Webinaire

Pour le confort de tous,
merci de couper votre microphone.

Le tchat est à votre disposition
pour interagir pendant le webinaire.



centre de gestion de la fonction publique territoriale
EURE-ET-LOIR

Expertise en ergonomie
Pôle Santé au travail

Prévention de l'usure professionnelle
Quels leviers pour agir ?

Webinaire du 17 novembre 2026

1. **Dans quel contexte se place l'usure professionnelle ?**
2. Usure professionnelle, de quoi parle-ton ?
3. Comment se construit l'usure professionnelle ?
4. Quelles sont les conséquences de l'usure professionnelle ?
5. Quels sont les signaux d'alerte, quels indicateurs regarder ?
6. Quels sont les enjeux pour la collectivité ?
7. Quelles sont mes obligations en tant qu'employeur ?
8. Comment agir pour prévenir l'usure professionnelle ?

Dans quel contexte se place l'usure professionnelle ?

Augmentation de l'âge de **départ à la retraite**

Vieillissement de la population

Difficultés de recrutement dans certains secteurs

Surexposition aux **risques professionnels** dans certains secteurs

Comment permettre aux agents de durer dans leur travail ?

Combien de temps peut-on exercer un métier dans les conditions actuelles ? Mais aussi :

- A quel rythme ?
- Avec quelles contraintes ?
- Avec quelles possibilités de récupération ?
- Avec quelles marges de manœuvre ?
- Avec quelles perspectives d'évolution ?

1. Dans quel contexte se place l'usure professionnelle ?
2. **Usure professionnelle, de quoi parle-ton ?**
3. Comment se construit l'usure professionnelle ?
4. Quelles sont les conséquences de l'usure professionnelle ?
5. Quels sont les signaux d'alerte, quels indicateurs regarder ?
6. Quels sont les enjeux pour la collectivité ?
7. Quelles sont mes obligations en tant qu'employeur ?
8. Comment agir pour prévenir l'usure professionnelle ?

Usure professionnelle, de quoi parle-t-on ?

L'usure professionnelle, ce n'est pas seulement …

- Une maladie professionnelle ;
- Une inaptitude ;
- Des arrêts répétés ;
- Une difficulté individuelle ;
- « un agent qui ne tient plus ».

L'USURE …

TROUVE UNE ORIGINE

- **Le travail et ses caractéristiques**
- **L'organisation du travail**

SE CONSTRUIT DANS LE TEMPS

- **Durée d'exposition**

A DES CONSÉQUENCES

3 types d'usure …

Usure professionnelle, de quoi parle-t-on ?

USURE PROFESSIONNELLE ≠ VIEILLISSEMENT



VIEILLISSEMENT



Évolution physiologique

- Inévitable
- Naturelle
- Diminution des fonctions

Mais … Gains en expérience

USURE PROFESSIONNELLE



Altération de la santé

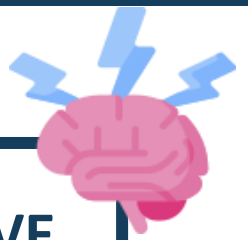
↳ Exposition prolongée à des contraintes de travail

Usure professionnelle, de quoi parle-t-on ?



USURE PHYSIQUE

- Douleurs,
- Lombalgies,
- Troubles musculosquelettiques,
- Migraines, …



USURE COGNITIVE

- Stress intense,
- Charge mentale,
- Difficultés de concentration,
- Troubles de la mémoire, …



USURE PSYCHOLOGIQUE

- Perte d'intérêt,
- Démotivation,
- Désengagement,
- Épuisement professionnel, …

« Psycho-logique »

Usure professionnelle, de quoi parle-t-on ?

