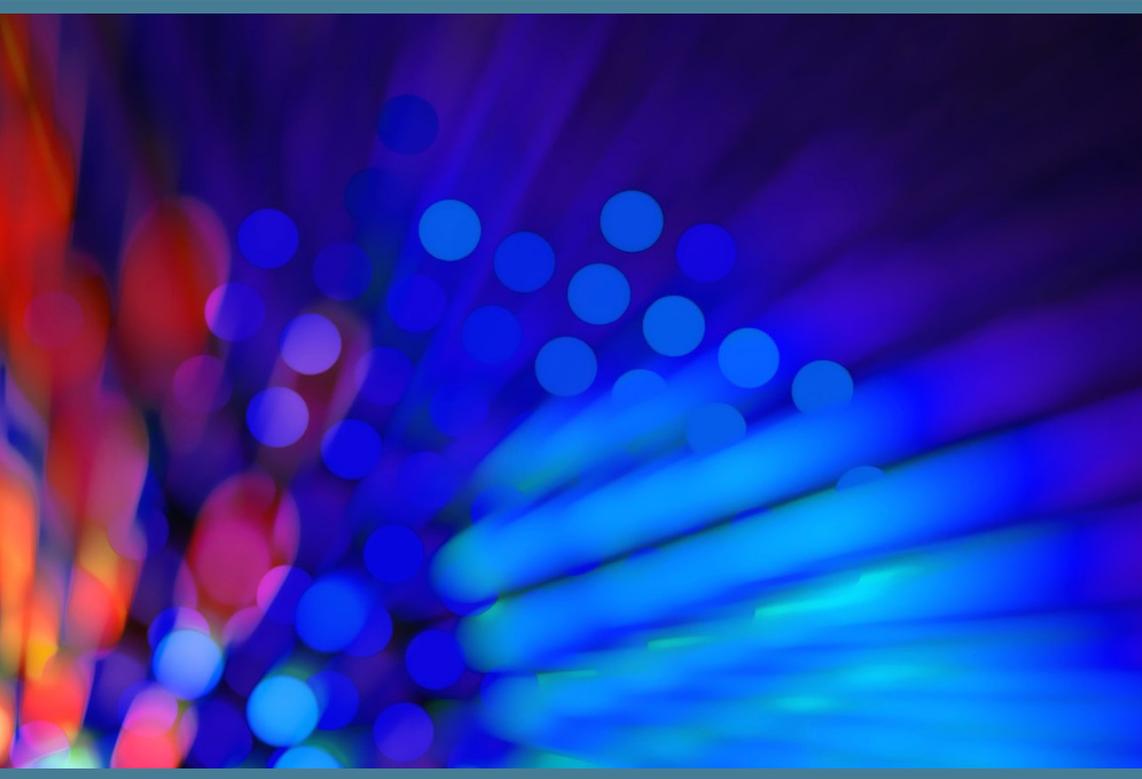




Haute école  
spécialisée bernoise



## STRAIN 2.0

Work-related stress among health  
professionals in Switzerland

# Informations sur STRAIN 2.0

Le projet national STRAIN (2017-2021) est l'une des plus grandes études d'intervention dans le secteur de la santé en Suisse, avec plus de 160 organisations participantes. Le projet de suivi qui en résulte, **STRAIN 2.0**, offre désormais à toutes les organisations intéressées la possibilité d'enregistrer annuellement les facteurs de stress au travail et les conséquences à long terme qui en résultent dans toutes les professions de santé. Si vous participez à STRAIN 2.0, vous bénéficierez d'une part d'une évaluation comparative de vos résultats avec d'autres organisations de santé de toutes les régions linguistiques de Suisse. D'autre part, vous aurez accès à une sélection variée de mesures efficaces pour la réduction des facteurs de stress sur le lieu de travail, adaptées à vos résultats, que nous mettons à jour en permanence.

## Qui lance STRAIN 2.0 ?

STRAIN 2.0 est réalisé par la Haute école spécialisée bernoise (BFH) en coopération avec la Haute école spécialisée de Suisse occidentale (HES-SO) et la Haute école spécialisée de Suisse méridionale (SUPSI). Cette coopération permet de réaliser le projet dans toutes les régions linguistiques de la Suisse. De plus amples informations sur l'équipe du projet STRAIN 2.0 sont disponibles à la page suivante. En s'inscrivant dans le réseau de compétences Health Workforce (CNHW), le projet bénéficie également d'un large réseau et d'une coopération avec d'autres universités suisses.

