



DROIT À LA DÉCONNEXION : REPRENONS LE CONTRÔLE SUR NOTRE TEMPS LIBRE !

UN DROIT PROTECTEUR, PAS UNE OPTION

Depuis la loi Travail de 2016 (étendue au secteur public), le droit à la déconnexion est une obligation légale. Il vise à protéger la santé physique et mentale des agents en garantissant le respect des durées minimales de **repos quotidien** (11h consécutives), l'équilibre de la **vie familiale** et la prévention de l'**épuisement professionnel**.

Le principe est simple : En dehors de ses heures de service (ou des astreintes rémunérées), aucun agent ne peut être sanctionné pour ne pas avoir répondu à un mail, un appel ou un message professionnel.

LES DÉRIVES CONSTATÉES SUR LE TERRAIN

Malgré le cadre réglementaire, les mauvaises habitudes persistent dans nos collectivités. **FO** dénonce régulièrement le « présentisme numérique », cette pression invisible qui pousse l'agent à consulter ses messages le soir ou le week-end par peur de paraître désengagé.

L'absence de chartes claires dans de nombreuses collectivités et l'usage fréquent des outils personnels (téléphone, WhatsApp) pour le travail facilitent ces intrusions permanentes au cœur du foyer.

CE QUE FO REVENDIQUE POUR LES AGENTS

Le droit à la déconnexion ne doit pas être une simple déclaration d'intention. Pour FO, chaque employeur territorial doit mettre en place des mesures concrètes :

- L'instauration de Chartes Locales : Chaque collectivité doit définir, après concertation avec le Comité Social Territorial (CST), des plages horaires de déconnexion (par exemple, aucun envoi de mail entre 19h et 7h30).
- Le droit à l'oubli numérique : L'agent doit pouvoir couper ses alertes sans craindre de conséquences sur son évaluation annuelle ou son avancement de carrière.
- La formation des encadrants : Le respect de la vie privée commence par le management. Les chefs de service doivent être formés pour ne solliciter leurs équipes qu'en cas d'urgence absolue et réelle (péril imminent, plan de sauvegarde).



LA FORCE SYNDICALE
sainté.métro.cité



LES RÉFLEXES ESSENTIELS À ADOPTER

Pour protéger votre santé et celle de vos collègues, quelques principes de base s'imposent au quotidien.

En période de repos ou de congés, activez systématiquement votre message d'absence en indiquant un contact relais. Ne laissez pas l'incertitude générer de l'urgence.

En fin de journée, prenez l'habitude d'éteindre votre téléphone professionnel ou de désactiver les notifications liées au travail. Si vous recevez un courriel tardif, résistez à la tentation de l'ouvrir : l'immédiateté numérique est souvent une illusion d'urgence qui peut attendre le lendemain matin.

Enfin, en cas de pression managériale répétée ou de sollicitations abusives hors temps de travail, n'attendez pas l'épuisement : **alertez immédiatement vos délégués FO** pour faire respecter vos droits.

CONCLUSION:

Le droit à la déconnexion est un enjeu de santé publique. Ne laissons pas la technologie grignoter notre temps de récupération.

Le repos n'est pas une faveur accordée par l'administration, c'est un droit conquis par la lutte syndicale.

FO RESTE À VOS CÔTÉS POUR PORTER CE SUJET ET EXIGER DES RÈGLES CLAIRES.



LA FORCE SYNDICALE
sainté.métro.cité