

LES TRAVAILLEURS NON-SALARIÉS



ET LEUR SANTÉ.

RÉSULTATS ET ENSEIGNEMENTS DE L'ENQUÊTE QUANTITATIVE.
PAR JULIEN BOUCHIGNY - FONDATEUR D'OPENION POUR DIALOGUES CONSEIL.

18 NOVEMBRE 2022



CONTENUS

- Périmètre & méthodologie de l'enquête 3
- Enseignements de l'enquête 5
- Résultats détaillés 7

PÉRIMÈTRE ET MÉTHODOLOGIE DE L'ENQUÊTE

POPULATION INTERROGÉE

305 travailleurs non-salariés
(hors exploitants agricoles).

CONSTITUTION DE L'ÉCHANTILLON

Nous avons eu recours à la **méthode des quotas** sur les variables de sexe, âge, région de résidence, secteur d'activité, statut professionnel et statut juridique.

Pour calibrer ces quotas, nous nous sommes basés sur l'étude de cadrage «Emploi et revenus des indépendants» de l'INSEE - Edition 2020.

MODE DE RECUEIL

Les répondants ont été interrogés **en ligne** sur système CAWI (Computer Assisted Web Interview) via l'accès panel Bilendi&respondi, membre d'ESOMAR Corporate.

DATES DU TERRAIN

Les interviews ont été réalisées du **26 octobre au 8 novembre 2022.**

LECTURE DES RESULTATS

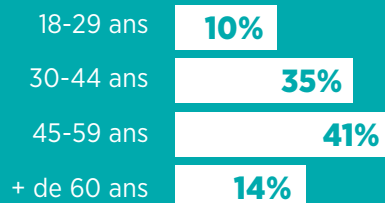
Les résultats sont présentés sous forme de pourcentages. Ils doivent être lus en tenant compte d'une marge d'incertitude (intervalle de confiance à 95% de chance) comprise entre 2,5 et 5,8 points selon le niveau du pourcentage considéré.

STRUCTURE DE L'ÉCHANTILLON

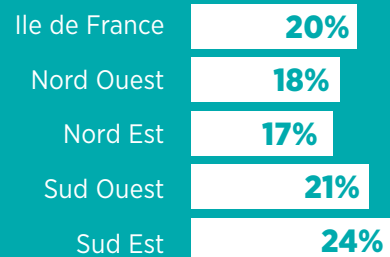
SEXE



ÂGE



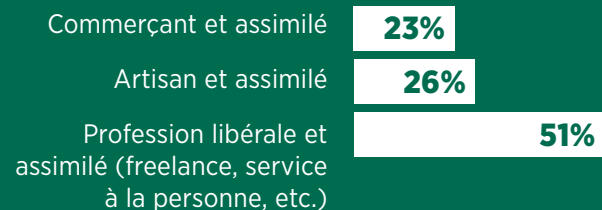
RÉGION DE RESIDENCE



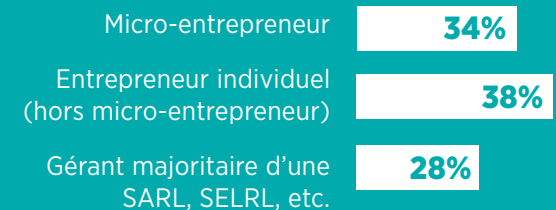
SECTEUR D'ACTIVITÉ



STATUT PROFESSIONNEL



STATUT JURIDIQUE



ENSEIGNEMENTS DE L'ENQUÊTE (1/2)

Les travailleurs non-salariés se sentent dans leur très grande majorité en bonne santé (92%) et déclarent en moyenne un bon niveau de bien-être au travail (7,3 sur 10).

Mais ce bon état de santé vécu ne veut pas dire qu'ils se désintéressent du sujet, bien au contraire : après leur situation financière (59%) **la santé constitue leur deuxième sujet de préoccupation** (44%), devant leur vie familiale et sociale (39%) ou encore leur épanouissement personnel (35%).

D'ailleurs, **plus des trois quarts d'entre eux reconnaissent que leur état de santé général influe sur la performance de leur entreprise / activité professionnelle**, dont plus du tiers (38%) qu'il influe beaucoup.

Parmi les facteurs qui influent le plus sur la performance des travailleurs non-salariés, c'est la qualité du sommeil qui arrive en première position (64%).