Agir sur l'usure professionnelle c'est donc …



USURE PHYSIQUE

USURE COGNITIVE



USURE PSYCHOLOGIQUE



Permettre aux agents de travailler plus longtemps en bonne santé

1. Dans quel contexte se place l'usure professionnelle ?
2. Usure professionnelle, de quoi parle-ton ?
3. **Comment se construit l'usure professionnelle ?**
4. Quelles sont les conséquences de l'usure professionnelle ?
5. Quels sont les signaux d'alerte, quels indicateurs regarder ?
6. Quels sont les enjeux pour la collectivité ?
7. Quelles sont mes obligations en tant qu'employeur ?
8. Comment agir pour prévenir l'usure professionnelle ?


1
Des contraintes du travail
• Charge de travail importante
• Contraintes physiques et environnementales
• Contraintes temporelles
• Exigences du métier
Le travail demande des efforts, parfois au-delà des ressources disponibles.
2
Des adaptations et des stratégies
• Faire des efforts
• Modifier ses façons de faire
• Compromis sur la qualité
• Recours aux collègues ou à l'entourage
Ces adaptations permettent de tenir sur le moment, mais elles ont un coût.
3
Une fatigue qui s'installe
• Fatigue physique
• Fatigue mentale
• Stress
• Diminution de la récupération
Le corps et l'esprit s'épuisent, même si l'alerte n'est pas toujours visible.
4
Une accumulation dans le temps
• Répétition des efforts
• Peu de pauses ou de récupération
• Des périodes de plus en plus difficiles
L'usure se construit progressivement, souvent sans rupture brutale.
5
Une réduction des marges de manœuvre
• Moins de motivation
• Perte de confiance
• Sensation de ne plus avoir le choix
• Isolement
L'agent dispose de moins de ressources pour faire face aux contraintes.
6
Des difficultés de santé et/ou de maintien en emploi
• Troubles de santé
• Restrictions médicales
• Arrêt de travail
• Inaptitude
• Désengagement
• Départ
L'usure peut conduire à une rupture du parcours professionnel, ou à une inaptitude.
Des facteurs qui interviennent à chaque étape
Âge et parcours professionnel
Organisation du travail
Relations et collectif
Environnement et moyens
Événements de vie (personnelle et pro.)
Évolutions du métier et des missions

1. Dans quel contexte se place l'usure professionnelle ?
2. Usure professionnelle, de quoi parle-ton ?
3. Comment se construit l'usure professionnelle ?
4. **Quelles sont les conséquences de l'usure professionnelle ?**
5. Quels sont les signaux d'alerte, quels indicateurs regarder ?
6. Quels sont les enjeux pour la collectivité ?
7. Quelles sont mes obligations en tant qu'employeur ?
8. Comment agir pour prévenir l'usure professionnelle ?

Quelles sont les conséquences de l'usure professionnelle ?



- ❑ Augmentation et aggravation des problèmes de santé
- ❑ Difficulté à réaliser correctement leur travail
- ❑ Perte de compétences et dégradation de l'employabilité
- ❑ Perte d'estime de soi et démotivation

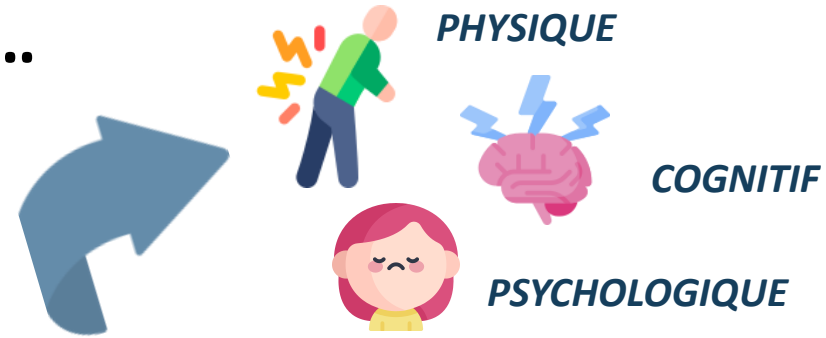


- ❑ Augmentation de l'absentéisme
- ❑ Progression du nombre de personnes en inaptitude au travail
- ❑ Turnover
- ❑ Dégradation du climat social
- ❑ Baisse de la qualité de service
- ❑ Gestion RH croissante

