

# Le bien-être mental et la prévention des risques psychosociaux

## Mentaal welzijn en de preventie van psychosociale risico's

Veronique Crutzen, Conseillère générale DG Humanisation du travail SPF Emploi



# 4 Ministres – 4 Ministers



Pierre-Yves Dermagne,  
Ministre du Travail

Frank Vandebroucke,  
Ministre de la Santé  
publique et des Affaires  
sociales

Petra De Sutter,  
Ministre de la Fonction  
publique

David Clarinval,  
Ministre des Classes  
moyennes, des  
Indépendants et des  
PME

Plan d'action fédéral  
pour la prévention du  
stress au travail |  
News.belgium

Federaal actieplan:  
mentale veerkracht op  
het werk |  
News.belgium



SERVICE PUBLIC FEDERAL  
Emploi, Travail et  
Concertation sociale





# Phase 1 – Fase 1



## Campagne sur le bien-être mental au travail

[www.rendezvousavecvousmeme.be](http://www.rendezvousavecvousmeme.be)

[www.rendezvousavecvoscollaborateurs.be](http://www.rendezvousavecvoscollaborateurs.be)

## Campagne mentaal welzijn op het werk

[www.afspraakmetjezelf.be](http://www.afspraakmetjezelf.be)

[www.afspraakmetjemedewerkers.be](http://www.afspraakmetjemedewerkers.be)

-> SPF Sécurité sociale et SPF Emploi

-> FOD Sociale Zekerheid en FOD Werk



SERVICE PUBLIC FEDERAL  
Emploi, Travail et  
Concertation sociale



**POUR VOUS-MÊME**

**POUR VOS COLLABORATEURS**

**LA PAUSE OÙ ON CAUSE**

Prévenir

Reconnaître

Se reconstruire

Prévenir les rechutes

Reprise du travail



A qui s'adresser

# JE GÈRE VEUT PARFOIS DIRE LE CONTRAIRE

La succession de crises a accéléré la prise de conscience de l'importance du bien-être mental au travail. Il est en effet fondamental de favoriser le bien-être alors qu'encore trop souvent, les travailleurs sont exposés à des modes de gestion/organisations du travail défavorables. Le nombre de personnes éprouvant du stress chronique, un mal-être en relation avec leur travail ne cesse d'augmenter.

Ce site vous aidera à améliorer votre bien-être au travail et les politiques de prévention à mettre en place dans votre organisation. Vous y trouvez des conseils, des informations et des acteurs, personnes ressources à qui vous adresser.

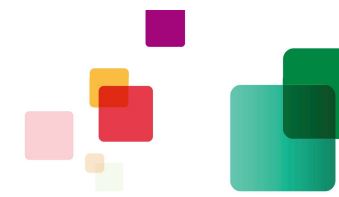


DÉJÀ  
**8340**  
RENDEZ-VOUS

## QUEL RENDEZ- VOUS AVEZ- VOUS DÉJÀ PRIS ?

Signalez-vous à temps si votre emploi du temps est trop chargé ? Ou prenez-vous encore votre pause déjeuner à votre poste de travail ? Choisissez un rendez-vous et prenez-le avec vous-même.

CHOISISSEZ VOTRE RENDEZ-VOUS >





## **COMMENT VOUS SENTEZ-VOUS AU TRAVAIL ?**

Répondez à quelques questions et recevez des conseils.

[FAITES LE TEST >](#)

## **LA PAUSE OÙ ON CAUSE**

Dans cette série de podcasts, nous prenons le temps d'appuyer sur le bouton pause. En collaboration avec des experts, des personnalités belges et des employeurs, nous nous penchons sur l'importance du bien-être mental au travail. En trois épisodes, nous discutons de la façon de surveiller et d'améliorer votre bien-être au travail.

[DÉCOUVREZ NOS MINI-PODCASTS >](#)



**JE GÈRE  
VEUT  
PARFOIS  
DIRE LE  
CONTRAIRE**

Trop de pression  
au travail ?  
Signalez-le à temps.

