

# 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...



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

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

**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