

SANTÉ DES ARTISANS :

comment se portent-ils ?

Une étude menée par la Chambre de Métiers et de l'Artisanat des Pays de la Loire et Harmonie Mutuelle



85% JUGENT LEUR ÉTAT DE SANTÉ **GLOBALEMENT BON** MAIS ILS DÉCLARENT AVOIR...

UN RYTHME DE TRAVAIL EFFRÉNÉ



46% TRAVAILLENT **+ 50 H** PAR SEMAINE

19% TRAVAILLENT **+ 60 H** PAR SEMAINE

65% S'ACCORDENT - DE 2 JOURS DE REPOS PAR SEMAINE

QUI EMPÎTE SUR L'ÉQUILIBRE DE LEUR QUOTIDIEN...



66% ÉPROUVENT DES DIFFICULTÉS POUR CONCILIER VIE PROFESSIONNELLE ET VIE PERSONNELLE

67% PRENNENT - DE 5 SEMAINES DE CONGÉS PAR AN ET 1/4 - DE 2 SEMAINES PAR AN

79% ESTIMENT NE PAS AVOIR LA POSSIBILITÉ DE S'ARRÊTER SI LEUR MÉDECIN LE LEUR PRESCRIT. **POURQUOI?**

66% TROP D'INCIDENCES FINANCIÈRES

57% N'ONT PAS DE PERSONNEL POUR LES REMPLACER

ENTRAÎNE UN STRESS PERMANENT...

51% ESTIMENT QUE LA PLUPART DE LEURS JOURNÉES DE TRAVAIL SONT **STRESSANTES**

JUSQU'À **79%** POUR LES ENTREPRISES DE +1 SALARIÉ



PRINCIPAUX FACTEURS DE STRESS

40% INCERTITUDE DE L'ACTIVITÉ DE L'ENTREPRISE À COURT TERME

37% SURCHARGE COGNITIVE

50% SANTÉ FINANCIÈRE DE L'ENTREPRISE

L'ORIGINE DU STRESS NUMÉRIQUE PROVIENT POUR

53% DU VOLUME D'INFORMATIONS À GÉRER

37% DES ALERTES DE NOTIFICATIONS

32% DU VOLUME DE MAILS À GÉRER

57% RESSENTENT DU STRESS NUMÉRIQUE DANS LEUR QUOTIDIEN

ET UNE FATIGUE RÉCURRENTÉ...



35% ONT DES DIFFICULTÉS DE SOMMEIL FRÉQUENTES

51% DORMENT MOINS DE 7H PAR NUIT

48% SE SENTENT SOUVENT VOIRE TOUT LE TEMPS FATIGUÉS



LA SOLITUDE DU DIRIGEANT

UN ENJEU DE GESTION ET DE SANTÉ

46% RESSENTENT DE LA SOLITUDE

LES FACTEURS QUI Y CONTRIBUENT

50% PRISE DE DÉCISION ET DE RISQUE

42% CHARGE DE TRAVAIL ÉLEVÉE

31% MANQUE DE RECONNAISSANCE

UN IMPACT SUR LA SANTÉ MENTALE

34% ESTIMENT ÊTRE FORTEMENT OU TRÈS FORTEMENT IMPACTÉS

QUI Pousse À CHERCHER DES SOUTIENS

83% AUPRÈS DES PROCHES

24% AUPRÈS D'UN RÉSEAU

23% AUPRÈS DE PARTENAIRES



REJOINDRE UN RÉSEAU OU UN GROUPE D'ENTREPRENEURS

1/3 PRÈS D'Y PENSE OU L'ON FAIT