

## RISQUE LIÉ À LA CHARGE MENTALE



©Istockphoto

### De quoi s'agit-il ?

**La charge mentale correspond aux conséquences des exigences de travail sur le salarié.**

**Par exemple : les efforts de concentration, de compréhension, d'adaptation.**

La charge mentale peut générer du stress (voir fiche risque lié au stress).

### Quels sont les métiers exposés ?

| Exposition élevée  | Exposition moyenne  |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Technicien structure</li> <li>▪ Rigger</li> <li>▪ Artificier</li> <li>▪ Régisseur spectacle vivant</li> <li>▪ Monteur</li> <li>▪ Metteur en scène</li> <li>▪ Réalisateur</li> <li>▪ Scripte</li> <li>▪ Animateur</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Constructeur décors</li> <li>▪ Machiniste spectacle vivant</li> <li>▪ Technicien lumière</li> <li>▪ Machiniste prise de vues</li> <li>▪ Electricien</li> <li>▪ Cadreur</li> <li>▪ Technicien son</li> <li>▪ Perchiste/Perchman</li> <li>▪ Chauffeur</li> <li>▪ Costumier</li> <li>▪ Décorateur</li> <li>▪ Maquilleur</li> <li>▪ Coiffeur</li> <li>▪ Opérateur régie vidéo</li> </ul> |

### Que dit la réglementation ?

Voici quelques références au Code du travail, vous pouvez le retrouver sur [www.legifrance.gouv.fr](http://www.legifrance.gouv.fr)

- **Protection de la santé mentale des salariés** : articles L. 4121-1 à 3 et R. 4121-1 à 4 du code du Travail

L'employeur prend les mesures pour assurer la sécurité et protéger la santé physique et mentale de ses salariés.

- **Politique européenne de prévention** : accord européen du 8 octobre 2004
- **Reconnaissance nationale du stress au travail** : accord national interprofessionnel du 2 juillet 2008 étendu par arrêté du 23 avril 2009.

| <b>Situations dangereuses : quand les salariés sont-ils exposés à ce risque ?</b>   | <b>Mesures de prévention : Comment prévenir ce risque ?</b>  |
|---|--|
| <b><u>Thèmes transversaux :</u></b>   |  |
| <b>Co-activité</b> : absence de coordination entre les différentes entreprises présentes, entre les différents corps de métiers, absence de plan de prévention, absence de communication.   | <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Préalablement à l'inspection commune, chaque entreprise détermine les activités pouvant générer des risques,</li> <li>▪ Établir un plan de prévention et communiquer les informations à l'ensemble des intervenants,</li> <li>▪ Élaborer les procédures et consignes adaptées,</li> <li>▪ Assurer un suivi des travaux.</li> </ul>  |
| <b>Organisation du travail</b> : contrainte de temps, travail en urgence, précipitation, travail de nuit, vigilance et concentration accrue, absence de marge de manœuvre, absence ou surplus de consignes, écart entre le travail prescrit et le travail réel. | <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Organiser la formation professionnelle,</li> <li>▪ Organiser l'accueil aux postes de travail,</li> <li>▪ Mettre en place des moyens de communication.</li> </ul>  |
| <b>Environnement</b> : bruit, éclairage, ambiance climatique, méconnaissance des lieux, lieux non adaptés.  | <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Repérer les lieux avec les salariés,</li> <li>▪ Former et informer les travailleurs.</li> </ul>   |
| <b>Équipement de travail et de protection</b> : machine, moyen non adapté ou absent.  | <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Fournir un équipement adapté et en bon état.</li> </ul>   |
| <b>Information, formation du personnel</b> : absence, lacunaire.  | <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Former et sensibiliser les salariés aux risques auxquels ils peuvent être exposés.</li> </ul>   |
| <b><u>Thèmes spécifiques :</u></b>  |  |
| <b>Tâche</b> : multiplicité des tâches, interruptions fréquentes, répétitivité, rythme de travail.  | <p><b>Organisationnels :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Organiser la formation professionnelle,</li> <li>▪ Organiser l'accueil aux postes de travail,</li> <li>▪ Rédiger les consignes au poste de travail,</li> <li>▪ Instaurer un planning, des échéanciers,</li> <li>▪ Organiser régulièrement des réunions,</li> <li>▪ Définir clairement les rôles et les responsabilités de chacun.</li> </ul> <p><b>Formation, information, sensibilisation :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Formation continue,</li> <li>▪ Former les responsables hiérarchiques au management.</li> </ul> |
| <b>Moyens</b> : objectifs mal ou non définis, hiérarchie déficiente, consignes contradictoires.   |  |

**Pour tout complément d'information ou question relative aux risques liés à charge mentale** n'hésitez pas à contacter votre médecin du travail ou la Conseillère en Prévention des Risques Professionnels du CMB à [intervention@cmb-sante.fr](mailto:intervention@cmb-sante.fr)