**Prenez aussi rendez-vous  
avec vous-même.**

Parce que votre bien-être au travail est important.  
Commencez dès maintenant sur  
[rendezvousavecvousmeme.be](https://rendezvousavecvousmeme.be)

.be

**DRUK-  
DRUK  
IS NIET ALTIJD  
GOED-  
GOED**

Te hoge  
werkdruk?  
Signaleer het op tijd.

**Maak ook een  
afspraak met jezelf.**

Omdat je welzijn op het werk belangrijk is.  
Start alvast op [afspraakmetjezelf.be](https://afspraakmetjezelf.be)

.be



# Phase 2 – Fase 2

## Appel à projets sectoriels pour les travailleurs (SPF Emploi)

-> 11 secteurs sélectionnés

[Risques psychosociaux \(RPS\) - Bonnes pratiques | Beswic](#)

## Sectorale projectoproep voor werknemers (FOD Werkgelegenheid)

-> 11 geselecteerde sectoren


[Psychosociale risico's \(PSR\) - Goede praktijken | Beswic](#)

Évènement de clôture/slothevent 11/12/2023: [Présentation des résultats des projets sectoriels de prévention des risques psychosociaux au travail - SPF Emploi - Travail et Concertation sociale \(belgique.be\)](#)  
[Voorstelling van de resultaten van de sectorprojecten ter preventie van psychosociale risico's op het werk - slothevent PSR - FOD Werkgelegenheid - Arbeid en Sociaal Overleg \(belgie.be\)](#)




SERVICE PUBLIC FEDERAL  
Emploi, Travail et  
Concertation sociale





## Phase 2 – Fase 2



### **Appel à projets pour les indépendants (SPF Sécurité sociale)**

-> Caisses d'assurance sociale des travailleurs indépendants

[Le bien-être mental au travail chez les indépendants | Service Public Fédéral - Sécurité Sociale \(belgium.be\)](#)

### **Projectoproep voor zelfstandigen (FOD Sociale Zekerheid)**

-> sociale verzekeringsfondsen voor zelfstandigen

[Mentaal welzijn van zelfstandigen op het werk | Federale Overheidsdienst - Sociale Zekerheid \(belgium.be\)](#)



SERVICE PUBLIC FEDERAL  
Emploi, Travail et  
Concertation sociale







## Phase 3 – Fase 3



### Plan d'action avec 13 actions en cours:

- **Le gouvernement** reconnaît l'énorme importance du bien-être mental au travail et **investit** dès lors spécifiquement dans le bien-être mental des salariés.
- **Publics cibles:** personnes de confiance, conseillers en prévention aspects psychosociaux, médecins du travail, partenaires sociaux, managers, inspecteurs,...



# Aspects réglementaires



- Personne de confiance obligatoire dans les entreprises de 50 et +  
→ processus réglementaire en cours entrée en vigueur fin 2023/début 2024
- Évaluation de la réglementation des RPS
  - [2023 - Projet de recherche ayant pour objet l'évaluation de la législation relative à la prévention des risques psychosociaux au travail \(en cours\) | SPF Emploi, Travail et Concertation sociale \(belgique.be\)](#)
  - résultats fin 2024
- Cadre réglementaire pour la prévention des TMS  
→ En cours, entrée en vigueur en 2024?



# Events, campagnes, outils

- Conférence de haut niveau sur la santé mentale et le travail:
  - Présidence belge du Conseil de l'Union européenne - janvier 2024
- Développement d'outils en cours:
  - OIRA RPS: [OIRA, votre analyse des risques en ligne | Beswic](#)
  - Outils pédagogiques pour les écoles de gestion et les managers sur le terrain
  - Questionnaire d'analyse des RPS
- Campagne RPS: [Se sentir bien au travail : guides et outils - SPF Emploi](#)

# Et si, ensemble, on faisait bouger les choses?

Depuis plus de 25 ans, le SPF Emploi, Travail et Concertation sociale propose des outils de prévention, de sensibilisation et d'analyse des risques psychosociaux au travail à destination des responsables hiérarchiques, des représentants des travailleurs et des spécialistes du bien-être.