1. Dans quel contexte se place l'usure professionnelle ?
2. Usure professionnelle, de quoi parle-ton ?
3. Comment se construit l'usure professionnelle ?
4. Quelles sont les conséquences de l'usure professionnelle ?
5. **Quels sont les signaux d'alerte, quels indicateurs regarder ?**
6. Quels sont les enjeux pour la collectivité ?
7. Quelles sont mes obligations en tant qu'employeur ?
8. Comment agir pour prévenir l'usure professionnelle ?

Quels sont les signaux d'alerte, quels indicateurs regarder ?

Signaux INDIVIDUELS …



- Fatigue inhabituelle
- Plaintes récurrentes
- Difficultés à récupérer
- Restrictions / aménagements successifs
- Perte de motivation
- Irritabilité / tensions
- …

Mais aussi COLLECTIFS …

Un signal n'est pas une preuve : c'est une invitation à regarder le travail.



Quels sont les signaux d'alerte, quels indicateurs regarder ?

RH



- absentéisme ;
- turnover ;
- départs ;
- difficultés de recrutement ;
- demandes de mobilité.

Santé – Prévention



- accidents ;
- maladies professionnelles ;
- restrictions ;
- aménagements ;
- inaptitudes.

Travail



- heures supplémentaires ;
- retards ;
- surcharge ;
- difficultés à assurer certaines missions ;
- incidents ;
- réclamations.

Rapports sociaux



- tensions ;
- conflits ;
- plaintes ;
- isolement ;
- désengagement.

1. Dans quel contexte se place l'usure professionnelle ?
2. Usure professionnelle, de quoi parle-ton ?
3. Comment se construit l'usure professionnelle ?
4. Quelles sont les conséquences de l'usure professionnelle ?
5. Quels sont les signaux d'alerte, quels indicateurs regarder ?
6. **Quels sont les enjeux pour la collectivité ?**
7. Quelles sont mes obligations en tant qu'employeur ?
8. Comment agir pour prévenir l'usure professionnelle ?

Quels sont les enjeux pour la collectivité ?

Humain & Santé	Préserver la santé physique et psychologique, prévenir la dégradation des situations, favoriser le maintien en emploi et des parcours professionnels durables. Prendre en compte les effets du vieillissement et des parcours professionnels longs ; protéger les agents face aux nouvelles expositions climatiques.
Organisation & Conditions de travail	Adapter le travail aux évolutions des métiers, agir sur les contraintes, la charge, les moyens et les marges de manœuvre. anticiper les effets de l'intelligence artificielle et de la numérisation ; accompagner les transformations du travail ; adapter les conditions de travail aux épisodes de chaleur et aux événements climatiques.
RH & Compétences	Fidéliser les agents, préserver les compétences et l'expérience, anticiper les fins de carrière, les mobilités et les difficultés de recrutement.
Économique & Financier	Limiter les coûts liés aux absences, accidents de travail, maladies professionnelles, remplacements, désorganisations, recrutements, reclassements et pertes de compétences.
Service public	Préserver la continuité et la qualité du service, maintenir les compétences nécessaires et la capacité des équipes à assurer leurs missions. Adapter les services aux évolutions technologiques, environnementales et aux besoins des usagers.

Quels sont les enjeux pour la collectivité ?

L'INTELLIGENCE ARTIFICIELLE ET LES TRANSFORMATIONS NUMÉRIQUES

- Évolution et transformation des métiers ;
- Automatisation de certaines tâches et nouvelles activités ;
- Évolution des compétences et nécessité de s'adapter ;
- Risques de perte d'autonomie, de contrôle ou de sens du travail ;
- Intensification du travail, nouvelles sollicitations et risques psychosociaux potentiels.

