



BAROMÈTRE SANTÉ AU TRAVAIL 2025

Occurrence pour
AG2R LA MONDIALE

Sommaire

	Méthodologie	3
1.	Profil des répondants	4
2.	Mieux accompagner les salariés en difficulté	7
3.	Maintenir le lien social dans une société où le télétravail se généralise	11
4.	Le statut d'aidant : une réalité encore invisible au travail	18
5.	Protéger le droit à la déconnexion	22
6.	Trouver des réponses durables à la gestion du stress	26
7.	Faire du sport et de la prévention des leviers majeurs de santé au travail	30
8.	Encourager la reconnaissance au travail, facteur relationnel moteur de bien-être et de motivation	34
9.	Envisager de nouveaux critères de réussite	37
10.	Recourir à l'IA pour mieux vivre son travail ?	39

Méthodologie

Echantillon : 2 704 Français actifs

Dates : du 2 au 12 juin 2025

Questionnaire : 42 questions dont 2 ouvertes

Représentativité : L'échantillon a été redressé pour donner son poids réel à la région IDF qui représente 20% de la population active en France (les autres régions représentant chacune 10% de la population active)

Marge d'erreur : +/- 1,9 points pour 2704 répondants

Tris croisés et significativité : Les différences statistiquement significatives sont mises en avant pour faciliter la lecture et la compréhension des traitements :

xx%

xx%

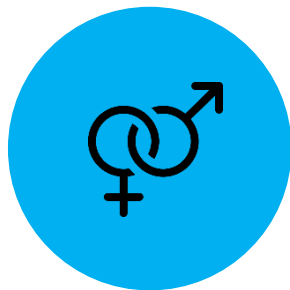


01

Profil des répondants

Profils des répondants 1/2

Base : 2704 répondants



GENRE

Homme : **50%**
Femme : **50%**



ÂGE

Moins de 31 ans : **14%**
Entre 31 et 40 ans : **26%**
Entre 41 et 50 ans : **27%**
51 ans et plus : **34%**



ENFANTS

Non : **27%**
1 ou 2 enfant(s) : **60%**
3 enfants ou plus : **12%**

Profils des répondants 2/2

Base : 2704 répondants



PROFESSION

Cadre ou profession intellectuelle supérieure : **22%**

Profession intermédiaire : **21%**

Employé(e) du secteur privé ou public : **40%**

Ouvrier(ère) qualifié(e) ou non qualifié(e) : **11%**

Artisan, commerçant, chef d'entreprise : **5%**

Agriculteur ou exploitant agricole : **1%**

CSP

CSP + : **48%**

CSP - : **52%**



TAILLE ENTREPRISE

Travailleur indépendant : **7%**

Moins de 10 salariés : **8%**

10 à 49 salariés : **18%**

50 à 249 salariés : **25%**

250 à 4999 salariés : **23%**

5000 salariés ou plus : **19%**



SECTEUR D'ACTIVITÉ

Commerce : **15%**

Enseignement, santé, action sociale et service aux ménages : **18%**

Hébergement et restauration : **4%**

Industrie/BTP : **12%**

Services (aux entreprises ou aux particuliers) : **18%**

Transports : **6%**

Agro-alimentaire : **3%**

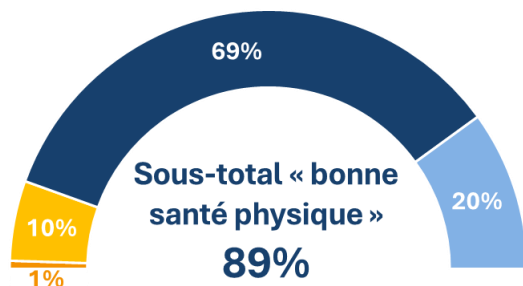
Autres : **25%**

02

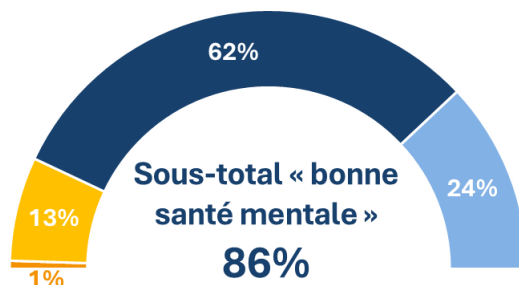
**Mieux accompagner les
salariés en difficulté**

Des actifs globalement en bonne santé. Un impact partagé du travail sur la santé physique et mentale.

Comment évaluez-vous votre santé aujourd'hui ?



■ Très mauvaise ■ Plutôt mauvaise
■ Plutôt bonne ■ Très bonne



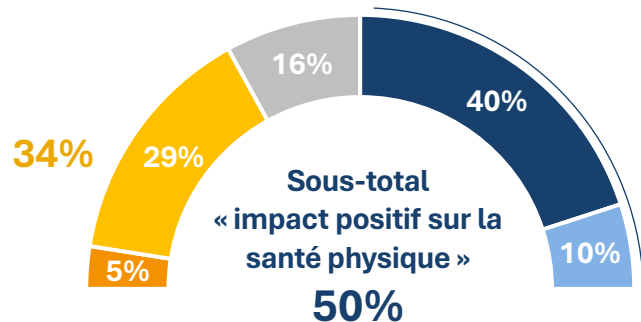
■ Très mauvaise ■ Plutôt mauvaise
■ Plutôt bonne ■ Très bonne

Environ **9/10**

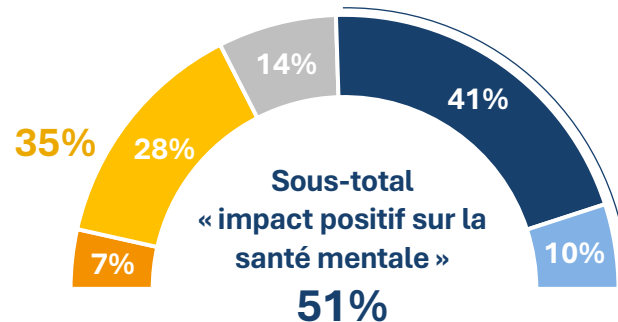
C'est la part d'actifs qui s'estiment en bonne santé physique et mentale

A noter : une part importante de « oui plutôt »

Pensez-vous que votre travail a un impact sur votre santé ?



■ Très Négatif ■ Plutôt négatif
■ Plutôt positif ■ Très positif
■ Aucun impact



■ Très Négatif ■ Plutôt négatif
■ Plutôt positif ■ Très positif
■ Aucun impact

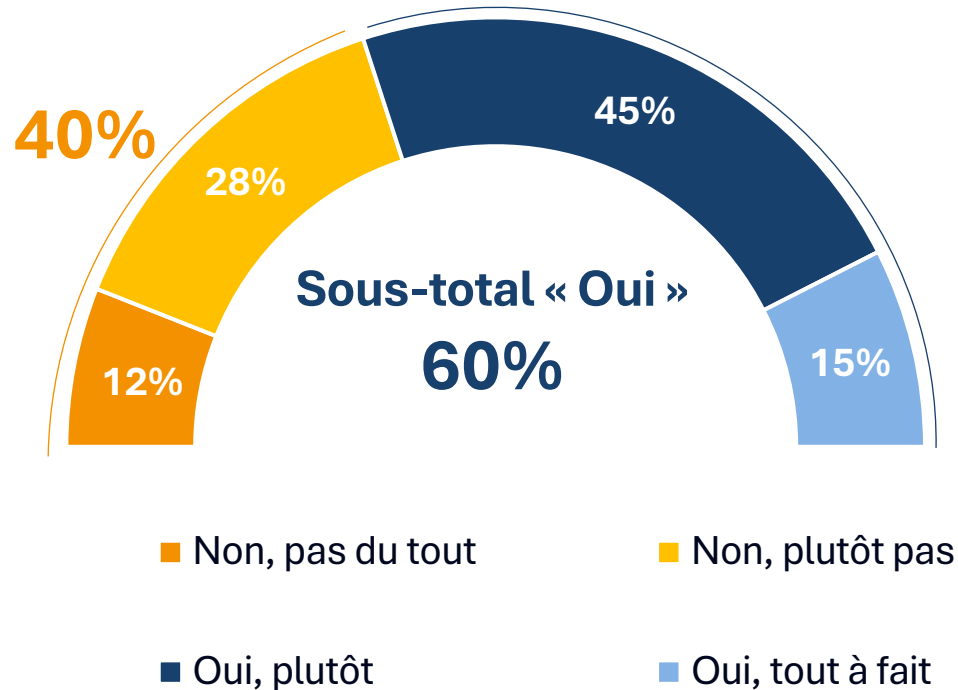
1/2 déclarent que le travail a un **impact positif** sur leur santé à la fois physique et mentale

1/3 estiment que le travail **pèse négativement** sur leur santé (physique ou mentale)

Près des 2/3 des Français actifs se sentent reconnus à leur juste valeur dans leurs organisations

Vous sentez-vous reconnu à votre juste valeur par votre organisation ?