DÉCOUVRIR BESWIC



« **SPF Emploi : 25 ans d'expertise  
dans la promotion du bien-être au travail** »



# Les Risques Psychosociaux au Travail

Découvrez notre dépliant (CI)



Alcool et Drogues

Les risques psychosociaux liés au travail recouvrent des risques professionnels qui portent aussi bien atteinte à la santé mentale que physique des travailleurs(euses) et qui ont un impact sur le bon fonctionnement et les performances des entreprises ainsi que sur la sécurité.

Les conséquences de ces risques ont un coût important, tant pour les travailleurs (santé physique et mentale) que pour l'entreprise et la collectivité en général.

Anticiper afin de ne pas subir



GUIDE POUR LA PREVENTION DES RPS

VIDÉO TMS

## Isolement et Télétravail

## À qui s'adressent nos outils ?

À toutes les entreprises, de toutes tailles et de tous secteurs d'activité.  
Plus précisément, nos outils s'adressent :

### Aux représentants des travailleurs

Délégués syndicaux  
Membres des CPPT



### Aux spécialistes du bien-être

Conseillers en prévention,  
Psychologues,  
Médecins,  
Personnes de confiance



### Aux responsables hiérarchiques

Employeurs,  
Managers,  
Gestionnaires de Ressources Humaines,  
Membres CPPT



SERVICE PUBLIC FEDERAL  
Emploi, Travail et  
Concertation sociale

que.be



# Action 3 pour le médecin du travail



### 3. MT

## PRÉSENTATION DU PROJET



Le médecin du travail joue également un rôle très important dans la prévention et la détection des risques psychosociaux. Dans la moitié des consultations, les RPS sont mentionnés par les travailleurs. L'action consiste à créer un groupe de travail avec **l'association professionnelle des médecins du travail** pour déterminer un plan d'action qui vise à mieux faire connaître **le rôle du médecin** du travail et à **améliorer son image** auprès des travailleurs mais aussi des futurs médecins pour **les attirer dans la profession** (une pénurie est annoncée et déjà en cours). Ils sont encore trop souvent confondus avec les médecins contrôles alors qu'ils ont un rôle de prévention au niveau des conditions de travail et de détection des RPS lors des examens médicaux ainsi qu'un rôle fondamental dans le cadre de la réintégration des travailleurs en incapacité de travail (notamment pour l'adaptation du poste de travail,...).



Arbeidsartsen spelen ook een zeer belangrijke rol bij de preventie en opsporing van psychosociale risico's. In de helft van de consultaties worden PSR door werknemers genoemd. Deze actie bestaat uit het oprichten van een werkgroep met de **beroepsvereniging van bedrijfsartsen** om een actieplan op te stellen. Het actieplan heeft enerzijds als doel om de **rol van de arbeidsarts meer bekendheid** te geven en het imago te verbeteren, anderzijds om **toekomstige artsen warm te maken voor het beroep** (er is een tekort voorspeld).

