

# SANTÉ MENTALE AU TRAVAIL, UNE QUESTION D'ÉCOUTE ET DE PROXIMITÉ

**THIBAUT FLEURY** DIRECTEUR GÉNÉRAL D'EFFICIENCE SANTÉ AU TRAVAIL

**La santé mentale est devenue un sujet central dans le monde professionnel. Rencontre avec Thibaut Fleury, directeur général d'Efficience Santé au travail et président de Kerea, qui partage avec nous sa vision et son expérience.**



## Pourquoi la santé mentale est-elle devenue un enjeu incontournable pour les dirigeants aujourd'hui ?

Parce que les dirigeants eux-mêmes sont concernés. Beaucoup traversent des difficultés de santé mentale, mais peu en parlent. Or, leur état de santé est directement lié à celui de leur entreprise. Un dirigeant équilibré stimule son équipe, un dirigeant fragilisé la freine. Le modèle du « super-héros » qui sacrifie sa vie personnelle pour son entreprise doit être dépassé. Les nouvelles générations aspirent à un rapport plus sain au travail, et c'est aux dirigeants de montrer la voie.

L'enjeu est aussi économique et sociétal : les RPS sont la première cause d'absentéisme en France, pour un coût estimé à 120 milliards d'euros par an. Or, chaque euro investi dans la prévention peut en rapporter jusqu'à treize euros\*. C'est donc à la fois une responsabilité humaine et un choix stratégique pour l'entreprise.

## Par où commencer pour intégrer la santé mentale dans une vraie stratégie de prévention ?

La première étape consiste pour le dirigeant à prendre soin de lui-même : on ne peut accompagner les autres

sans préserver sa propre santé. Ensuite, la formation des managers est essentielle pour détecter les signaux faibles, comprendre l'épuisement ou le mal-être et adopter les bons réflexes d'accompagnement.

Cela passe aussi par une culture d'écoute et de proximité, ce n'est pas toujours une question de budget. Les collaborateurs ont besoin de comprendre le sens de leur travail, de voir que leurs conditions de travail sont adaptées et que leurs préoccupations sont entendues. Enfin, s'appuyer sur des outils concrets – baromètres réguliers, dispositifs d'écoute confidentiels – permet de détecter tôt les fragilités, d'agir en amont et d'éviter de se cantonner au curatif, toujours plus lourd et plus long.

## Comment Efficience et Kerea permettent d'aider les entreprises à passer de l'intention à l'action en matière de santé mentale ?

En tant que Service de Prévention et de Santé au travail, Efficience a pour mission d'agir sur la prévention primaire. Nous accompagnons les entreprises sur l'évaluation des RPS et l'établissement d'un plan d'actions. Nous travaillons activement autour du sujet de la santé mentale au travers de campagnes de