QCU | Base : 2513 répondants



Près d'un actif sur deux se sent « **plutôt** » **reconnu** à sa juste valeur dans son organisation

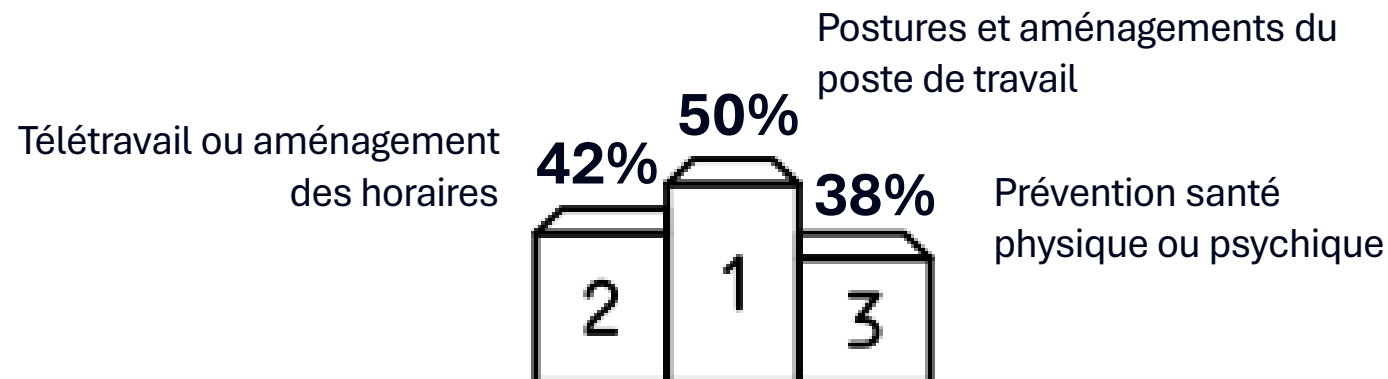
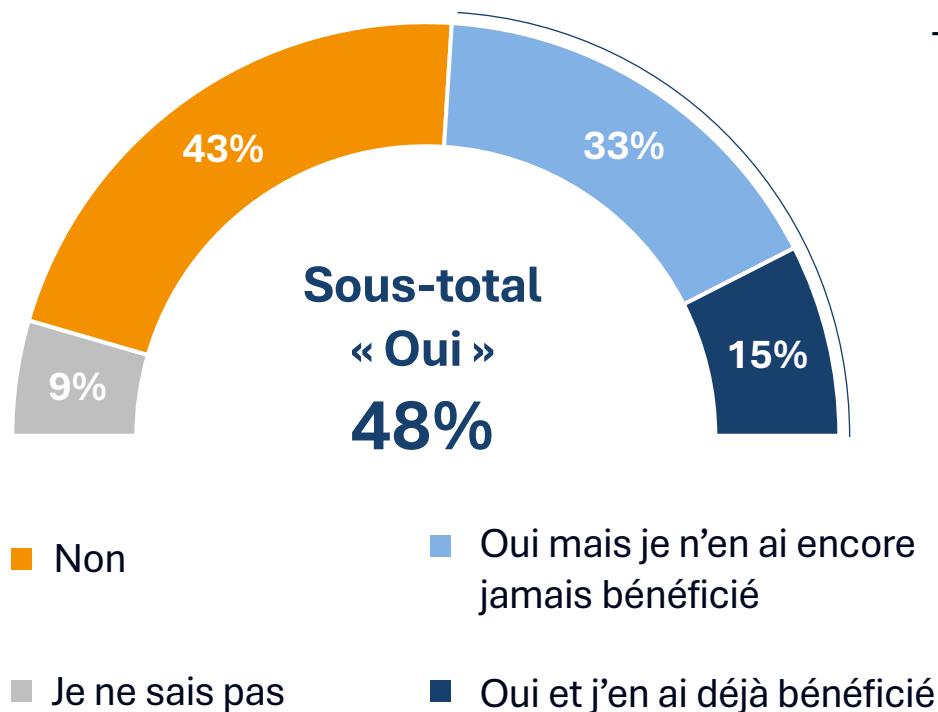
A noter que « **seulement** » **15%** des actifs se **sentent** « **tout à fait** » **reconnus** à leur juste valeur dans leurs organisations

Plus d'un actif sur 10 ne se sent « pas du tout » reconnu à sa juste valeur

Pour un actif sur 2, leur organisation s'implique dans la prévention et l'accompagnement des difficultés de ses salariés

Votre entreprise met-elle en place des actions pour prévenir les problèmes de santé ou accompagner les salariés en difficulté ?

QCU | Base : 2513 répondants



1. Seule **la moitié des actifs salariés déclarent que leur organisation met en place des actions** pour prévenir ou accompagner leurs collaborateurs en cas de difficultés.
2. A noter que « **seulement** » **15% ont déjà bénéficié d'un tel dispositif**. Les dispositifs les plus répandus sont l'aménagement du poste de travail (ergonomie/postures), l'aménagement des horaires (ou télétravail) et des mesures sur les risques physiques ou psychiques.
3. **Moins de 10 % des répondants ignorent** ce que fait ou ne fait pas leur organisation en la matière

03

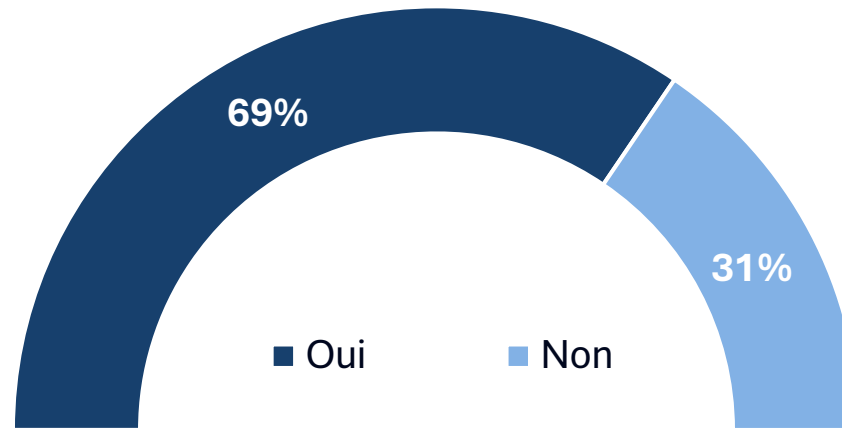
**Maintenir le lien social
dans une société où le
télétravail se généralise**

Télétravail : une organisation réfléchie et organisée en bonne intelligence.

7 télétravailleurs sur 10 ont coconstruit leur télétravail

Avez-vous coconstruit avec votre responsable hiérarchique les modalités de votre télétravail (nombre de jours, choix des jours, flexibilité éventuelle, etc...)

QCU | Base : 1134 répondants

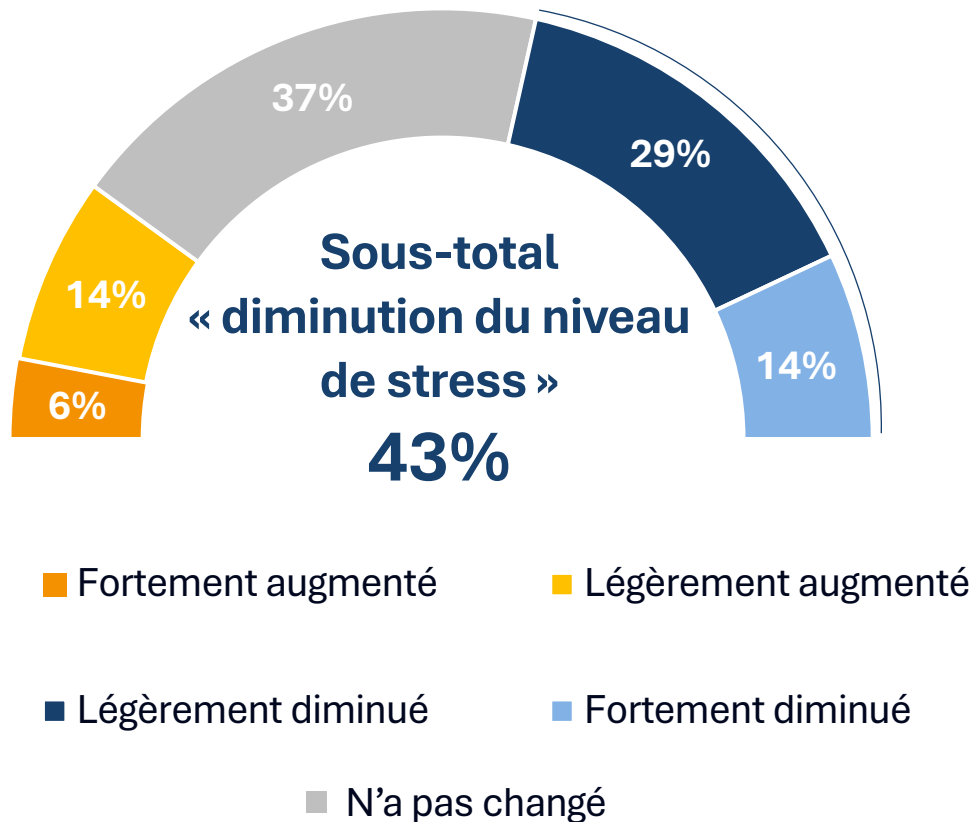


NB : La coconstruction des modalités de télétravail n'a pas d'incidence sur le niveau de stress ressenti

Au global, moins de stress ressenti pour les télétravailleurs (40%), même si la situation s'est aggravée pour une part non négligeable d'entre eux (20%)

Depuis que vous pratiquez le télétravail, diriez-vous que votre niveau de stress au travail a :

QCU | Base : 1134 répondants



Seuls **20%** des télétravailleurs déclarent que leur niveau de stress **a augmenté** depuis la mise en place du télétravail.

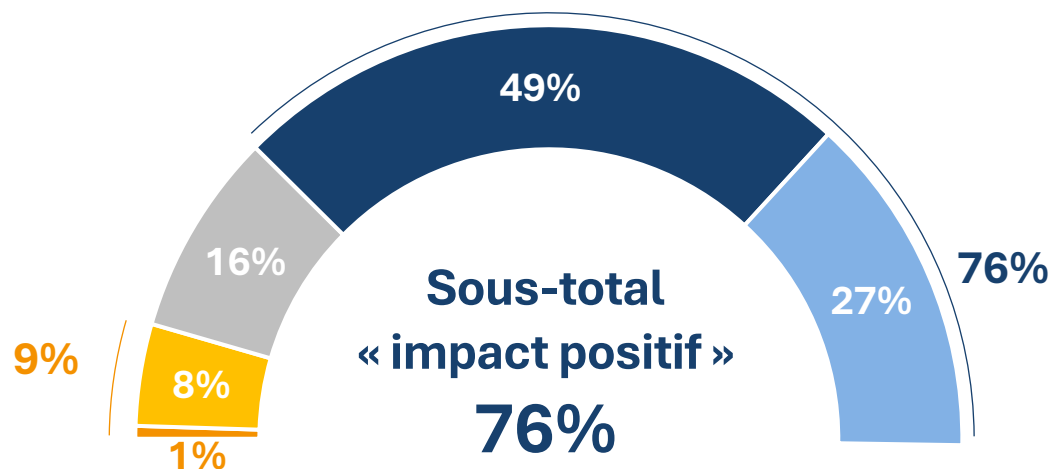
Ils sont plus de **40%** des télétravailleurs à estimer que leur niveau de stress **a diminué** (et environ 1/3 pour qui l'impact du télétravail est nul sur leur niveau de stress)

