

## Occitanie : 4<sup>ème</sup> baromètre de la forme des dirigeants

### Confiants en l'avenir, les entrepreneurs occitans se sentent néanmoins beaucoup plus sous pression que la moyenne nationale

Pour la 4<sup>ème</sup> année consécutive, la fondation d'entreprise MMA des Entrepreneurs du Futur interroge les dirigeants de petites et moyennes entreprises d'Occitanie sur leur état de forme physique et mental. L'enquête, réalisée par OpinionWay, révèle un remarquable regain de confiance en l'avenir et un état de santé globalement stable comparé à 2017. Néanmoins, les dirigeants de la région s'avèrent bien plus « sous pression » que la moyenne nationale.

« Depuis 4 ans, la Fondation interroge les dirigeants d'Occitanie sur la question de combien est importante de leur santé. Cette année, nous observons l'émergence d'une problématique forte : plus encore que les inquiétudes liées à leur activité, ce sont les difficultés pour gérer leur planning et pour concilier vie de famille et vie professionnelle qui impactent de plus en plus lourdement le tonus et le moral des entrepreneurs. Cette tendance de fond est déjà au cœur de nos travaux pour accompagner et soutenir les dirigeants dans leur quotidien. » explique Hervé Frapsauce, Président de la Fondation MMA Entrepreneurs du Futur.

### Un stress toujours présent au quotidien, mais bien moins corrélés aux inquiétudes de l'entreprise

En 2018, le stress reste un fléau récurrent pour de nombreux entrepreneurs en France.

**En Occitanie, 16 % des dirigeants interrogés estiment qu'ils en souffrent en permanence.**

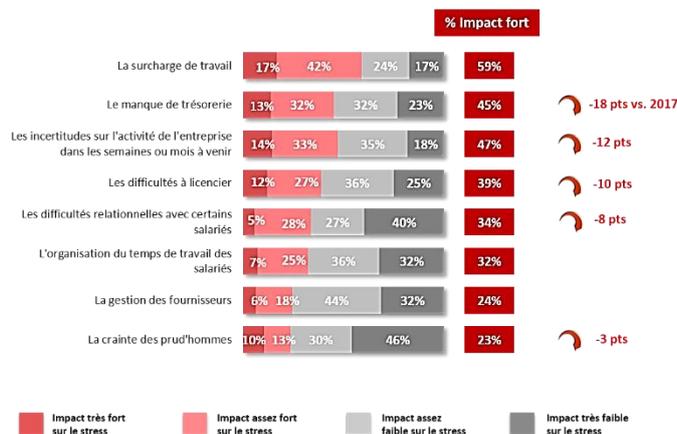
**A noter cependant, seuls 14 % des sondés occitans en souffrent régulièrement dans leur activité professionnelle, contre 21 % à l'échelle nationale.**

Enseignement majeur de cette enquête, le stress est **moins lié aux problématiques de l'entreprise**, et en particulier **le manque de trésorerie** cité par **45 % des sondés de la région, contre 63 % l'an passé (-18 points)**.

Inversement, fait émergent cette année, **la surcharge de travail** devient **le premier facteur de stress**, pointé du doigt par 59 % des sondés.

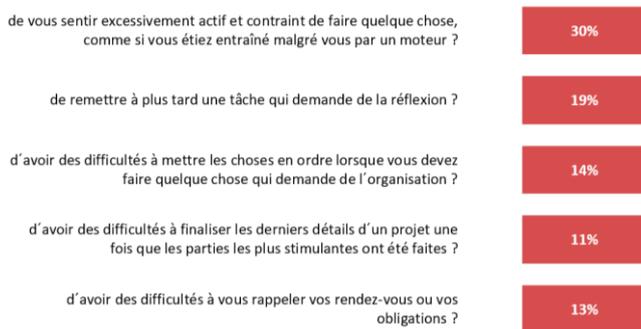
Conséquence immédiate de la surcharge de travail, **le manque de moments de décompression** devient de plus en plus problématique, au point de devenir à l'échelle nationale, pour **1 entrepreneur sur 4**, la première cause de détérioration de sa santé (+ 7 points par rapport à 2017 - chiffres nationaux).

### Les situations qui génèrent du stress (Occitanie)



## Les dirigeants d'Occitanie particulièrement sous pression et en difficultés pour gérer leur temps

### Les difficultés d'organisation des dirigeants en Occitanie (A la question « Vous arrive-t-il souvent de ... »)



Près d'1 entrepreneur occitan sur 3 (30 %) se sent souvent « sous pression », contraint de rester excessivement actif et mobilisé pour son travail. Un taux de 3 points supérieur à la tendance nationale.

1 dirigeant de la région sur 5 indique remettre à plus tard des tâches qui demandent réflexion.

Enfin, 14 % avouent rencontrer des difficultés pour organiser leur planning.

Cette problématique de gestion du temps génère un sentiment de fatigue pour 36 % des sondés dans la région, 26 % des dirigeants évoquent également un phénomène de lassitude.

In fine, en Occitanie, 53 % des dirigeants de TPE PME avouent ne pas parvenir à concilier sereinement vie de famille et vie professionnelle. Ils sont même 21 % à estimer ne pas du tout y parvenir (contre 19 % à l'échelle nationale).

