

Mal-être au travail : que faire ?

Selon la loi, les employeurs ont l'obligation de tout faire pour protéger la santé des salariés (L.4121-1 du Code du travail). Visiblement, de nombreux dirigeants de France Télévisions ne se sentent pas concernés. Mais les tribunaux, eux, ne l'oublient pas. C'est en partie pourquoi l'entreprise perd plus de 20 millions d'euros chaque année dans des litiges juridiques avec ses propres salariés pour différentes raisons : harcèlements moraux, discriminations, oppositions aux avis médicaux, préjudices de santé, etc.

Salariés, pour faire valoir vos droits en matière de santé, la difficulté est de prouver les dommages, surtout lorsque les blessures ne se voient pas, notamment lorsqu'elles sont psychiques.

Pour y remédier, voici une marche à suivre :

- Notez précisément les problèmes, remarques, difficultés que vous recontez : quoi, où, quand et avec qui s'il s'agit de soucis relationnels. Conservez les échanges de mails ou de SMS s'il y en a ;
- Notez leurs conséquences sur votre santé : anxiété, énervement, fatigue, colère, etc ;
- Informez un représentant du personnel, il pourra déjà agir ou vous suivre ;
- Écrivez par mail ce que vous vivez et ressentez à votre chef de service ou à votre RH. Si vous ne vous en sentez pas capable, demandez au représentant du personnel de le faire à votre place. Si vous informez votre manager ou RH à l'oral, écrivez un compte-rendu de cet échange et envoyez-le-lui afin de prouver qu'il est bien au courant de votre situation ;
- Allez voir le médecin du travail, vous pouvez également contacter le psychologue du travail ;
- Allez voir votre médecin traitant et expliquez-lui ce que vous vivez ;
- Si les problèmes perdurent et que votre état s'aggrave (épuisement, pleurs, crise d'angoisse, insomnies, mal de tête, prise de médicaments...) déclarez un accident du travail via un mail à la RH. Le représentant du personnel doit pouvoir vous aider à ce sujet. L'écriture de ce mail donne des éléments qui partiront à la CPAM, il est donc essentiel d'y indiquer les détails nécessaires ;
- Retournez voir votre médecin traitant qui décidera si vous devez être arrêté ou pas. Attention ! Encore trop de médecins ne savent pas qu'un trouble psycho-social peut être déclaré en accident du travail, n'hésitez pas à le lui rappeler si nécessaire. Au moins qu'il le note dans son diagnostic. C'est important pour la reconnaissance de votre accident du travail par la CPAM.

Sachez que la déclaration d'un accident du travail ne peut entrainer aucunes représailles de la part de l'employeur. Si un manager vous dit le contraire, prévenez tout de suite la CGT, elle saura quoi faire. Au contraire, la reconnaissance d'un accident du travail doit normalement pousser l'employeur à accroître son obligation de protection.

En revanche, sachez que la direction conteste très fréquemment auprès de la CPAM les déclarations d'accident du travail pour raisons psychiques. Dans ce cas, la sécurité sociale ouvrira une enquête et enverra un questionnaire aux deux parties. C'est à cette occasion que vous pourrez lui transmettre tous les éléments écrits que vous avez recueillis en amont, voire des écrits de témoins.

Désormais de nombreuses affections psychiques sont reconnues comme accidents du travail. A France Télévisions elles représentent la 3ème cause de sinistralité, après les accidents routiers et les chutes de plain-pied.

Quoi qu'il en soit, ne restez jamais seul avec votre mal-être. La CGT a des représentants du personnel spécialisés sur le sujet qui seront toujours à votre écoute pour vous aider.

Vous pouvez les contacter si besoin sur cette adresse mail : alertesantecgtftv@gmail.com

Paris, le 23 octobre 2026