Un impact (très) positif du télétravail sur la santé mentale

Quel est selon-vous l'impact du télétravail sur la santé mentale

QCU | Base : 2704 répondants

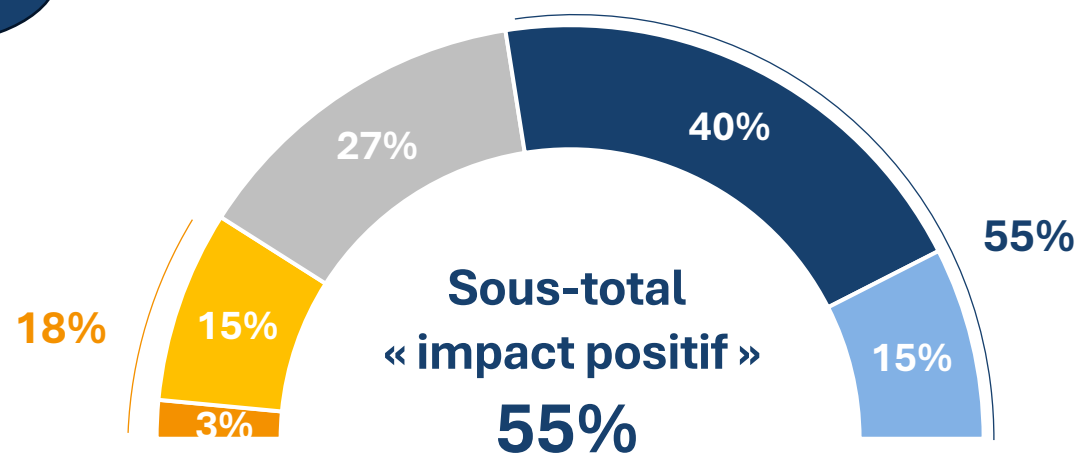
TÉLÉTRAVAILLEURS



■ Très négatif ■ Plutôt négatif
■ Plutôt positif ■ Très positif
■ Aucun impact

$\Delta =$
21pts

NON-TÉLÉTRAVAILLEURS

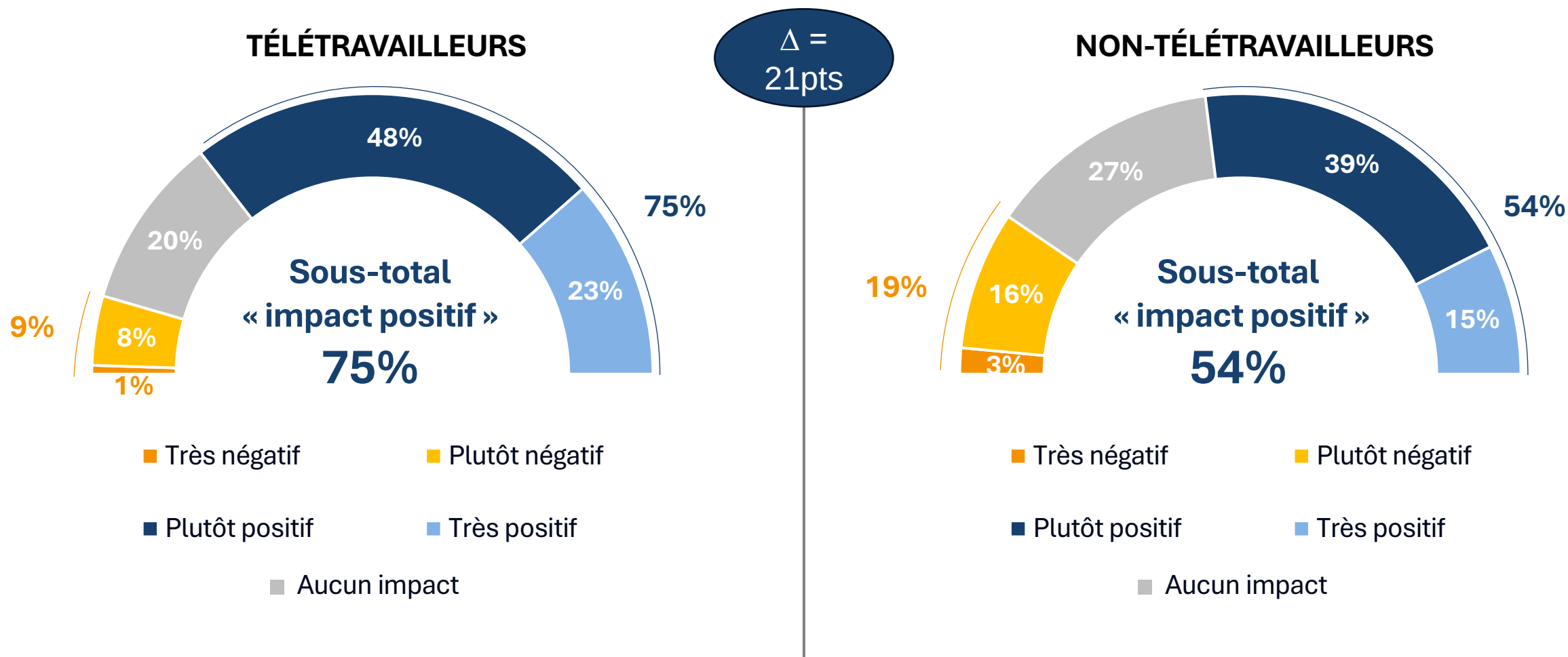


■ Très négatif ■ Plutôt négatif
■ Plutôt positif ■ Très positif
■ Aucun impact

Un regain de santé physique pour les télétravailleurs

Quel est selon-vous l'impact du télétravail sur la santé physique

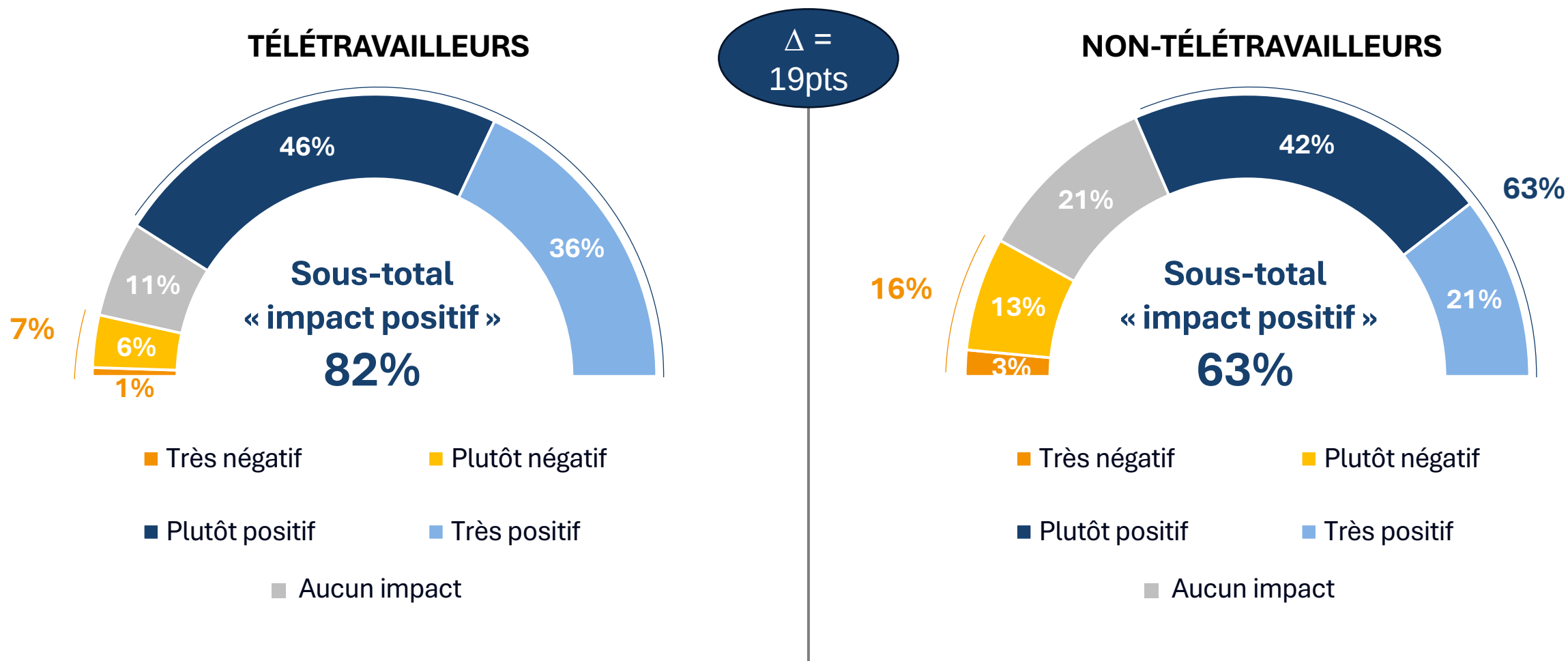
QCU | Base : 2704 répondants



L'équilibre pro/perso, grand gagnant du télétravail

Quel est selon-vous l'impact du télétravail sur l'équilibre vie pro/perso

QCU | Base : 2704 répondants

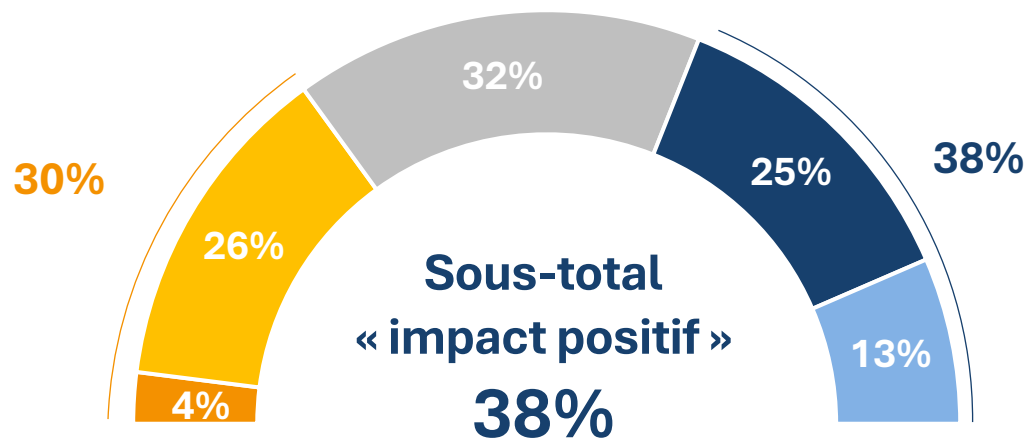


Lien social : un impact clairement interrogé par le télétravail

Impact du télétravail sur le lien social avec les collègues

QCU | Base : 2704 répondants

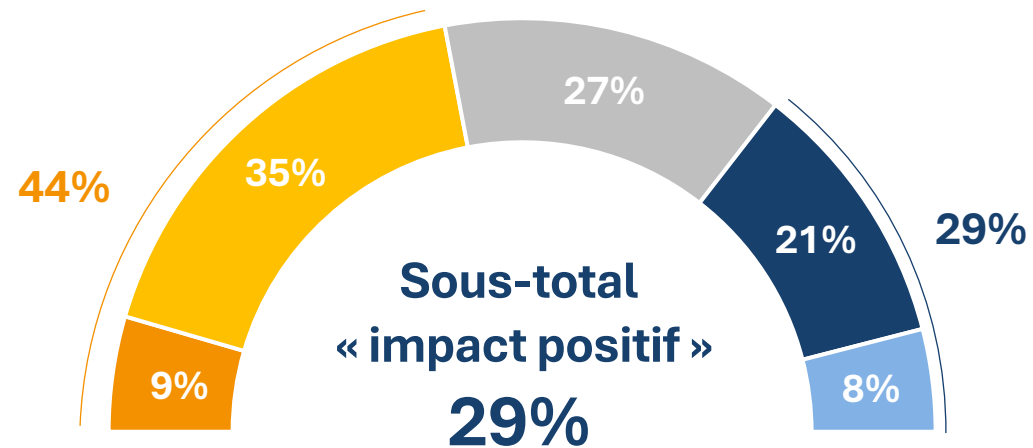
TÉLÉTRAVAILLEURS



■ Très négatif ■ Plutôt négatif
■ Plutôt positif ■ Très positif
■ Aucun impact

$\Delta =$
9pts

NON-TÉLÉTRAVAILLEURS



■ Très négatif ■ Plutôt négatif
■ Plutôt positif ■ Très positif
■ Aucun impact

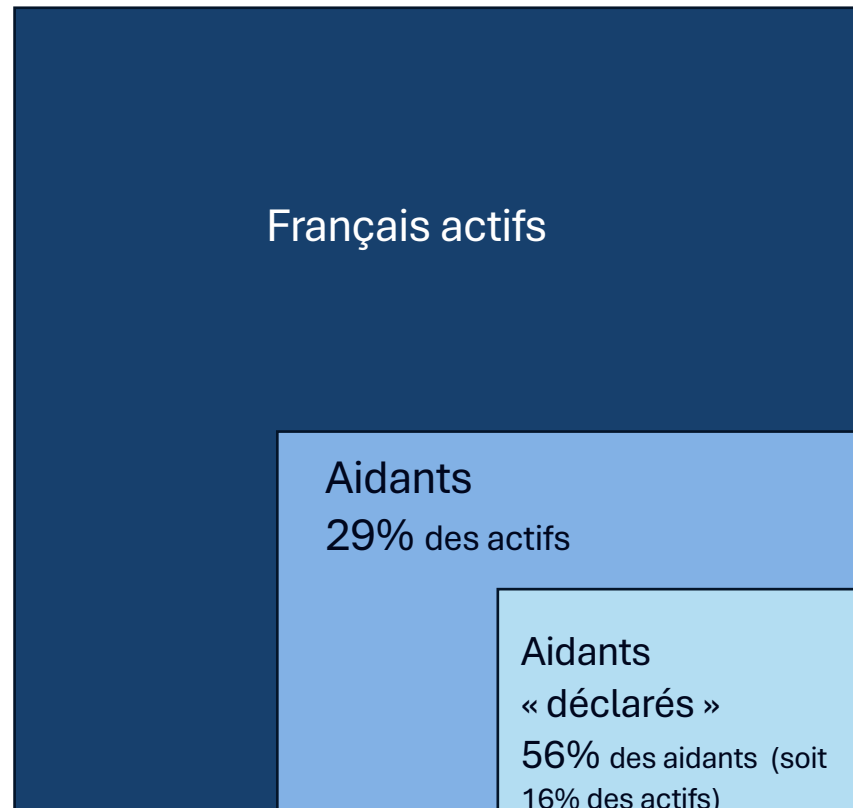
04

Le statut d'aidant : une réalité encore invisible au travail

29% des actifs sont en situation d'aidance, plus de la moitié d'entre eux sont déclarés à leurs employeur

Aujourd'hui, accompagnez-vous régulièrement un proche en situation de dépendance ou de fragilité tout en exerçant votre activité professionnelle ?

QCU | Base : 2704 répondants



Impacts du travail

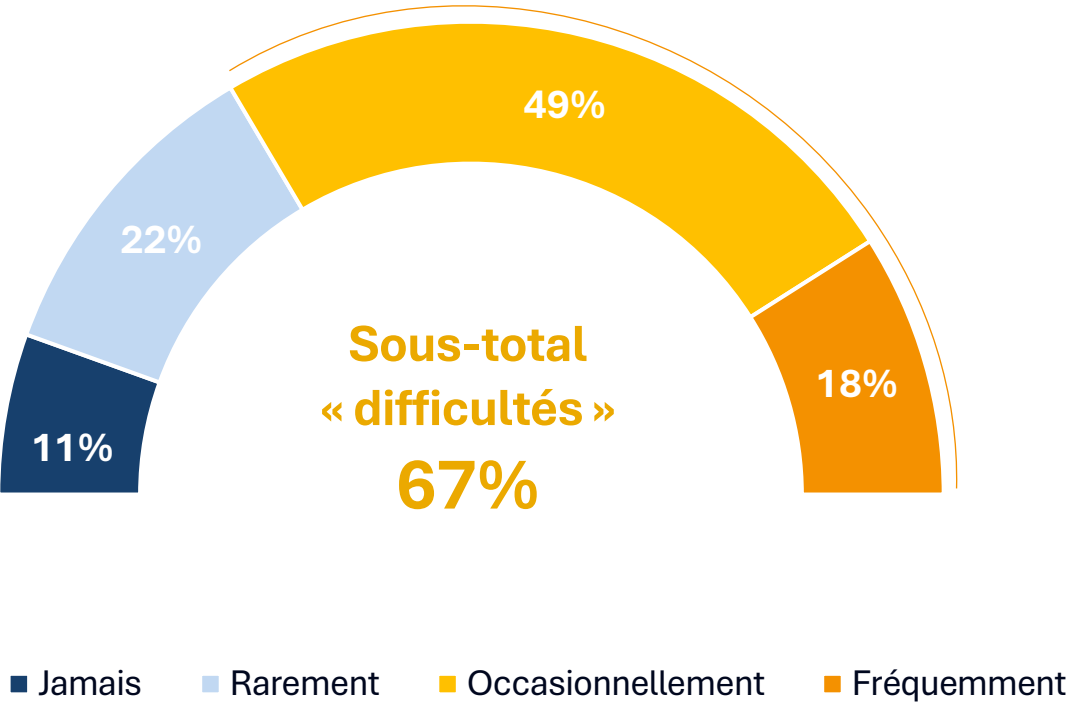
Impact du travail sur santé physique	49%	Impact du travail sur santé mentale	50%
Femmes aidantes avec enfants	57%	Femmes aidantes avec enfants	56%
Reste de la population	48%	Reste de la population	51%
Femmes avec enfants	NS	Femmes avec enfants	NS
Reste de la population	NS	Reste de la population	NS
CSP-	NS	CSP-	50%
CSP+	NS	CSP+	52%
Fait du télétravail	54%	Fait du télétravail	56%
Ne fait pas de télétravail	45%	Ne fait pas de télétravail	47%
