

# COMMUNIQUÉ DE PRESSE

PRÉVENTION DU BURNOUT : L'AIST 84 ET LA CPME 84 AIDENT LES CHEFS D'ENTREPRISE À GARDER LE CAP ET LE MORAL FACE À LA CRISE



**MERCREDI 27 JANVIER 2021**

**Selon l'observatoire Amarok, spécialisé dans la santé physique et mentale des travailleurs non-salariés, 17,5 % des chefs d'entreprise risquent un burnout. Stress, dépression, voire risque suicidaire font partie des fragilités exacerbées par la crise sanitaire. L'AIST 84 et la CPME 84 sont particulièrement sensibles à cette situation car quand un dirigeant va mal c'est toute l'entreprise qui souffre. Ils s'associent donc pour proposer à leurs adhérents une rencontre dédiée à la prévention du burnout des dirigeants en période de crise le jeudi 28 janvier de 8h30 à 10h30 à l'hôtel Ibis Avignon Sud.**

Si être chef d'entreprise en temps normal n'est pas toujours simple, l'être en période de crise peut s'avérer très difficile. Trouver des solutions pour maintenir l'activité, rassurer ses salariés, assurer leur santé et leur sécurité mais aussi celles de ses clients, gérer la situation financièrement pour éviter le pire...Les sources d'inquiétudes et d'angoisses des chefs d'entreprises peuvent être nombreuses.

Alors comment prévenir les risques psychosociaux ? Comment guider ses salariés et les rassurer tout en préservant sa santé mentale ? Comment reprendre confiance en soi ? Comment éviter le burnout ?

J-P. MATZ, psychologue du travail, et B. GALLOUX, médecin du travail, s'associent à la CPME 84 pour aider les chefs d'entreprise à garder le cap et le moral face à cette période brutale et incertaine.

L'occasion également de pouvoir échanger avec des représentants de CAIRE 84, une association dédiée à l'accompagnement moral et matériel des patrons victimes de maladies graves, et du dispositif APESA, qui permet à tout chef d'entreprise qui en éprouve le besoin de bénéficier d'une prise en charge rapide, gratuite et à proximité de son domicile par des psychologues spécialisés dans l'écoute et le traitement de la souffrance morale provoquée par les difficultés financières.

Dans le même sens, le psychologue du travail de l'AIST 84 met en place des séances individuelles pour apporter des conseils aux dirigeants en souffrance et les aider à traverser au mieux la période. L'objectif de ces séances est d'aborder à la fois des difficultés psychologiques et des difficultés liées à l'organisation du travail, au management, au collectif de travail, à la prévention des risques psychosociaux... et de pouvoir bénéficier de l'aide d'autres spécialistes en santé au travail si besoin. Pour plus d'informations : <https://www.aist84.fr/cellule-de-soutien-psychologique/>

## VOUS AVEZ DIT AIST 84 ?

---

Service de Santé au Travail Interentreprises, l'AIST 84 accompagne plus de **8 600 entreprises** soit environ **100 000 salariés**.

Présents autour d'Avignon sur un secteur qui s'étend du nord Vaucluse au nord des Bouches-du-Rhône, ses **125 salariés (médecins, infirmiers, conseillers en prévention, techniciens en hygiène et sécurité, ergonomes, psychologue, toxicologues, ...)** sont répartis sur **11 centres**.

Une implantation géographique qui leur permet d'être au plus près des entreprises et de leurs salariés pour mener à bien leurs **4 missions** :

- Mener des **actions de santé au travail en entreprise**, dans le but de préserver la santé physique et mentale des travailleurs
- **Conseiller les employeurs, les travailleurs et leurs représentants** sur les dispositions et mesures nécessaires afin d'éviter ou de diminuer les risques professionnels et d'améliorer les conditions de travail
- **Assurer la surveillance de l'état de santé des travailleurs**
- Participer au suivi et à la **traçabilité des expositions professionnelles** et à la **veille sanitaire**

## POUR NOUS CONTACTER

---

**Lola JEHLLEN**

Chargée de communication

Tel : 07.71.92.92.72

Mail : [L.jehlen@aist84.fr](mailto:L.jehlen@aist84.fr)

**Yann LE CAM**

Directeur

Tel : 06.25.53.03.47

Mail : [y.lecam@aist84.fr](mailto:y.lecam@aist84.fr)

[WWW.AIST84.FR](http://WWW.AIST84.FR)