LE CHANGEMENT CLIMATIQUE ET SES EFFETS SUR LE TRAVAIL

- Exposition accrue aux fortes chaleurs et aux événements climatiques ;
- Fatigue physique et mentale accrue ;
- Contraintes supplémentaires pour les métiers extérieurs et certains métiers exercés en intérieur ;
- Adaptation des horaires, des équipements et des organisations ;
- Modification des conditions d'intervention et de réalisation des missions.

1. Dans quel contexte se place l'usure professionnelle ?
2. Usure professionnelle, de quoi parle-ton ?
3. Comment se construit l'usure professionnelle ?
4. Quelles sont les conséquences de l'usure professionnelle ?
5. Quels sont les signaux d'alerte, quels indicateurs regarder ?
6. Quels sont les enjeux pour la collectivité ?
7. **Quelles sont mes obligations en tant qu'employeur ?**
8. Comment agir pour prévenir l'usure professionnelle ?

Quelles sont mes obligations en tant qu'employeur ?

VEILLER A LA SECURITE ET A LA PROTECTION DE LA SANTE DES AGENTS

Article 2-1 du Décret n°85-603 relatif à l'hygiène et à la sécurité du travail ainsi qu'à la médecine professionnelle et préventive dans la fonction publique territoriale

EVALUER LES RISQUES PROFESSIONNELS ET METTRE EN PLACE DES ACTION DE PREVENTION ET MESURES ADAPTEES

Article L4121-1 à 3 du code du travail

1. Dans quel contexte se place l'usure professionnelle ?
2. Usure professionnelle, de quoi parle-ton ?
3. Comment se construit l'usure professionnelle ?
4. Quelles sont les conséquences de l'usure professionnelle ?
5. Quels sont les signaux d'alerte, quels indicateurs regarder ?
6. Quels sont les enjeux pour la collectivité ?
7. Quelles sont mes obligations en tant qu'employeur ?
8. **Comment agir pour prévenir l'usure professionnelle ?**

Liens utiles : https://www.anact.fr/kit-lusure-professionnelle-comment-agir-pour-leviter
https://www.cnracl.retraites.fr/employeur/prevention-risques-professionnels/risques/usure-et-desinsertion-professionnelles/lusure-professionnelle

Comment agir pour prévenir l'usure professionnelle ?

Changer de regard : de l'individuel au collectif

Ne pas agir uniquement sur les conséquences, mais aussi sur les causes

Réponse centrée sur l'individu	Action sur le travail
Accompagner l'agent	Adapter l'organisation
Aménager le poste	Améliorer les conditions de travail
Former l'agent	Faire évoluer les pratiques
Envisager une mobilité	Anticiper les parcours professionnels
Gérer les restrictions	Réduire les facteurs d'exposition

Les réponses individuelles sont parfois nécessaires, mais elles ne remplacent pas la prévention collective.

Comment agir pour prévenir l'usure professionnelle ?

Agir à différents niveaux

Prévenir l'usure : plusieurs leviers complémentaires

1. L'INDIVIDU
Accompagnement, formation, suivi, adaptation du parcours professionnel.
2. LE POSTE DE TRAVAIL
Matériel, équipements, aménagement des espaces, outils, ergonomie.
3. LE COLLECTIF
Coopération, répartition des tâches, entraide, échanges sur le travail.
4. L'ORGANISATION
Charge de travail, horaires, effectifs, priorités, management, organisation des missions.

Comment agir pour prévenir l'usure professionnelle ?

Exemples d'actions dans les collectivités

Leviers de prévention selon les métiers



Petite enfance / médico-social
- Adapter les gestes et les postures.
- Réguler la charge émotionnelle.
- Prévoir des temps de récupération.
- Soutenir les collectifs de travail.



Espaces verts / voirie
- Adapter les équipements et outils.
- Organiser les rotations de tâches.
- Anticiper les contraintes climatiques.
- Adapter les moyens aux missions.