Travaille en horaires décalés	57%	Travaille en horaires décalés	56%
Ne travaille pas en horaires décalés	46%	Ne travaille pas en horaires décalés	49%
Managers	58%	Managers	57%
Non-managers	41%	Non-managers	45%
Absentéisme (arrêt LD)	35%	Absentéisme (arrêt LD)	33%
Non absentéisme	50%	Non absentéisme	53%
Aidants	60%	Aidants	58%
Non-aidants	45%	Non-aidants	48%
Connectés en dehors des horaires	56%	Connectés en dehors des horaires	57%
Non connectés en dehors des horaires	42%	Non connectés en dehors des horaires	45%
Font du sport au moins une fois par semaine	53%	Font du sport au moins une fois par semaine	54%
Font moins souvent du sport ou jamais	40%	Font moins souvent du sport ou jamais	43%
Reconnaissance	62%	Reconnaissance	64%
Pas de reconnaissance	29%	Pas de reconnaissance	29%

Managers ++ Horaires décalés ++
Aidants ++ Grandes entreprises --

2/3 des aidants éprouvent des difficultés à concilier travail et situation d'aidant. Environ 6/10 déclarent que leur entreprise propose des dispositifs spécifiques mais seulement 20% d'entre eux en ont déjà profité

Avez-vous déjà ressenti des difficultés à concilier votre travail et votre rôle d'aidant ?

QCU | Base : 782 répondants



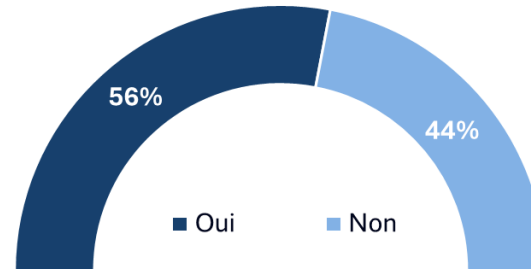
Sont aidants	Aidants déclarés parmi les aidants	
	29%	56%
Femmes aidantes avec enfants	-	-
Reste de la population	-	-
Femmes avec enfants	33%	50%
Reste de la population	27%	60%
CSP-	NS	NS
CSP+	NS	NS
Fait du télétravail	35%	68%
Ne fait pas de télétravail	23%	38%
Travaille en horaires décalés	44%	68%
Ne travaille pas en horaires décalés	23%	46%
Managers	37%	67%
Non-managers	21%	36%
Absentéisme (arrêt LD)	NS	NS
Non absentéisme	NS	NS
Aidants	-	-
Non-aidants	-	-
Connectés en dehors des horaires	37%	65%
Non connectés en dehors des horaires	21%	38%
Font du sport au moins une fois par semaine	NS	59%
Font moins souvent du sport ou jamais	NS	48%
Reconnaissance	31%	67%
Pas de reconnaissance	24%	38%

* Les valeurs affichées en noir présentent des différences non significatives

44% des actifs qui sont en situation d'aide n'ont pas souhaité informer leur employeur de leur situation personnelle