## Quel est l'objectif de STRAIN 2.0 ?

L'objectif de STRAIN 2.0 est de créer une base de données nationale et actualisée sur l'ampleur des facteurs de stress et leurs effets sur les éventuelles conséquences à long terme telles que les symptômes d'épuisement professionnel, la qualité du sommeil ou l'état de santé de tous les professionnels de la santé. Un autre objectif de STRAIN 2.0 est de fournir une sélection inter-organisationnelle et fondée sur des données probantes des mesures possibles pour réduire la charge de travail et optimiser les conditions cadres au travail. Nous souhaitons ainsi apporter une contribution importante à l'optimisation des conditions cadres et à l'augmentation de l'attractivité des professions de la santé dans le système de santé suisse.

## Pourquoi devriez-vous participer ?

Si vous participez à STRAIN 2.0, nous effectuerons un contrôle annuel de l'ampleur des

facteurs de stress (par exemple, la charge de travail, les exigences émotionnelles, les possibilités de développement, la clarté du rôle) et des conséquences à long terme qui en résultent (par exemple, les réactions au stress, la satisfaction au travail, les symptômes d'épuisement professionnel) dans votre organisation. Vous décidez quels employés participent à l'enquête - tous les employés ou seulement un groupe spécifique (par exemple, les infirmières). Vous pouvez également décider des sujets que vous souhaitez voir intégrés au questionnaire (par exemple, la satisfaction au travail, les idées de changement d'emploi, les symptômes d'épuisement professionnel, la qualité du sommeil). Si vous participez, vous recevrez un rapport d'analyse annuel comprenant une comparaison (benchmarking) avec d'autres organisations dans votre domaine (par exemple les hôpitaux psychiatriques, les hôpitaux de soins aigus, les organisations de soins à domicile ou les établissements médico-sociaux). Par ailleurs, vous bénéficierez de notre vaste réserve de données issues de l'étude STRAIN précédente, à laquelle ont participé plus de 19 000 professionnels de la santé. Ce rapport annuel vous donne des indications concrètes pour optimiser les conditions-cadres spécifiques de votre organisation, accroître votre attractivité en tant qu'employeur et réduire la rotation du personnel et les absences pour cause de maladie. En outre, vous bénéficiez de recommandations personnalisées, fondées sur des données probantes et mises à jour chaque année, pour réduire la charge de travail et optimiser les conditions cadres au travail.

## Quel est le coût de la participation ?

Le coût annuel pour les organisations participantes est de :

- 3 000 CHF pour les organisations ayant 7 à 50 employés
- 4 500 CHF pour les organisations ayant 51-500 employés
- 6 000 CHF pour les organisations ayant 501-3 000 employés
- 7 500 CHF pour les organisations ayant 3 001-9 000 employés

Moyennant un supplément, nous proposons des ateliers approfondis sur des sujets spécifiques (par exemple, l'optimisation de l'équilibre entre vie professionnelle et vie privée) et sommes également disponibles pour vous aider à mettre en œuvre les recommandations éventuelles dans votre organisation.

## Êtes-vous intéressé par une participation à STRAIN 2.0 ?

Ensuite, nous nous réjouissons de vous entendre par e-mail à [strain.health@bfh.ch](mailto:strain.health@bfh.ch)

## L'équipe du projet STRAIN 2.0



Prof. Dr. **Karin A. Peter**, PhD  
Responsable du projet  
Haute école spécialisée  
bernoise de la santé (BFH)



**Thomas Schwarze**, MNS  
Co-gestion du projet  
Haute école spécialisée  
bernoise de la santé (BFH)



**Maisa Gerlach**, MScN  
Co-gestion du projet  
Haute école spécialisée  
bernoise de la santé (BFH)



Prof. Dr. **Christian Voirol**, PhD  
Chef de projet HES-SO Universi-  
té des sciences appliquées de  
Suisse occidentale, Haute Ecole  
Arc Santé



Dr. **Stefan Kunz**, PhD  
Chef de projet SUPSI  
Université des sciences appliquées de  
la Suisse méridionale (SUPSI)  
Département de l'administration des  
affaires, de la santé et des sciences  
sociales



Prof. Dr. phil. hist. **Andrea Gurtner**  
Chargée de cours BFH Économie  
Haute école spécialisée bernoise de  
l'économie (BFH)

- **Fabienne Renggli**, assistante de recherche, BFH Santé
- **Xenia Schmid**, assistante de recherche, BFH Santé
- **Typhaine Juvet**, assistante de recherche, Département de la santé HES-SO