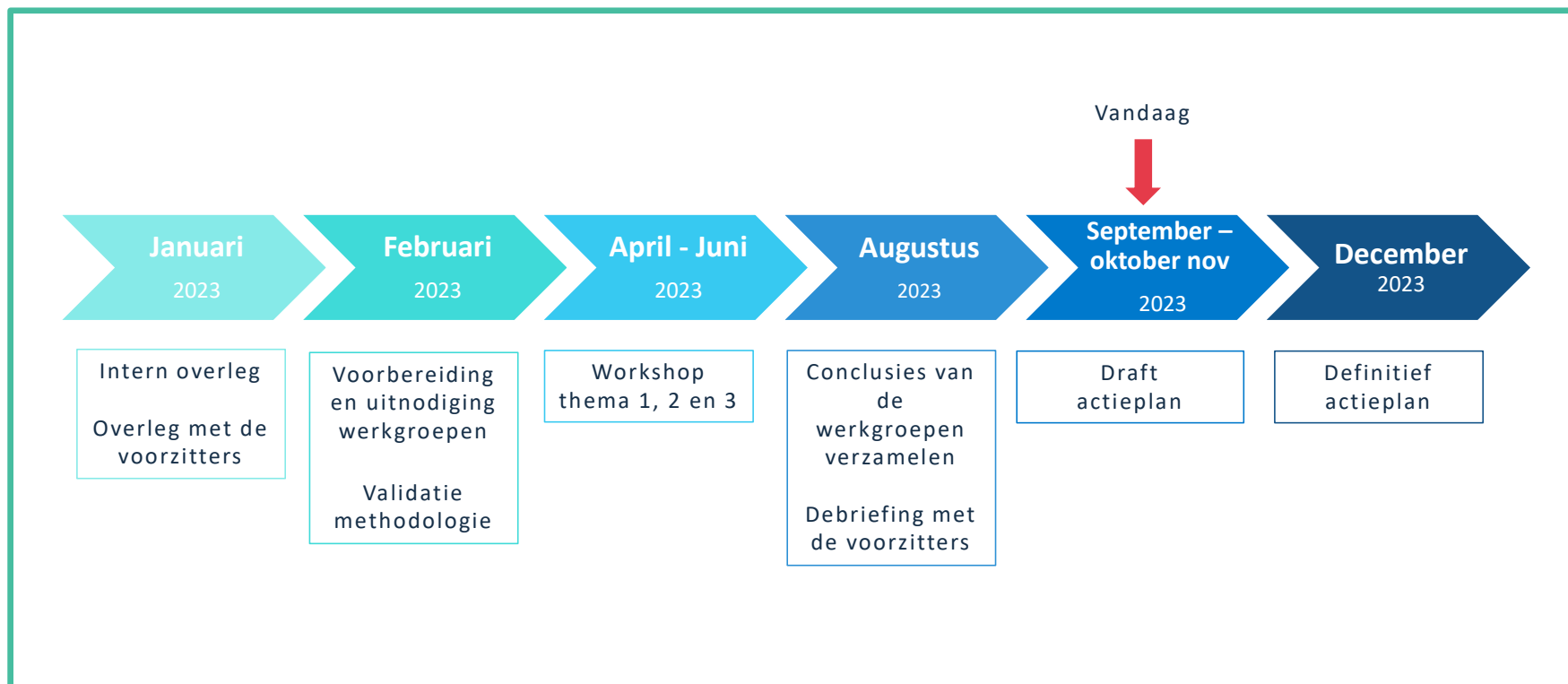
Arbeidsartsen worden nog te vaak verward met controleartsen, ook al hebben ze een preventieve rol op het gebied van arbeidsomstandigheden en de opsporing van RPS tijdens medische onderzoeken, en spelen ze een fundamentele rol bij de re-integratie van arbeidsongeschikte werknemers (met name op het gebied van de aanpassing van werkplekken, enz.)





### 3. AA

### TIJDLIJN



### 3. MT

### STAVAZA

Pour élaborer le plan d'action, plusieurs workshops ont eu lieu avec différentes associations professionnelles (infirmiers du travail, médecins interne et externe), trois thèmes concernant les médecins du travail ont été sélectionnés afin d'alimenter le contenu d'un futur plan d'action :

- [Thème 1](#) : Bien-être mental au travail et multidisciplinarité (28 avril 2023)
- [Thème 2](#) : Sensibiliser au rôle du médecin du travail (17 mai 2023)
- [Thème 3](#) : Attractivité de la profession de médecin du travail et du secteur (15 juin 2023)

A partir de la [synthèse](#) des trois workshops, deux représentants de l'APBMT rédigent une proposition de document. Ce draft sera ensuite discuté en interne (6 septembre).

18 octobre: plan d'action V2

→ Le plan d'action définitif est attendu pour la fin de l'année 2023.