Avez-vous informé votre employeur (que ce soit la personne en charge des RH ou votre responsable hiérarchique) **de votre situation d'aidant ?**

QCU | Base : 782 répondants « aidants »

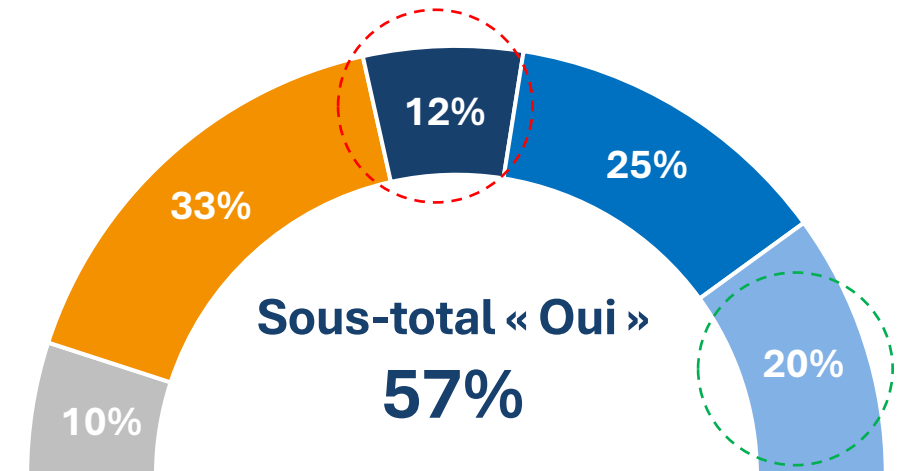


Pourquoi n'avez-vous pas informé votre employeur ?

Vie privée frontière pro-perso	31%
Pas d'impact sur le travail	22%
Crainte de jugement ou de conséquences	17%
Perception d'inutilité d'inefficacité	10%
Manque d'information ou oubli	10%
Statut professionnel indépendant	6%
Autre raison	19%
Sans avis Ne sait pas	7%

Votre organisation propose-t-elle des dispositifs spécifiques pour soutenir les aidants familiaux, et en avez-vous déjà bénéficié ?

QCU | Base : 714 répondants (hors travailleurs indépendants)



- Je ne sais pas
- Non, aucun dispositif n'est proposé
- Oui, mais je n'ai pas osé faire la demande
- Oui, mais je n'en ai pas bénéficié pour le moment
- Oui, et j'en ai déjà bénéficié

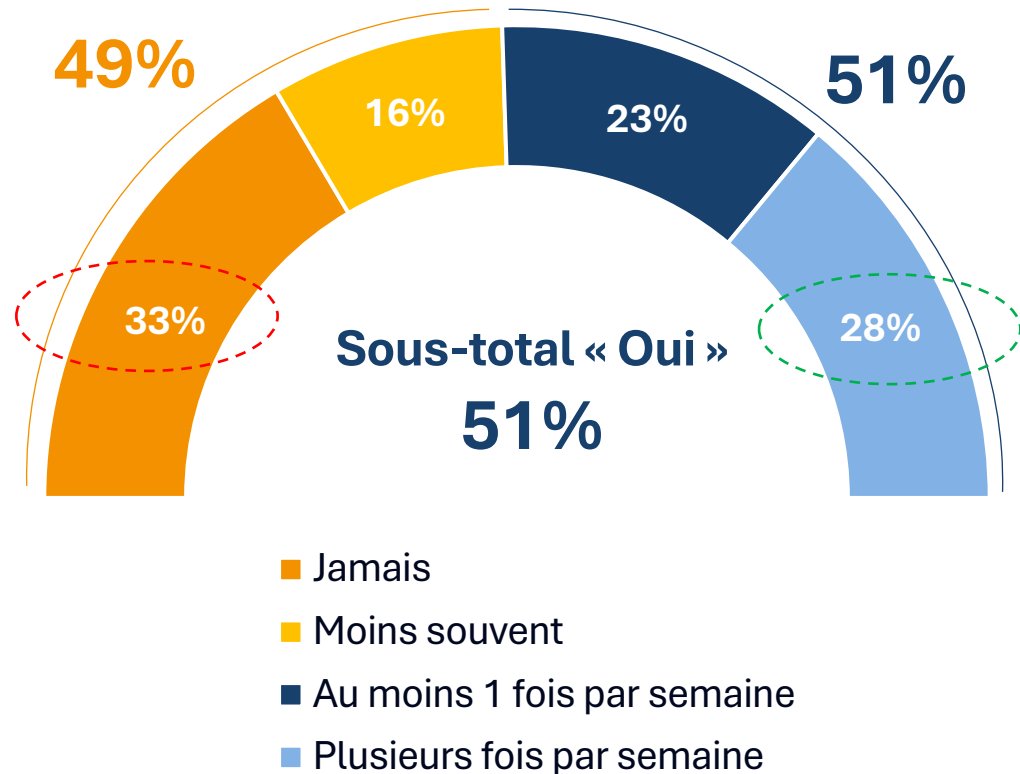
05

Protéger le droit à la déconnexion

La moitié des actifs se reconnectent en dehors des heures de travail

Vous arrive-t-il de vous connecter à vos outils professionnels en dehors de vos horaires de travail (emails, appels, etc.) ?

QCU | Base : 2704 répondants



1. Des actifs qui se répartissent équitablement entre ceux qui se connectent régulièrement (au moins 1 fois par semaine) à leurs outils de professionnels en dehors des heures de travail et ceux qui s'y connectent moins souvent
2. A noter qu'**1/3 ne se reconnectent jamais en dehors des heures de travail**
3. A l'inverse, presque **30% sont « hyper connectés »** et se **reconnectent plusieurs fois par semaine** en dehors des heures de travail

Hyperconnectés

Sont hyperconnectés (au moins 1x/semaine) 51%

Femmes aidantes avec enfants	59%
Reste de la population	50%
Femmes avec enfants	NS
Reste de la population	NS
CSP-	41%
CSP+	62%
Fait du télétravail	63%
Ne fait pas de télétravail	39%
Travaille en horaires décalés	60%
Ne travaille pas en horaires décalés	47%
Managers	66%
Non-managers	36%
Absentéisme (arrêt LD)	NS
Non absentéisme	NS
Aidants	65%
Non-aidants	45%
Connectés en dehors des horaires	-
Non connectés en dehors des horaires	-
Font du sport au moins une fois par semaine	53%
Font moins souvent du sport ou jamais	46%
Reconnaissance	54%
Pas de reconnaissance	43%

Sont hyperconnectés (au moins 1x/semaine)

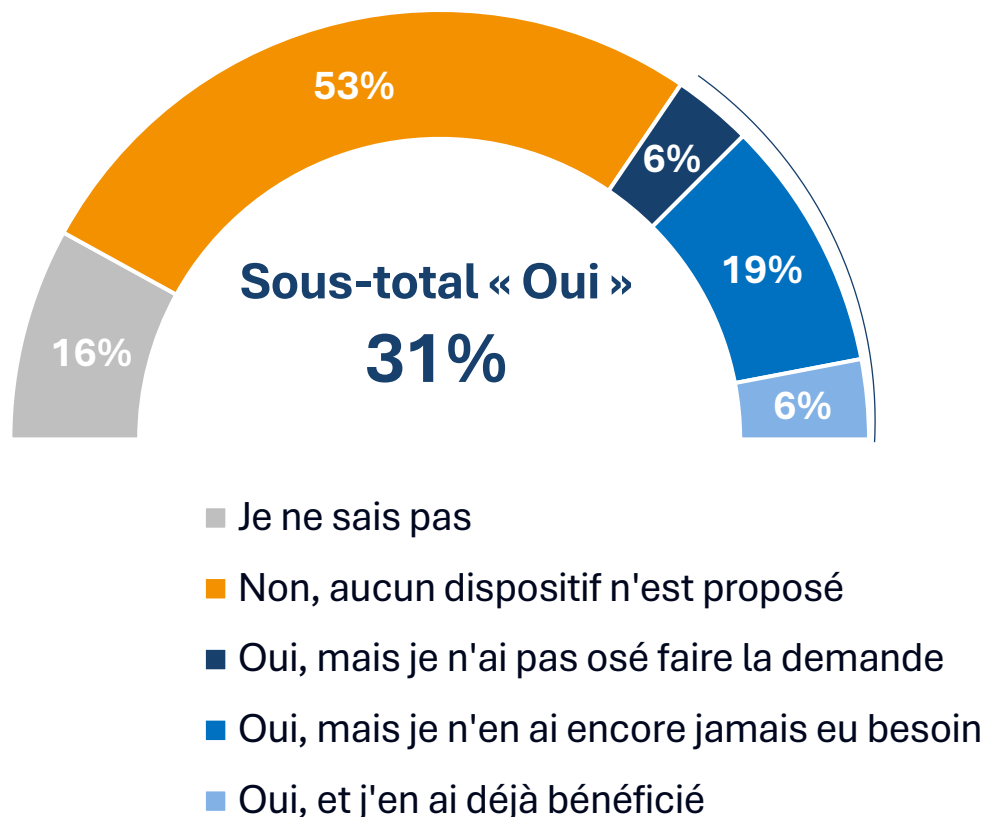
51%

Moins de 31 ans	64%
Entre 31 - 40 ans	58%
Entre 41 - 50 ans	47%
51 ans et +	43%
Travailleur indépendant et TPE	60%
PE	49%
ME	50%
ETI	51%
GE	47%
Agro-alimentaire	52%
Commerce	54%
Enseignement, santé, action sociale et service aux ménages	56%
Hébergement et restauration	60%
Industrie/BTP	55%
Services (aux entreprises ou aux particuliers)	54%
Transports	49%
Autres	41%
Hommes	54%
Femmes	48%

La moitié des actifs déclarent que leur organisation ne propose pas d'actions d'accompagnement pour les comportements addictifs

Votre organisation met-elle en place des actions ou dispositifs pour accompagner les collaborateurs en situation d'addiction ou d'hyperconnexion et en avez-vous déjà bénéficié ?