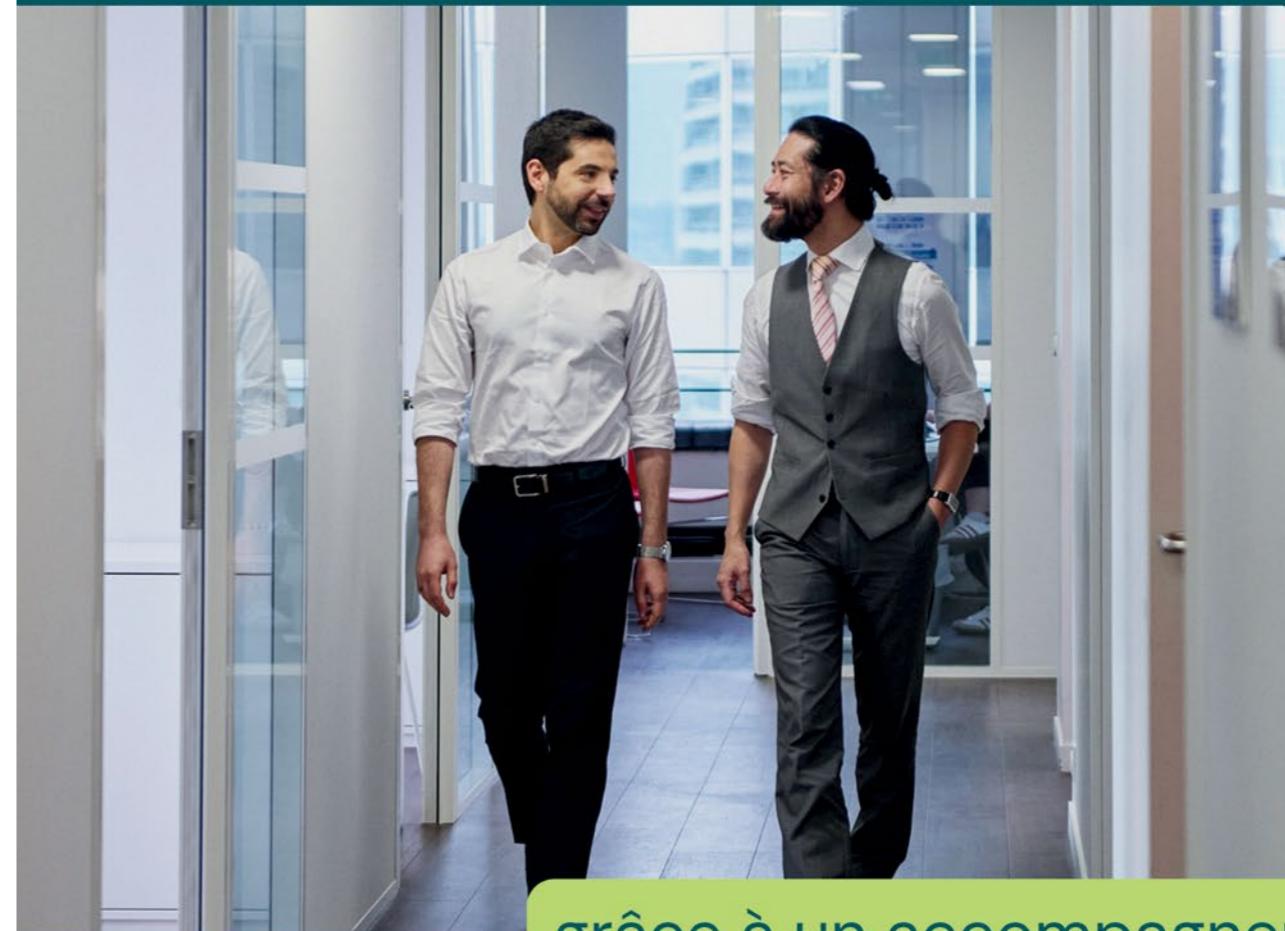
sensibilisation et de kits de communication que les employeurs peuvent déployer auprès de leur équipe. Nous leur mettons à disposition une cellule d'écoute psychologique en partenariat avec Crise-Up et la plateforme Holicare permettant aux salariés d'évaluer leur état de santé mentale et de bénéficier d'un parcours de soin personnalisé si nécessaire ou à l'entreprise de suivre son baromètre Santé mentale.

Notre force tient aussi au contact direct avec les salariés lors des visites médicales et des actions en entreprise, qui nous permettent de repérer les signaux faibles et d'alerter de façon factuelle. Là où Efficience fixe le cadre et accompagne dans une logique mutualisée, Kerea déploie des actions sur mesure adaptées à chaque organisation : audits RPS, formations spécifiques aux managers et aux équipes, médiation, accompagnement psychologique ou social. En combinant ces deux approches, nous permettons aux dirigeants de dépasser la prise de conscience pour passer à l'action, avec des effets concrets sur l'engagement des collaborateurs, l'absentéisme et, in fine, la performance globale de l'entreprise. ♦

PROPOS RECUEILLIS PAR MATTHIEU BINDER

\*Selon l'EU-OISHA

Thomas a retrouvé l'énergie nécessaire pour mener son entreprise au succès



grâce à un accompagnement sur mesure

Efficience | Kerea  
Ensemble, agissons pour la santé au travail