Services administratifs / accueil
- Réguler les sollicitations et interruptions.
- Adapter les espaces et les outils.
- Clarifier les priorités.
- Prévenir les situations de tension avec les usagers.

Comment agir pour prévenir l'usure professionnelle ?

Anticiper les parcours professionnels

Prévenir l'usure, c'est aussi penser les parcours dans la durée

Identifier les métiers et activités exposés.
Repérer les contraintes qui s'accumulent au fil des années.
Anticiper les évolutions des capacités et des situations individuelles.
Développer les compétences et les possibilités d'évolution.
Favoriser les mobilités choisies et les reconversions.
Organiser la transmission des savoir-faire.

Ne pas attendre qu'un agent ne puisse plus exercer son métier pour réfléchir à son parcours.

Comment agir pour prévenir l'usure professionnelle ?

Structurer sa démarche de prévention



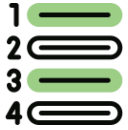
REPÉRER

Identifier les signaux, les métiers et les situations à risque



ANALYSER

Comprendre les contraintes, les ressources et le travail réel



PRIORISER

Définir les situations nécessitant une action



AGIR

Construire et mettre en œuvre des solutions avec les agents



ÉVALUER

Vérifier les effets et ajuster les actions

Comment agir pour prévenir l'usure professionnelle ?

Mobiliser les bons acteurs

Prévenir l'usure : une démarche partagée

Acteurs	Contribution
Élus / Direction	Impulsion, arbitrages et moyens
RH	Parcours, mobilité et maintien en emploi
Encadrement	Repérage et régulation du travail
Agents	Expression et connaissance du travail réel
Prévention / santé au travail	Conseil, accompagnement et suivi
Ergonome / Psychologue	Analyse des situations et accompagnement des transformations

Comment agir pour prévenir l'usure professionnelle ?

Et concrètement, par quoi commencer ?

Trois questions pour engager une réflexion dans votre collectivité :

1. Où observons-nous des signes d'usure ?
Quels métiers, quels services, quelles situations ?
2. Qu'est-ce qui, dans le travail, peut contribuer à ces difficultés ?
Quelles contraintes ? Quelles ressources ? Quelles marges de manœuvre ?
3. Sur quoi pouvons-nous agir ?
Quelles améliorations possibles à court, moyen et long terme ?

Ne pas attendre les situations d'inaptitude pour agir sur les conditions de travail.

Comment agir pour prévenir l'usure professionnelle ?

Les trois messages à retenir

Prévenir l'usure professionnelle, c'est …

REPÉRER TÔT
Ne pas attendre que les difficultés deviennent visibles ou irréversibles.

COMPRENDRE LE TRAVAIL
Aller au-delà de la situation individuelle pour identifier les facteurs d'usure.

AGIR DURABLEMENT
Adapter les conditions et l'organisation du travail.

➔ Permettre aux agents de durer dans leur travail, et aux collectivités de préserver leurs missions.

Pôle santé au travail

4 services à votre disposition

- Ergonomie
- Maintien dans l'emploi Handicap
- Prévention des risques professionnels
- Psychologie du travail

18 prestations pour les collectivités affiliées et non-affiliées d'Eure-et-Loir

Ergonomie	*Étude de poste* *Amélioration des conditions de travail* *Sensibilisation*	02 19 16 00 56 ergonome@cdg28.fr
Maintien dans l'emploi Handicap	*Conseil - expertise* *Accompagnement personnalisé* *Sensibilisation* …	02 37 91 50 06 handicap@cdg28.fr
Prévention des risques professionnels	*Document Unique d'Évaluation des Risques* *Intervention ACFI* *Sensibilisation*	02 37 91 55 08 conseil.prevention@cdg28.fr
Psychologie du travail	*Accompagnements individuels / collectifs* *Diagnostic RPS* *Accompagnement managérial* …	02 37 91 43 44 psychologue@cdg28.fr

cdg28.fr

Questionnaire de satisfaction

Des questions ?

Écrivez-les dans le « chat »