QCU | Base : 2513 répondants



53%

Plus de la moitié des actifs pensent que leur organisation ne propose aucun dispositif

31%

C'est la part d'actifs qui estiment que leur organisation met des actions en place pour accompagner les collaborateurs en situation d'addiction ou hyperconnexion

Dont 20%

La part de ceux qui pourraient avoir besoin d'y recourir mais qui n'ont pas osé en faire la demande

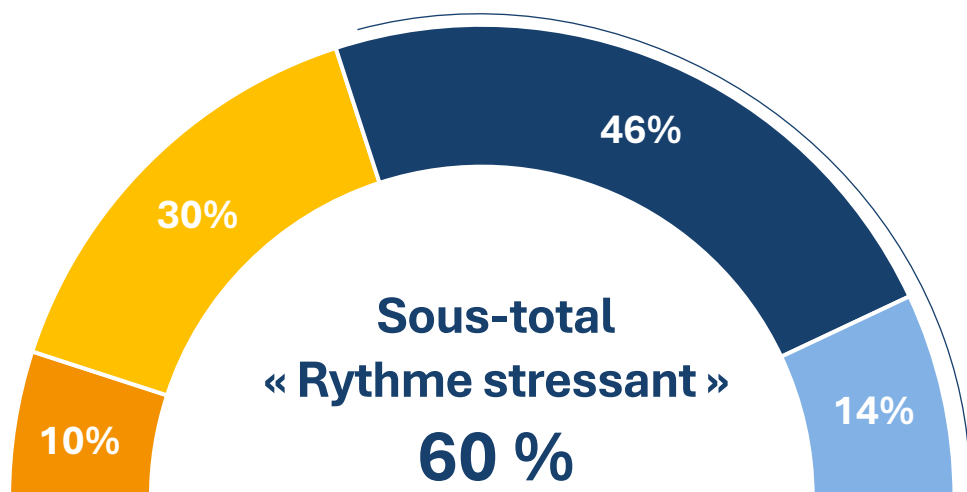
06

Trouver des réponses durables à la gestion du stress

Pour 6 actifs sur 10, le rythme des journées de travail est source de stress

Le rythme de vos journées de travail est-il une source de stress ou de tension mentale ?

QCU | Base : 2704 répondants



■ Jamais

■ Rarement

■ Oui, de temps en temps

■ Oui, très souvent

60%

c'est la part d'actifs pour qui rythme de travail rime avec stress

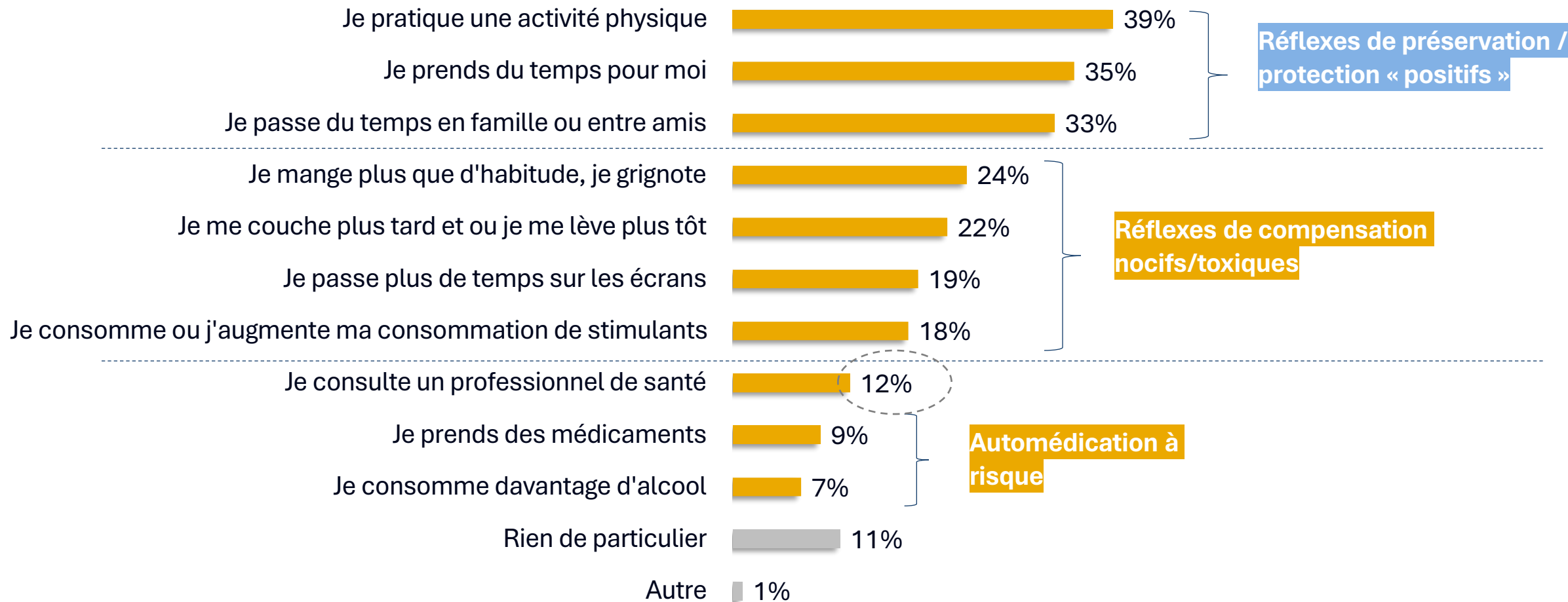
A nuancer : près de la moitié des actifs ressent le stress du rythme des journées « de temps en temps ». Seuls un peu plus de 1/10 ressent un stress fréquent causé par le rythme des journées de travail

En période de stress, les actifs prennent d'abord soin d'eux

Lorsque vous traversez des périodes de tensions ou de difficultés dans votre activité professionnelle, comment réagissez-vous généralement pour y faire face ?

QCM | Base : 2704 répondants

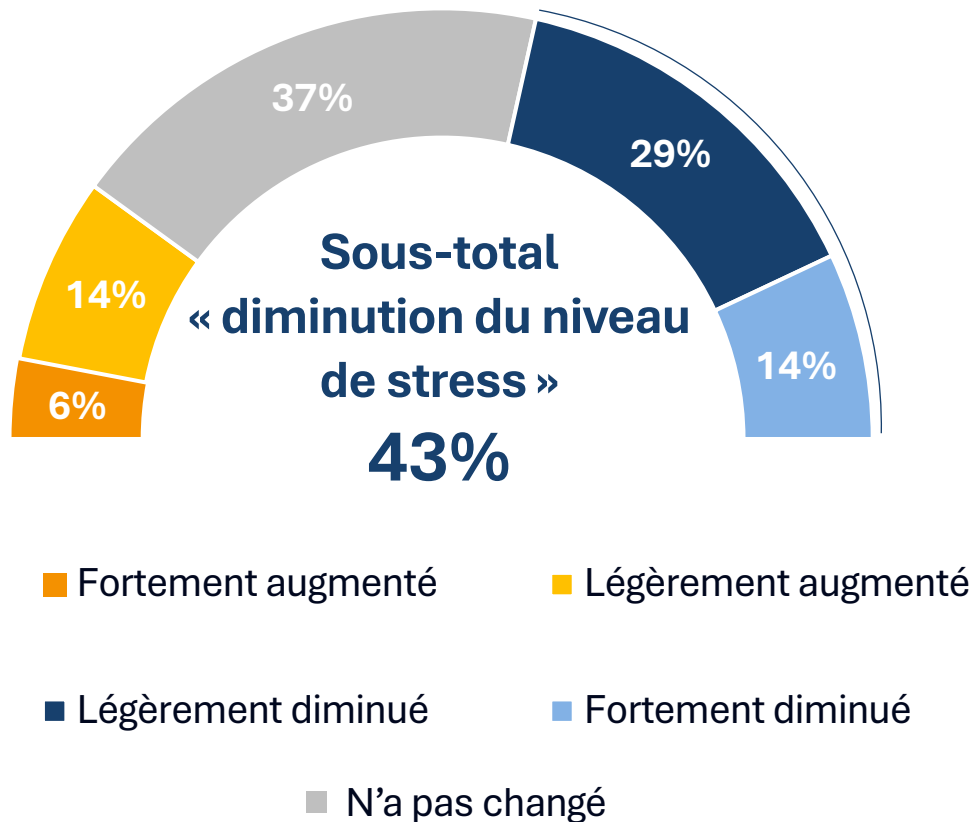
Réponses données en moyenne : 2,3



Au global, moins de stress ressenti pour les télétravailleurs (40%), même si la situation s'est aggravée pour une part non négligeable d'entre eux (20%)

Depuis que vous pratiquez le télétravail, diriez-vous que votre niveau de stress au travail a :

QCU | Base : 1134 répondants



Seuls **20%** des télétravailleurs déclarent que leur niveau de stress **a augmenté** depuis la mise en place du télétravail.

Ils sont plus de **40%** des télétravailleurs à estimer que leur niveau de stress **a diminué** (et environ 1/3 pour qui l'impact du télétravail est nul sur leur niveau de stress)

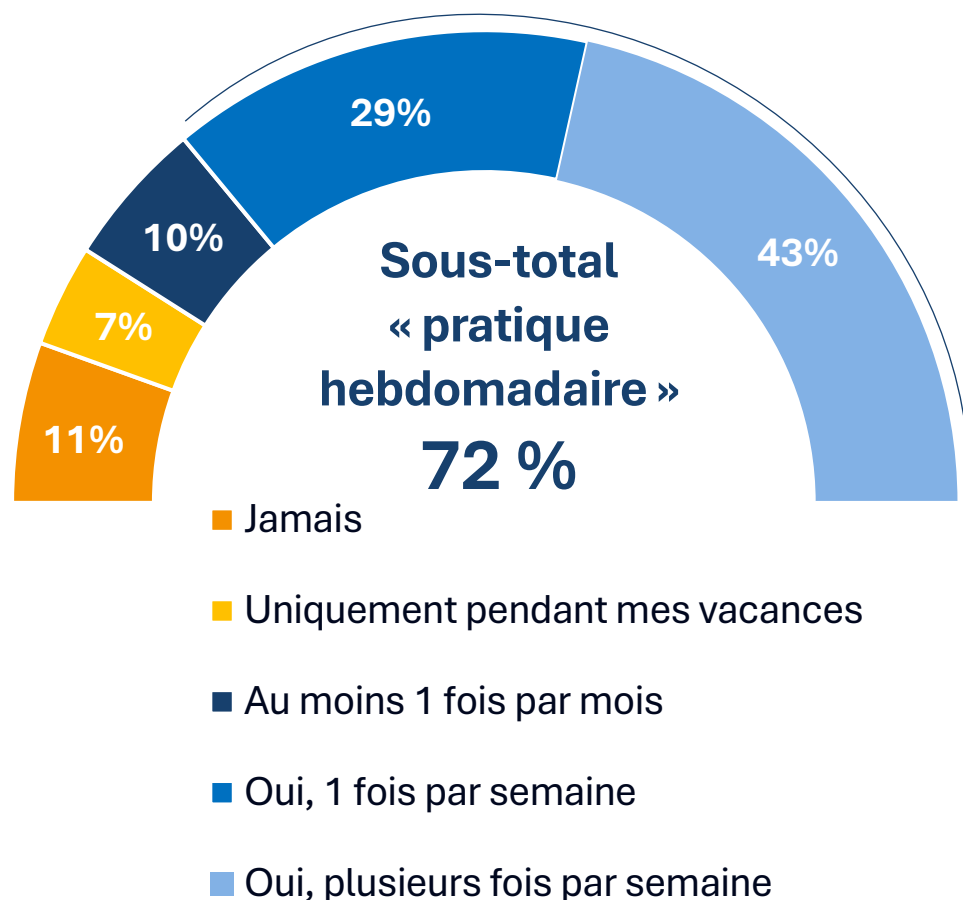
07

**Faire du sport et de la
prévention des leviers
majeurs de santé au travail**

7 actifs sur 10 sont sportifs !