Viennent ensuite dans le haut du classement l'équilibre entre la vie professionnelle et la vie personnelle (58%), les conditions de travail (43%) et l'activité physique (40%).

Lorsqu'on les interroge plus précisément sur les symptômes qu'ils ont déjà vécus en lien avec leur activité professionnelle, **ce sont là encore les troubles du sommeil qui arrivent en première place (43%) suivis de l'anxiété et du stress intense (chacun à 40%)**, ces deux symptômes pouvant d'ailleurs causer des troubles du sommeil. En quatrième position sont évoqués les troubles musculo-squelettiques (31%).

A noter que **des symptômes psychologiques plus graves sont évoqués par plus d'un travailleur non-salarié sur dix** comme le burn-out (15%) ou la dépression (11%).

ENSEIGNEMENTS DE L'ENQUÊTE (2/2)

Les travailleurs non-salariés travaillent beaucoup :

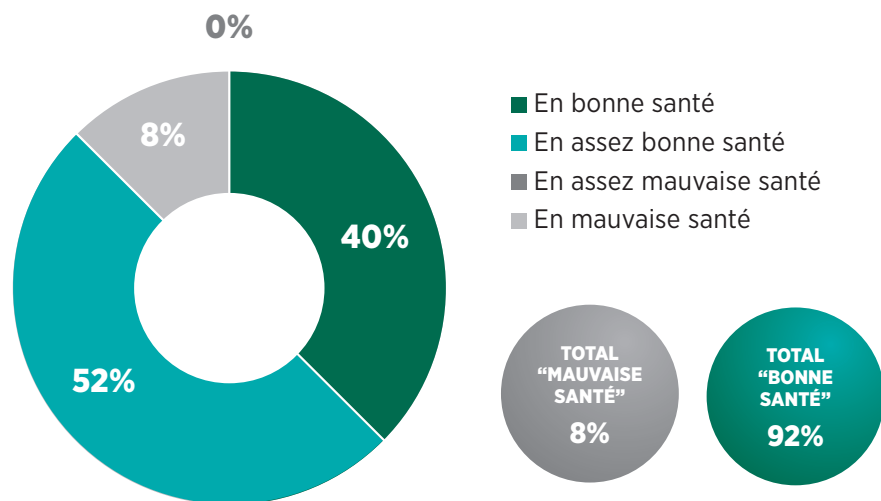
- Ils enregistrent une durée moyenne de travail de 8,4 H par jour, avec près de la moitié d'entre eux (48%) déclarant travailler plus de 8H par jour ;
- Pour 4 travailleurs non-salariés sur 10 (41%), la semaine de travail dure plus de 5 jours ;
- Et sur le front des congés, 59% déclarent en prendre moins de 4 semaines par an et 21% moins de 2 semaines par an.

D'ailleurs, lorsque l'on se penche sur les pratiques liées à leur hygiène de vie, les travailleurs non-salariés sont encore trop peu nombreux à se réserver plus d'une fois par semaine des moments de détente avec leur famille / amis (39%), des moments de relaxation (31%), ou encore des moments de déconnexion des écrans (32%).

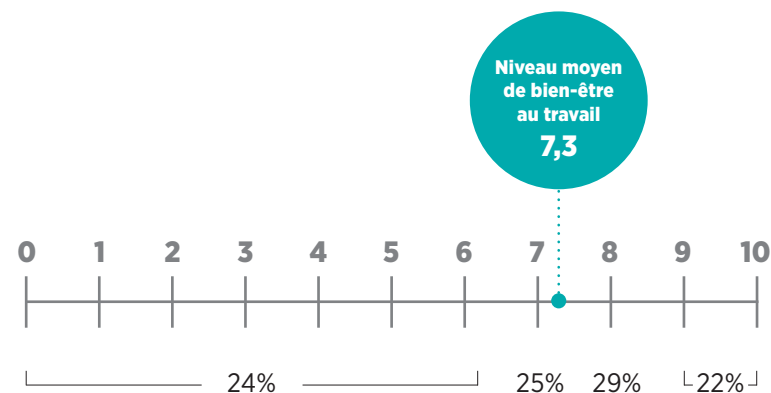
D'autres pratiques peuvent constituer pour eux des marges de progression comme l'activité physique qui n'est pratiquée régulièrement (au moins 2 à 3 fois par semaine) que par moins de la moitié d'entre eux (46%) ou encore les nuits de sommeil complètes qui ne sont la norme (tous les jours ou presque) que pour 45% d'entre eux.

