

Les **12H** ENTRE THÉORIE ET RÉALITÉ...

Face à de nombreux week-ends de travail, à des plannings déséquilibrés, à des repos aléatoires imposés, à des congés annulés, à un rythme de travail infernal, le travail en 12 heures apparaît comme la solution miracle.

Venir moins, disposer de plus de temps libre, diminuer ses frais de transport et de garde d'enfants... Autant d'arguments qui incitent les professionnels à accueillir les 12H à « bras ouverts », voire à les réclamer.

Mais la réalité sur le terrain la voilà :

Risque d'alternance Jour/nuit et effets néfastes sur la Santé !

L'amplitude horaire rend les **conditions de travail d'autant plus éprouvantes**. Des études scientifiques mettent en évidence la fatigue plus importante, l'augmentation des TMS (troubles musculo-squelettiques), la dette de sommeil qui contribue à différents dérèglements hormonaux, les troubles cardiaques, le risque de grignotage, des conduites addictives, augmentation du risque de fausse couche, etc.... Bref, **le travail en 12h impacte directement la santé** avec une augmentation accrue des accidents de travail et de trajet.

Un risque d'augmentation des erreurs

Les 12h **accroissent les risques d'erreur dans les soins** (baisse de vigilance), **les risques psychosociaux** (stress, dépression, tension dans les équipes...) et de conflits entre professionnels, parfois même avec les patients et leur famille. Il est beaucoup plus difficile de travailler en équipe, et de prendre soin de vos patients de manière humaine et empathique pendant 12 h que pendant 8h...Nait alors un sentiment de « mal travailler », de ne pas être un « bon » professionnel.

Augmentation du temps de travail hebdomadaire

Le passage en 12h génère des **rappels réguliers sur les repos**, faute d'effectifs suffisants.

Les risques sont grands : aller jusqu'à 60h de travail hebdomadaire, des retours sur repos, l'impossibilité de planifier sa vie privée suite aux innombrables modifications de dernière minute, l'épuisement permanent et par voie de conséquence l'anéantissement de l'esprit d'équipe !

On nous amène sournoisement à des **semaines de travail infernales** pour palier les absences de collègues malades et épuisées.

Reduction du nombre d'emplois et suppression du temps de transmission

Organiser le travail par plages de 12 heures permet arithmétiquement de **réduire la masse salariale**, incite à la **suppression des pools de remplacement** et diminue ainsi le temps dévolu aux transmissions entre les équipes.

Diminution de votre compteur d'heures en cas d'arrêt et de formation

En cas de maladie ou de formation, **vous perdez 5h par jour** sur votre compteur d'heure comme si cela était un choix.

Méfiez-vous des trames de planning alléchante

Il s'avère que les alléchantes trames de **planning de 4 jours promises sur le papier sont rarement respectées**. Ce qui débouche sur un véritable calvaire : week-ends coupés, suppressions de dimanches travaillés (générant des pertes de primes), changements de trames au pied levé, suppression de vos repos...