Le plan sera envoyé au Ministre du Travail et au Conseil supérieur pour la prévention et la protection au travail

Om het actieplan op te stellen, werden verschillende workshops gehouden met verschillende beroepsverenigingen (arbeidsverpleegkundigen, interne en externe arbeidsartsen) en werden drie thema's met betrekking tot arbeidsartsen geselecteerd om te gebruiken als input voor de inhoud van een toekomstig actieplan:

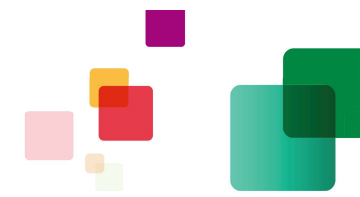
- [Thema 1](#): Mentaal welzijn op het werk en multidisciplinariteit (28 april 2023)
- [Thema 2](#): Bewustmaking van de rol van de arbeidsarts (17 mei 2023)
- [Thema 3](#): Aantrekkelijkheid van het beroep en de sector (15 juni 2023)

Op basis van de [synthese](#) van de drie workshops zullen twee vertegenwoordigers van BBVAG een eerste voorstel voor een actieplan uitwerken. Dit voorstel werd op 6 september intern besproken.

18 oktober: tweede versie actieplan

→ Het definitieve actieplan wordt verwacht aan het einde van 2023.

Het actieplan zal worden verstuurd naar de Minister van Werk en Hoge Raad voor Preventie en Bescherming op het werk.



# Derniers outils du SPF Emploi



SERVICE PUBLIC FEDERAL  
Emploi, Travail et  
Concertation sociale

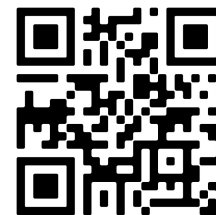


# Checklist retour au travail

L'outil comporte quatre checklists:

1. en amont de l'incapacité de travail: la prévention des risques
2. au moment de l'incapacité de travail: le maintien du contact
3. la réintégration effective
4. la communication entre les acteurs

Questions	😊	😐	😞
Des analyses de risques sont-elles réalisées ? De manière régulière ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Le bien-être au travail est-il une priorité au sein de l'entreprise ? Est-il intégré à la culture d'entreprise ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Les analyses de risques permettent-elles d'identifier des professions, des services plus exposés aux risques ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Les informations recueillies lors des analyses des risques permettent-elles de fixer les priorités en matière de prévention des risques ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



[Checklists Réintégration au travail | Service public fédéral Emploi, Travail et Concertation sociale \(belgique.be\)](https://emploi.belgique.be)

# Checklist Re-integratie op het werk

Vier checklists voor het uitwerken van een re-integratiebeleid op het werk:

1. Voorafgaand aan arbeidsongeschiktheid: risicopreventie
2. Tijdens de arbeidsongeschiktheid: contact onderhouden
3. De effectieve re-integratie
4. De communicatie tussen actoren bevorderen

Vragen	😊	😐	😞
Worden er op regelmatige basis risicoanalyses uitgevoerd?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Is welzijn op het werk een bedrijfsprioriteit? Is het geïntegreerd in de bedrijfscultuur?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kunnen de risicoanalyses aangeven welke functies en diensten er een verhoogd risico hebben?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kan er op basis van de risicoanalyses worden bepaald wat de preventieprioriteiten moeten zijn?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



<https://werk.belgie.be/nl/publicaties/checklists-re-integratie-op-het-werk>

# Questionnaire d'analyse des risques psychosociaux

À l'aide des quatre documents suivants, l'employeur peut procéder à l'évaluation des RPS de manière autonome ou en collaboration avec un CPAP:

1. Le guide de l'utilisateur
2. Le questionnaire pour les travailleurs (PDF interactif)
3. Le modèle Excel pour le traitement des données
4. Le modèle Excel de démonstration



[Analyse des risques psychosociaux liés au travail - Méthode par questionnaire | Service public fédéral Emploi, Travail et Concertation sociale \(belgique.be\)](#)

