

## Dans les jours, semaines, mois qui suivent...

Les suites d'un évènement grave et traumatisant sont souvent longues.

Le soutien aux victimes doit donc être prolongé.

A distance du choc psychologique, quelques manifestations peuvent perdurer.



**Si ces manifestations persistent, un suivi médical est préconisé**



- ▶ Par le médecin traitant,
- ▶ Par un autre spécialiste (psychiatre, psychologue...).

### Reprise de travail

Une visite de pré-reprise auprès du Médecin du Travail est préconisée pour organiser au mieux la reprise du travail du salarié. Cette visite peut-être sollicitée par le salarié, le médecin conseil de la CPAM ou le médecin traitant.



**Une aide psychologique rapide est beaucoup plus efficace !**



SAMU



POMPIERS

(\*) NUMERO D'APPEL EUROPEEN

## Coordonnées

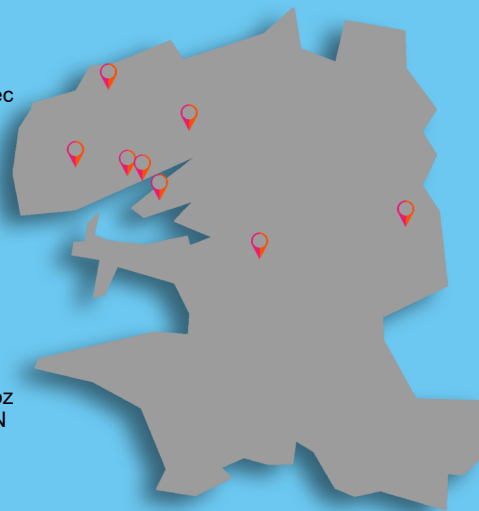
de votre service de prévention et de santé au travail

### SIEGE SOCIAL

6 bis rue de Kervézennec  
29200 BREST  
02.98.02.81.81

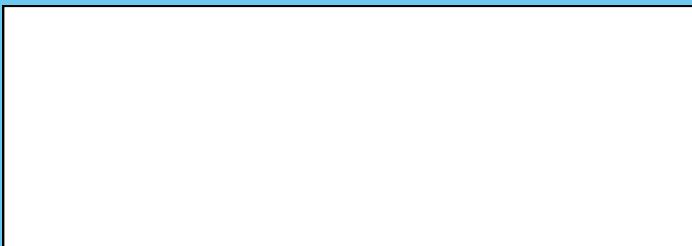
615 rue Alain Colas  
29200 BREST  
02.98.02.81.81

17 ZA de Penn Ar Roz  
29150 CHATEAULIN  
02.98.86.01.65



[www.sante-travail-iroise.fr](http://www.sante-travail-iroise.fr)

Pour tout conseil, vous pouvez prendre contact avec votre médecin du travail



**Evènement grave**  
dans **travail**



Fiche-conseil destinée aux salariés

## Un évènement grave en entreprise , c'est quoi ?

Au sein d'une entreprise, des évènements traumatisants peuvent survenir.

Ces évènements se produisent tous de façon inhabituelle et peuvent provoquer des réactions post-traumatiques.

De tels évènements peuvent être générateurs de souffrances qui fragilisent la personne, les équipes et l'entreprise elle-même.

### Exemples d'évènements graves :



Décès brutal d'un salarié (accident ou maladie),  
Tentative de suicide ou suicide, accident du travail grave, agression physique ou verbale, prise d'otage, braquage, explosion...

### Que vous soyez victime ou témoin

**Ne restez surtout pas sans aide !**

## En urgence

#### ► En Externe (si urgence uniquement) :



- **15** (SAMU).
- **18** (Pompiers).
- **112** (Numéro d'urgence européen).

#### ► En Interne :

Alerter le responsable hiérarchique (qui préviendra le médecin du travail dès que possible) et les sauveteurs secouristes du travail.

► Forces de l'ordre si besoin (le **17**).



## Quelques conseils pratiques

Contactez votre responsable hiérarchique (informations sur l'évènement, modalités de retour à domicile...)



Ne pas hésiter à contacter vos proches pour les informer et les rassurer.

Eviter de vous isoler. Ne pas hésiter à demander à vos collègues de vous accompagner et verbaliser sur l'expérience vécue.



Penser à vous hydrater voire prendre une collation dans un lieu d'accueil approprié



En cas d'entretien avec les forces de l'ordre, ou l'inspection du travail : demander à être accompagné. Nous vous conseillons de donner l'adresse de votre entreprise pour les convocations ultérieures

Eviter de vous exposer aux médias = source de stress.



## Dans les 24 à 48 heures...

### Signes cliniques



Après une exposition à une situation difficile ou choquante, certains signes inhabituels peuvent apparaître :

- Irritabilité, nervosité, anxiété...
- Sensations et émotions liées au choc : peur, panique ...
- Troubles du sommeil (endormissement difficile, cauchemars...)
- Sentiment d'impuissance, de culpabilité, d'absurdité
- Présence répétée d'images de l'évènement
- Perte de l'appétit ou trouble de l'alimentation
- Besoin d'isolement et de retrait
- Sentiment d'abattement

### Soutien médical



Ne pas hésiter à consulter votre médecin traitant ou tout autre professionnel de la santé mentale (constat médical et certificat éventuel).

### Déclaration d'accident de travail



*Tout évènement grave en lien avec le travail doit être considéré comme accident de travail et déclaré comme tel dans les 48 heures pour les impliqués directs comme les témoins.*

La déclaration d'accident de travail, même sans arrêt, favorise une reconnaissance du choc émotionnel subi.