Pratiquez-vous une activité physique ?

QCU | Base : 2704 répondants



Plus de **40%** des actifs pratiquent une activité **plusieurs fois par semaine**

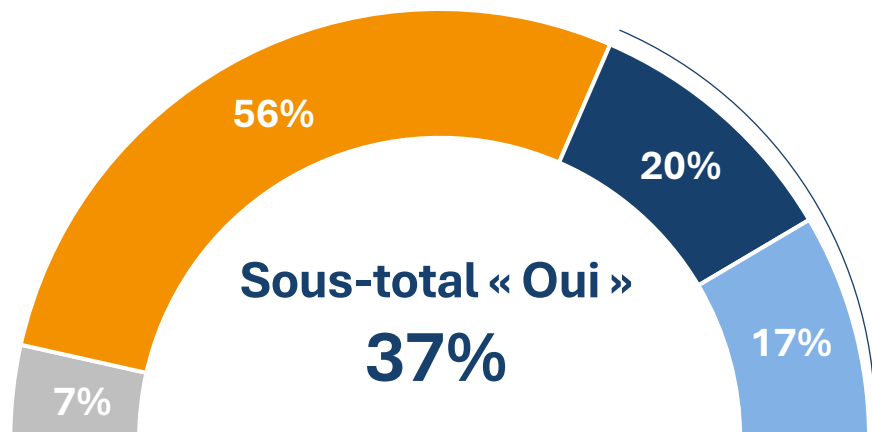
Environ **10%** ne fait **jamais de sport**

A noter que **7%** ne prennent le temps de faire du sport **que pendant leurs vacances**

Une proactivité des organisations encore assez faible

Votre organisation propose-t-elle des actions ou dispositifs pour promouvoir l'activité physique ?

QCU | Base : 2513 répondants



■ Je ne sais pas

■ Non

■ Oui mais je n'y ai jamais participé

■ Oui et j'ai déjà participé

Plus de la moitié des organisations (56%) ne proposerait pas de dispositif de promotion de l'activité physique à leurs collaborateurs

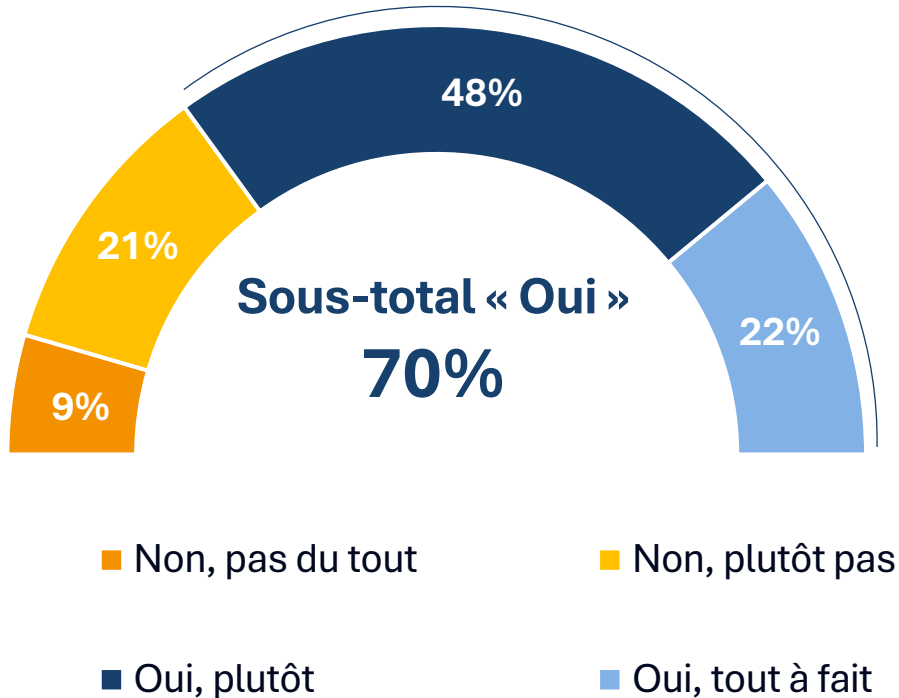
Un peu plus d' **1/3** des actifs (37%) déclarent que leur organisation propose des dispositifs pour promouvoir l'activité physique

17% des répondants ont déjà participé à des actions de ce type

70% des actifs sont sensibilisés aux gestes et postures pour limiter les TMS liés au travail

Diriez-vous être sensibilisé aux gestes et postures à adopter pour limiter les troubles physiques liés au travail (postures, port de charges, gestes répétitifs, etc...) ?

QCU | Base : 2704 répondants



Si 7 actifs sur 10 se disent sensibilisés, il est à noter que seuls **22%** sont « tout à fait » sensibilisés

Près de la moitié (48%) le sont « plutôt »

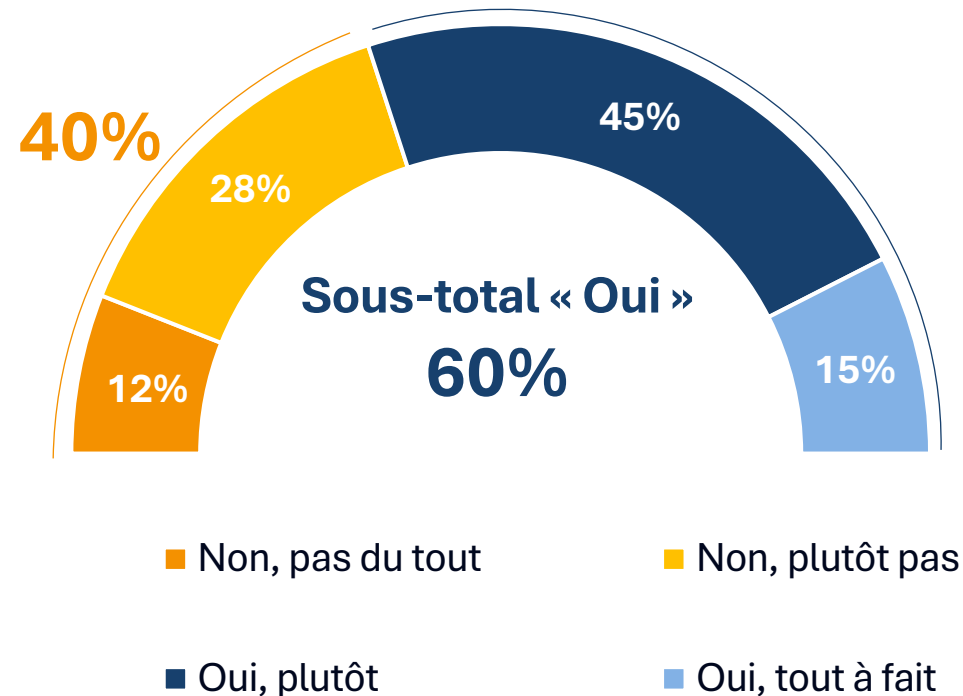
08

**Encourager la
reconnaissance au travail,
facteur relationnel moteur
de bien-être et de motivation**

Près des 2/3 des Français actifs se sentent reconnus à leur juste valeur dans leurs organisations

Vous sentez-vous reconnu à votre juste valeur par votre organisation ?

QCU | Base : 2513 répondants



Près d'un actif sur deux se sent « **plutôt** » **reconnu** à sa juste valeur dans son organisation

A noter que « **seulement** » **15% des actifs se sentent « tout à fait » reconnus** à leur juste valeur dans leurs organisations

Plus d'un actif sur 10 ne se sent « pas du tout » reconnu à sa juste valeur

Reconnaissance au travail

Se sentent reconnus	60%
Femmes aidantes avec enfants	NS
Reste de la population	NS
Femmes avec enfants	56%
Reste de la population	62%
CSP-	56%
CSP+	64%
Fait du télétravail	68%
Ne fait pas de télétravail	53%
Travaille en horaires décalés	NS
Ne travaille pas en horaires décalés	NS
Managers	69%
Non-managers	50%
Absentéisme (arrêt LD)	42%
Non absentéisme	61%
Aidants	66%
Non-aidants	57%
Connectés en dehors des horaires	65%
Non connectés en dehors des horaires	55%
Font du sport au moins une fois par semaine	66%
Font moins souvent du sport ou jamais	44%
Reconnaissance	-
Pas de reconnaissance	-

Se sentent reconnus	60%
Moins de 31 ans	67%
Entre 31 - 40 ans	64%
Entre 41 - 50 ans	57%
51 ans et +	56%
Travailleur indépendant et TPE	64%
PE	65%
ME	62%
ETI	57%
GE	54%
Agro-alimentaire	69%
Commerce	62%
Enseignement, santé, action sociale et service aux ménages	53%
Hébergement et restauration	71%
Industrie/BTP	68%
Services (aux entreprises ou aux particuliers)	63%
Transports	68%
Autres	53%
Hommes	65%
Femmes	54%