A quelle fréquence rencontrez-vous ces situations dans votre travail ? (JOB2M1)	Jamais	Rarement	Parfois	Souvent	Toujours
1. votre supérieur hiérarchique direct vous aide et vous soutient.	<input type="radio"/> 1	<input type="radio"/> 2	<input type="radio"/> 3	<input type="radio"/> 4	<input type="radio"/> 5
2. je me sens appréciée par mon supérieur hiérarchique direct.	<input type="radio"/> 1	<input type="radio"/> 2	<input type="radio"/> 3	<input type="radio"/> 4	<input type="radio"/> 5
3. vos collègues vous aident et vous soutiennent.	<input type="radio"/> 1	<input type="radio"/> 2	<input type="radio"/> 3	<input type="radio"/> 4	<input type="radio"/> 5
4. je me sens appréciée par mes collègues.	<input type="radio"/> 1	<input type="radio"/> 2	<input type="radio"/> 3	<input type="radio"/> 4	<input type="radio"/> 5

# Vragenlijstmethode risicoanalyse PSR



Uitvoering van een risicoanalyse psychosociale aspecten aan de hand van 4 materialen:

1. Een gebruikergids
2. Een vragenlijst voor de werknemers (interactieve PDF)
3. Een excel-template voor dataverwerking
4. Een demo excel-template

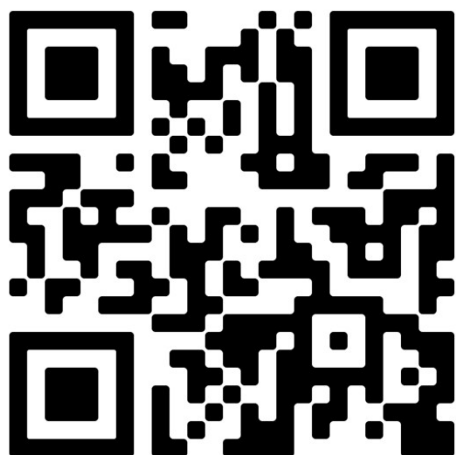


<https://werk.belgie.be/nl/publicaties/analyse-van-werkgerelateerde-psychosociale-risicos-vragenlijstmethode>

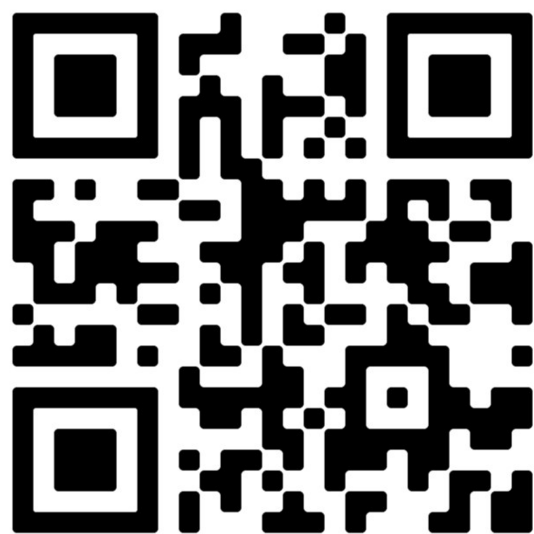
Hoe vaak houdt uw werk in ...? (JOB1M1)	Nooit	Zelden	Soms	Vaak	Altijd
1. dat u weet wat er van u op het werk wordt verwacht.	<input type="radio"/> 1	<input type="radio"/> 2	<input type="radio"/> 3	<input type="radio"/> 4	<input type="radio"/> 5
2. dat u moet werken aan zéér hoog tempo of tegen zéér hoge snelheid.	<input type="radio"/> 1	<input type="radio"/> 2	<input type="radio"/> 3	<input type="radio"/> 4	<input type="radio"/> 5
3. dat u moet werken met strikte deadlines.	<input type="radio"/> 1	<input type="radio"/> 2	<input type="radio"/> 3	<input type="radio"/> 4	<input type="radio"/> 5



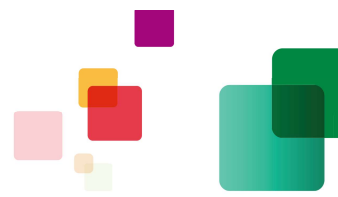




Restez informé.e  
via notre newsletter!



Blijf op de hoogte via  
onze nieuwsbrief!



SERVICE PUBLIC FEDERAL  
Emploi, Travail et  
Concertation sociale