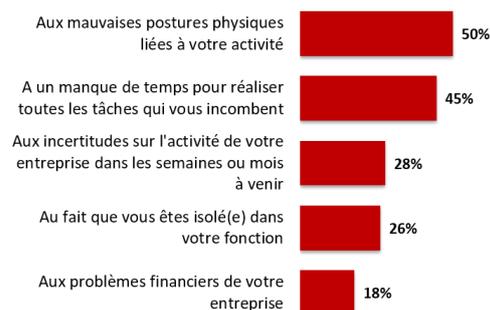
### Les « mauvaises postures » et le « manque de temps », premières causes des troubles physiques

Interrogés sur les causes qu'ils attribuent à leurs troubles physiques, la moitié des dirigeants occitans pointent les mauvaises postures liées à leur activité. Un chiffre qui reste néanmoins inférieur à la tendance nationale (57 %).

Vient ensuite le manque de temps pour abattre sa charge de travail, cité par 45 % des sondés de la région.

A noter que près du tiers des personnes interrogées en Occitanie (29 %) ne se reconnaissent dans aucune des causes citées.

### Les principales causes des troubles physiques En Occitanie



### Les troubles physiques ressentis par les dirigeants d'Occitanie



Concernant les affections physiques ressenties sur les 12 derniers mois, les entrepreneurs occitans évoquent en priorité le mal de dos (60 % des sondés), les douleurs articulaires (52 %) et les migraines (28 %). Des chiffres comparables à 2017.

L'ensemble de ces observations sont similaires aux tendances nationales.

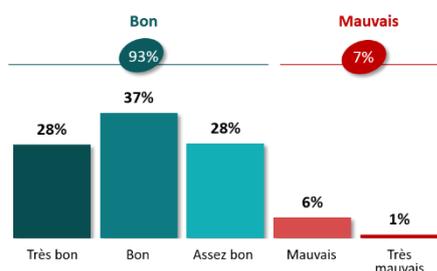
### Une grande confiance en l'avenir, avec comme moteurs, l'innovation, la passion du métier et la créativité.

A l'instar de l'ensemble des dirigeants interrogés dans le pays, les dirigeants de petites et moyennes entreprises d'Occitanie témoignent d'une très grande confiance en l'avenir : 96 % sont confiants pour leur situation personnelle, 87 % se disent optimistes pour le futur de leur entreprise et 91 % pour la situation financière de leur foyer.

97 % des entrepreneurs occitans s'estiment aujourd'hui satisfaits de leur travail et 91 % se disent même satisfaits de leur vie en général. Leur épanouissement professionnel est principalement nourri par l'intérêt pour leur métier (94 %), leur capacité à se montrer créatif au quotidien (87 %) et à innover (86 %).

## Des entrepreneurs en bonne santé, mais une tendance à la baisse en 2018

### Comment les entrepreneurs d'Occitanie jugent leur état de santé général



La grande majorité des sondés dans la région Occitanie s'estime globalement en bonne santé (93%).

Néanmoins, le nombre d'arrêts de travail délivrés aux dirigeants de la région progresse sensiblement : **9 % des chefs d'entreprises arrêtés par leur médecin** sur ces 12 derniers mois, contre 7 % l'an passé.

Plus globalement, plus d'**1 entrepreneur sur 4 (28 %) juge que sa santé s'est détériorée** sur ces 5 dernières années, contre 26 % à l'échelle nationale.

**Les résultats complets de l'étude sont disponibles sur demande**

#### Méthodologie :

Etude réalisée par l'institut OpinionWay pour la Fondation MMA des Entrepreneurs du Futur auprès d'un échantillon de 1 504 dirigeants d'entreprises représentatif des entreprises françaises de moins de 50 salariés, dont 151 en Occitanie. L'échantillon a été interrogé par téléphone du 22 février au 28 mars 2018. La représentativité de l'échantillon est assurée par un redressement sur les critères de taille d'entreprise et de secteur d'activité, après stratification par région de résidence.

#### A propos de la Fondation d'entreprise MMA des Entrepreneurs du Futur

La Fondation d'entreprise MMA des Entrepreneurs du Futur est un Do Tank qui a pour ambition de soutenir et encourager les initiatives, l'innovation et la capacité des entrepreneurs et des territoires à tirer parti des mutations démographiques, environnementales, technologiques et sociologiques. La Fondation entend faire remonter et connaître les initiatives entrepreneuriales réussies de ceux qui construisent l'avenir et préparent la France à relever les défis du XXIème siècle à travers le Grand Prix des Bonnes Nouvelles des territoires. Ce prix récompense entreprises et écosystèmes territoriaux et facilite l'émergence d'une culture entrepreneuriale de la création/reprise d'entreprise.

Suivez La Fondation d'entreprise MMA sur



#### Contacts Agence CorioLink

Urielle Dutarte

[urielle.dutarte@coriolink.com](mailto:urielle.dutarte@coriolink.com) / 06 62 82 71 62

Amélie Lebreton

[amelie.lebreton@coriolink.com](mailto:amelie.lebreton@coriolink.com) / 06 70 60 25 30

#### Contacts presse Fondation MMA

Christine Givernaud

[christine.givernaud@covea.fr](mailto:christine.givernaud@covea.fr) / 01 55 50 65 12