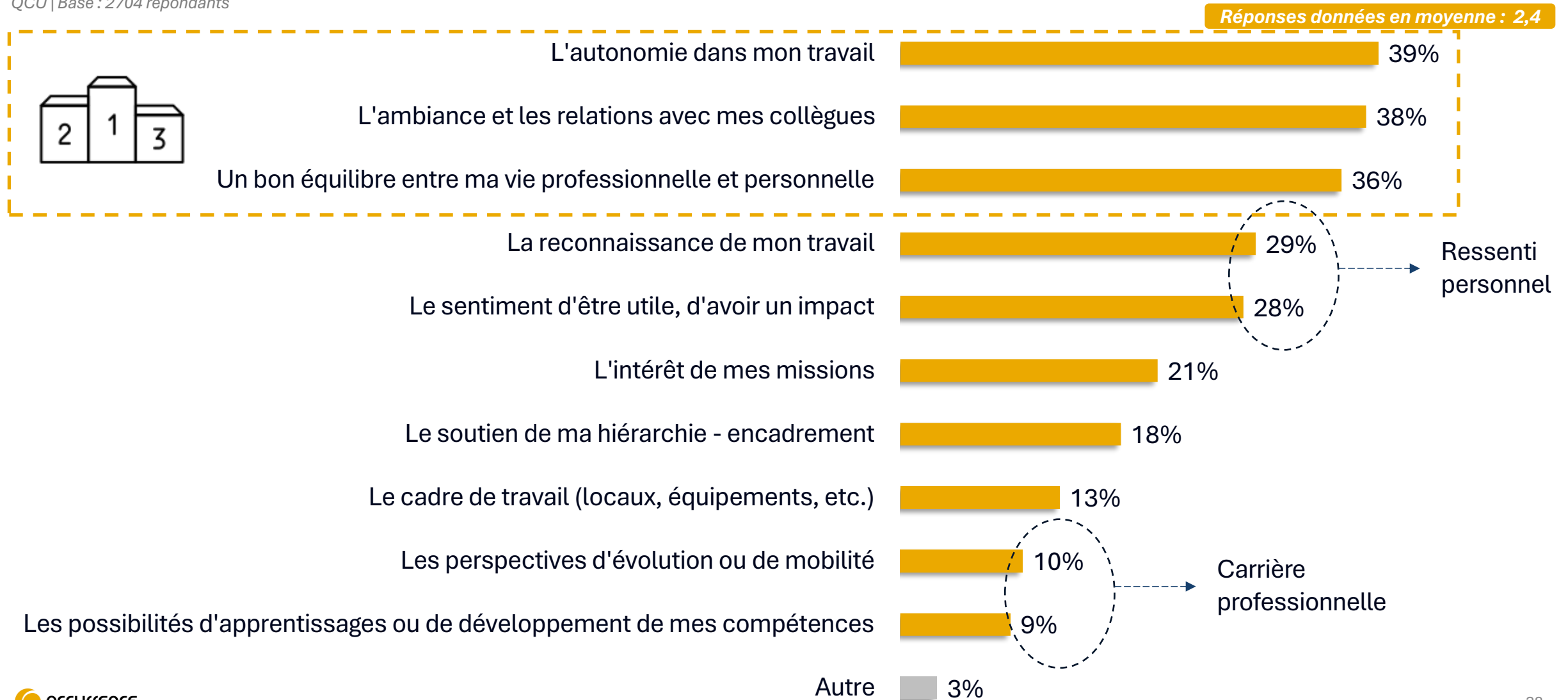
09

**Envisager de nouveaux
critères de réussite**

L'autonomie, l'ambiance et l'équilibre vie pro/perso sont les facteurs clés pour être épanoui et motivé au quotidien

Parmi les propositions suivantes, lesquelles contribuent le plus à votre épanouissement professionnel, à votre motivation au quotidien ?

QCU | Base : 2704 répondants



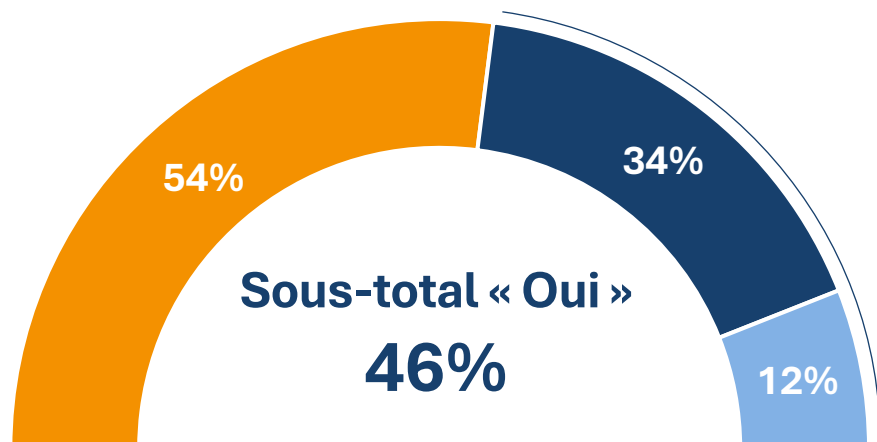
10

**Recourir à l'IA pour mieux
vivre son travail ?**

Plus d'un actif sur deux n'utilise pas l'IA dans le cadre de son travail

Utilisez-vous l'intelligence artificielle dans le cadre de votre travail (*assistants conversationnels, automatisation, outils prédictifs, etc.*) ?

QCU | Base : 2704 répondants



- Non, jamais
- Oui, de temps en temps
- Oui, tous les jours ou presque

Plus d'un actif sur deux n'utilise pas l'IA dans le cadre de son travail

A noter **que « seulement » 12% des actifs l'utilise quotidiennement** ou presque

Plus d'un tiers des actifs est un utilisateur occasionnel de l'IA dans le cadre de son travail

Utilisation de l'IA

Utilisent l'IA	46%
Femmes aidantes avec enfants	54%
Reste de la population	45%
Femmes avec enfants	42%
Reste de la population	48%
CSP-	38%
CSP+	54%
Fait du télétravail	66%
Ne fait pas de télétravail	26%
Travaille en horaires décalés	50%
Ne travaille pas en horaires décalés	44%
Managers	62%
Non-managers	30%
Absentéisme (arrêt LD)	31%
Non absentéisme	47%
Aidants	63%
Non-aidants	39%
Connectés en dehors des horaires	60%
Non connectés en dehors des horaires	31%
Font du sport au moins une fois par semaine	50%
Font moins souvent du sport ou jamais	35%
Reconnaissance	54%
Pas de reconnaissance	33%

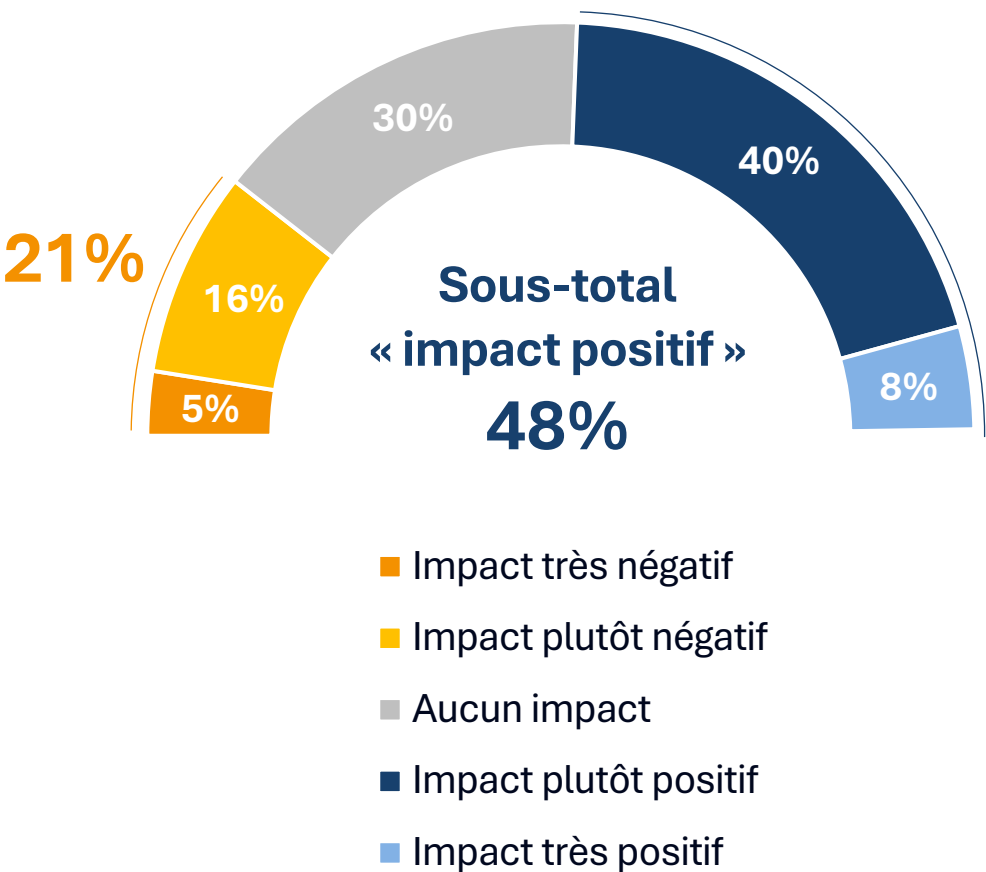
Utilisent l'IA	46%
Moins de 31 ans	69%
Entre 31 - 40 ans	52%
Entre 41 - 50 ans	43%
51 ans et +	33%
Travailleur indépendant et TPE	37%
PE	50%
ME	49%
ETI	47%
GE	43%
Agro-alimentaire	43%
Commerce	51%
Enseignement, santé, action sociale et service aux ménages	39%
Hébergement et restauration	56%
Industrie/BTP	53%
Services (aux entreprises ou aux particuliers)	56%
Transports	46%
Autres	36%
Hommes	50%
Femmes	41%

* Les valeurs affichées en noir présentent des différences non significatives

Près d'un actif sur deux pense que l'IA aura un impact positif sur le bien-être au travail dans les 5 ans à venir

Dans les 5 ans à venir, pensez-vous que l'Intelligence Artificielle va avoir un impact sur le bien-être au travail...

QCU | Base : 2704 répondants



Près d'un actif sur dix pense que l'IA aura un impact « très positif » sur le bien-être au travail

A noter **que 30% des actifs pensent que l'IA n'aura aucun impact** sur le bien-être au travail

Pour autant, **1/5 des actifs pense que l'IA aura un impact négatif** sur le bien-être au travail

Cette perception augmente largement quand on est utilisateurs de l'IA :

71% des actifs utilisateurs pensent que l'IA aura un impact positif sur le bien-être au travail VS 48% des actifs (23pts d'écart)