Pour les travailleurs non-salariés qui disposent déjà (75%) ou souhaitent disposer (8%) d'une complémentaire santé, **cette dernière peut constituer un allié pour les aider à améliorer leur santé**. Certains d'entre eux évoquent spontanément un accompagnement qui pourrait prendre la forme d'actions de prévention santé (11%), de conseils santé / bien être / hygiène de vie (7%) ainsi que des propositions et des prises en charge d'activités sportives (7%).

LES TRAVAILLEURS NON-SALARIÉS SE SENTENT DANS LEUR TRÈS GRANDE MAJORITÉ EN BONNE SANTÉ ET DÉCLARENT EN MOYENNE UN BON NIVEAU DE BIEN-ÊTRE AU TRAVAIL.

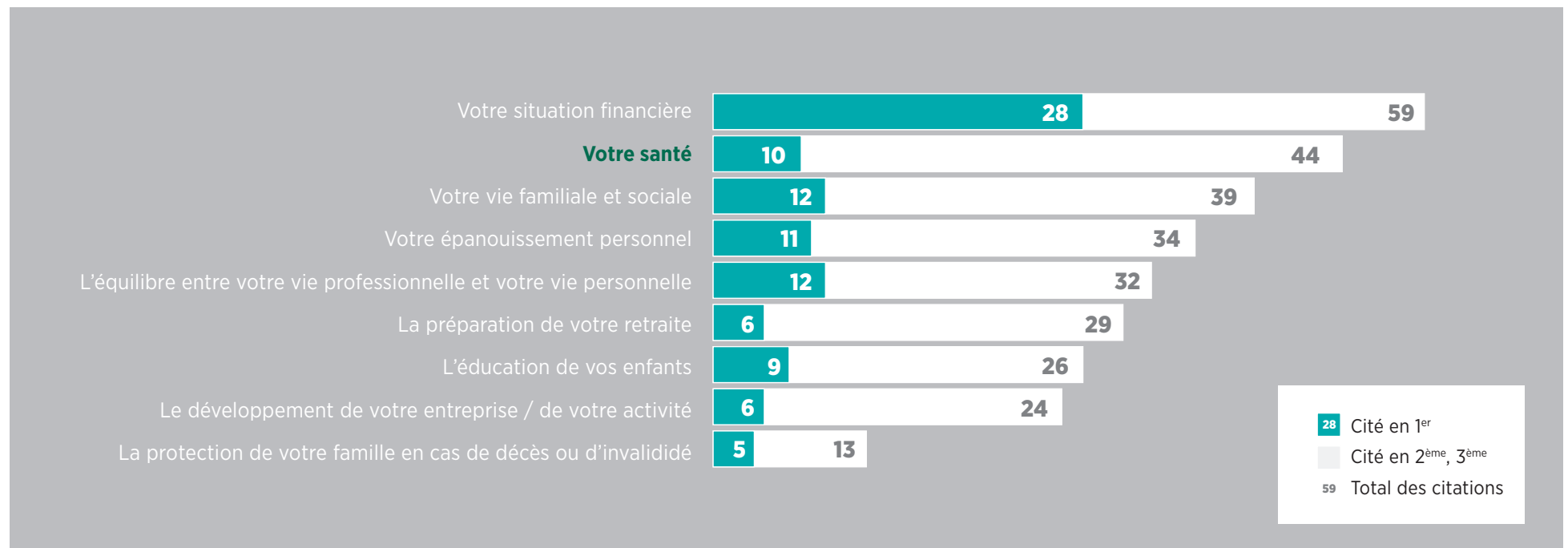


Base : Ensemble des travailleurs non-salariés interrogés (305)
De manière générale, diriez-vous que vous êtes...



