine du surmenage professionnel?

Le surmenage est associé à l'organisation du travail; l'employeur réduit le personnel et alourdit la charge de travail des employé(e)s. Les travailleuses et travailleurs perdent ainsi leur contrôle et leur pouvoir au profit de l'employeur.

Voici quelques-uns des principaux motifs de surmenage dans le secteur public :

- Les **changements organisationnels** découlant de compressions budgétaires, d'une restructuration ou de la privatisation.



- Les **pratiques de gestion de l'employeur**, comme les demandes contradictoires, le manque de formation et de soutien, la mauvaise répartition du travail et les délais irréalistes.
- Les **problèmes de dotation et de ressources**, comme ne pas pourvoir les postes vacants, augmenter le ratio employé-utilisateurs de services, réduire l'effectif, ne pas remplacer l'équipement désuet ou brisé et embaucher plus de personnel occasionnel ou temporaire.
- Les **conditions de travail**, comme l'isolement, l'inefficacité des comités de santé et sécurité, la perte du contrôle du travail et la pression exercée par la direction.
- La **hausse de la charge de travail** attribuable à une mauvaise rétention des ressources ou à la demande croissante pour les services offerts.

## Qui est touché par le surmenage?

Les emplois des membres du SCFP sont dans la mire du gouvernement depuis des années. Chaque service du secteur public employant des membres du SCFP a fait l'objet de coupes et de sous-financement, menant à un surmenage généralisé.

## Quels sont les effets du surmenage?

Le surmenage est dangereux pour la santé physique et mentale des travailleuses et travailleurs, ses effets pouvant même se répercuter dans leur vie personnelle.

Voici certains de ces effets :

- Stress
- Épuisement et fatigue
- Blessures musculosquelettiques
- Dépression et anxiété
- Troubles gastro-intestinaux et autres problèmes de santé
- Conflits familiaux
- Décès

Les effets cumulatifs du surmenage peuvent être dévastateurs.



## Que peuvent faire les syndicats?

### ÉTAPE 1 : DÉFINIR LE PROBLÈME

Si vous observez les indices susmentionnés dans votre milieu de travail et que les membres souffrent de problèmes de santé semblables, le surmenage fait probablement partie de l'équation.

Les sondages et les techniques de modélisation sont utiles pour relever les risques liés au surmenage. Vous pouvez collaborer avec l'employeur pour mener des sondages, pourvu que le syndicat approuve la collecte et l'évaluation des données, et y participe. Si l'employeur s'oppose à un sondage ou rejette l'idée que le surmenage est un problème, le syndicat devrait mener son propre sondage.

### ÉTAPE 2 : AGIR

Les risques de surmenage découlent surtout du contrôle et de l'organisation du travail. S'opposer au surmenage implique d'exercer son contrôle au travail.

Les employé(e)s peuvent :

- prendre des pauses;
- refuser de travailler dans des conditions dangereuses en raison du surmenage;
- signaler les risques de surmenage au moyen des formulaires (santé et sécurité);
- discuter de leurs options, y compris le dépôt d'un grief, avec leur délégué(e) syndical(e) ;
- faire part de leurs préoccupations liées au surmenage aux réunions du comité paritaire de santé et sécurité.

Ce que peuvent faire les syndicats :

- Proposer une politique de prévention du surmenage au comité de santé et sécurité.
- Utiliser la négociation collective pour éliminer les risques de surmenage :
  - Fixer des limites dans les descriptions de poste.
  - Inclure des dispositions permettant au comité paritaire de santé et sécurité d'enquêter sur le surmenage et de faire des recommandations sur les politiques.
- Militer pour une charge de travail juste et gérable.



- Insister sur l'importance d'un rythme de travail sécuritaire.
- Faire pression sur l'employeur pour un niveau de dotation assurant la sécurité.

## Le surmenage et la loi

Pour éliminer efficacement le surmenage, il faut des lois fédérales et provinciales qui régissent cette question. Ces lois devraient :

- reconnaître le surmenage en tant que risque pour la santé et la sécurité;
- proscrire le surmenage;
- donner aux comités paritaires de santé et sécurité le pouvoir d'enquêter sur les plaintes liées au surmenage et de les traiter;
- permettre le refus de travailler si le surmenage met en danger la santé et la sécurité des travailleuses et travailleurs, ou d'autres personnes;
- fixer un nombre limite d'heures supplémentaires;
- établir des ratios de personnel sécuritaires.

Les membres du SCFP et les sections locales doivent faire du lobbying auprès des élu(e)s au niveau fédéral ou provincial pour réclamer l'adoption de lois sur le surmenage.

## Demands d'indemnisation

Les syndicats doivent déposer des demandes d'indemnisation lorsque des maladies ou des accidents sont notamment attribuables au surmenage. Cette approche rattache le surmenage à l'indemnisation et tient l'employeur responsable des effets de ce problème.

### L'engagement du SCFP

**Le SCFP est résolu à s'attaquer au surmenage. La participation des membres est cruciale. Pour en savoir plus, communiquez avec votre représentant(e) national(e), ou visitez le [scfp.ca](http://scfp.ca).**