Base : Ensemble des travailleurs non-salariés interrogés (305)
Quel est votre niveau de bien-être au travail ? Note sur 10

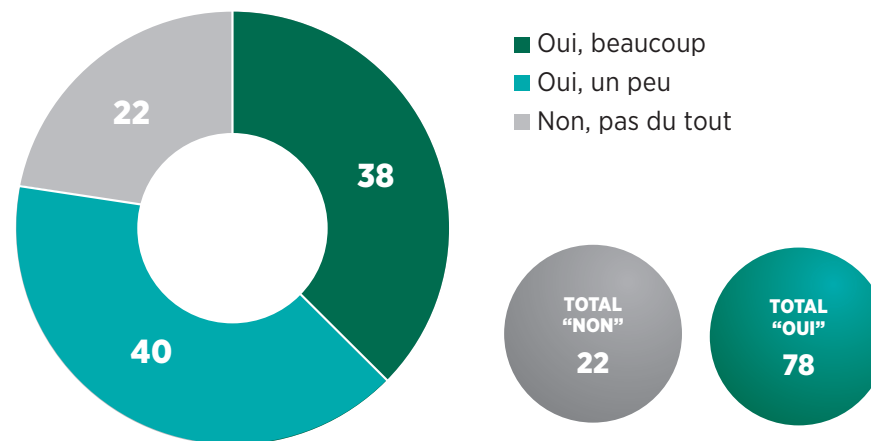
LA SANTÉ EST LE DEUXIÈME GRAND SUJET DE PRÉOCCUPATION DES TRAVAILLEURS NON-SALARIÉS, DERRIÈRE LEUR SITUATION FINANCIÈRE.



Base : Ensemble des travailleurs non-salariés interrogés (305)
Parmi les sujets suivants, quels sont les trois qui vous préoccupent le plus ? 3 réponses demandées

POUR PLUS DES TROIS QUARTS DES TRAVAILLEURS NON-SALARIÉS, LEUR ÉTAT DE SANTÉ INFLUE SUR LA PERFORMANCE DE LEUR ENTREPRISE / ACTIVITÉ.

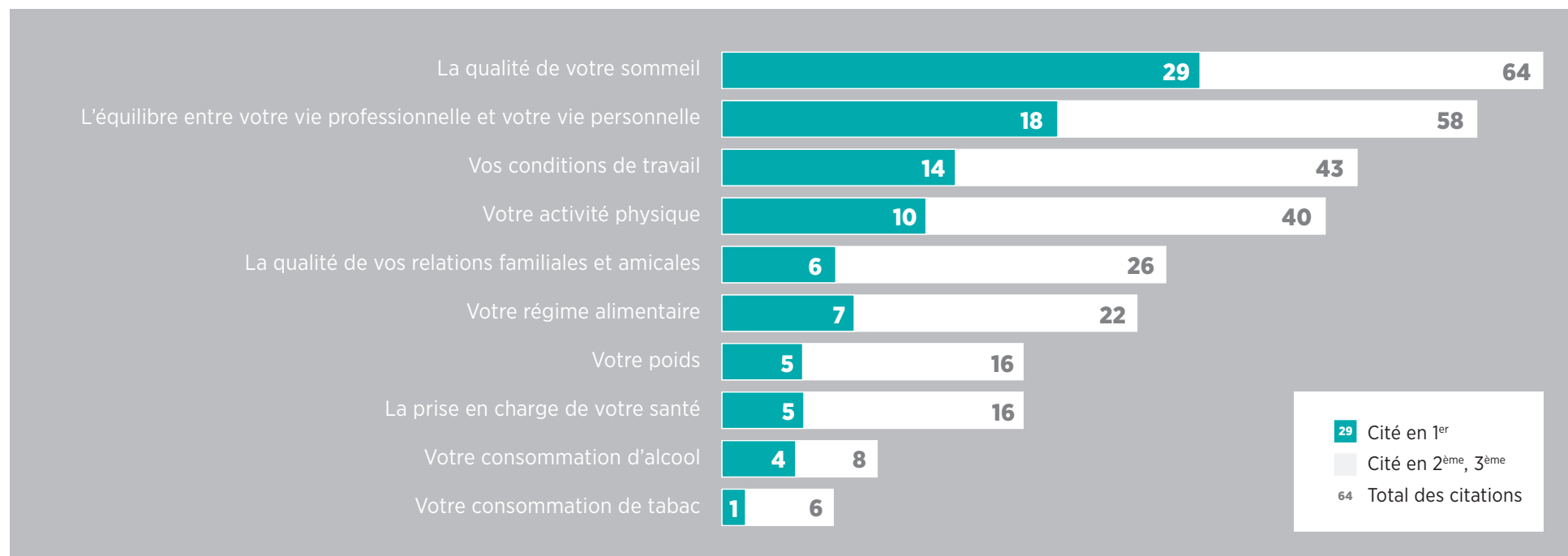
INFLUENCE DE L'ÉTAT DE SANTÉ SUR LA PERFORMANCE DE L'ENTREPRISE / ACTIVITÉ



Base : Ensemble des travailleurs non-salariés interrogés (305)

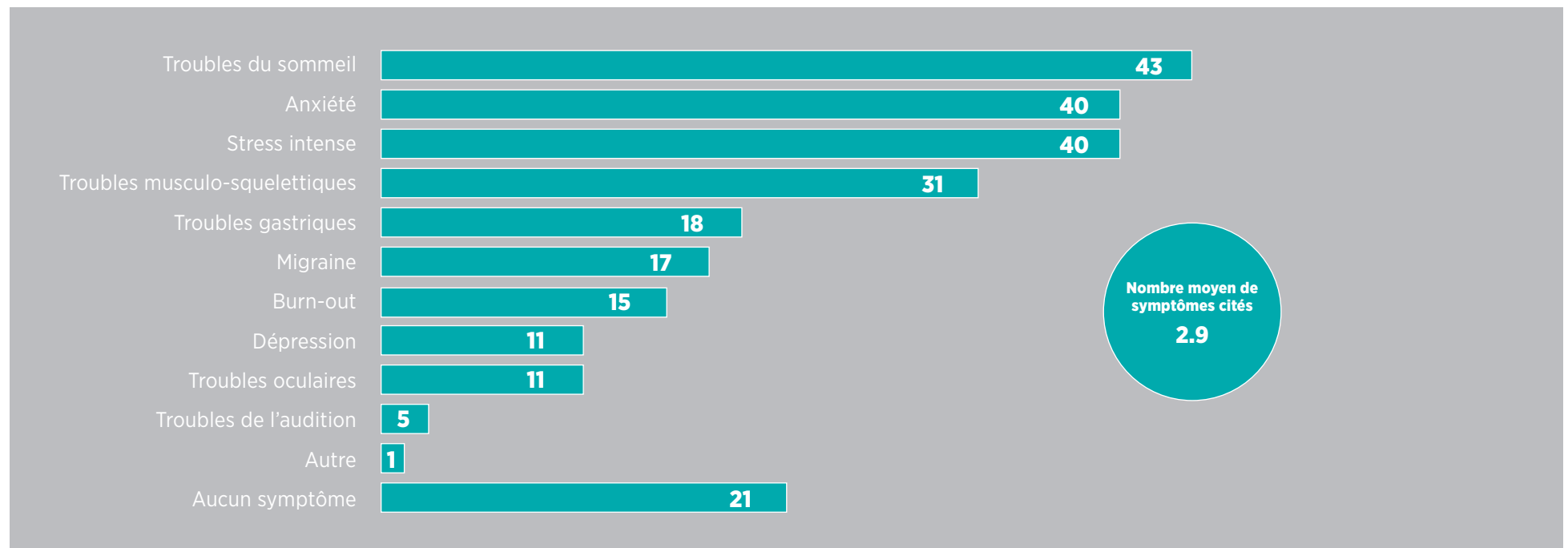
De votre point de vue, votre état de santé général influe-t'il sur la performance de votre entreprise / de votre activité professionnelle ?

LA QUALITÉ DU SOMMEIL EST LE FACTEUR QUI INFLUE LE PLUS SUR LA PERFORMANCE DES TRAVAILLEURS NON-SALARIÉS, DEVANT L'ÉQUILIBRE VIE PRO. / VIE PERSO.



Base : Ensemble des travailleurs non-salariés interrogés (305)
 Parmi les sujets suivants, quels sont les trois qui vous préoccupent le plus ? 3 réponses demandées

APRÈS LES TROUBLES DU SOMMEIL, CE SONT DES SYMPTÔMES PSYCHOLOGIQUES (ANXIÉTÉ, STRESS) DONT LES TRAVAILLEURS NON-SALARIÉS DÉCLARENT SOUFFRIR LE PLUS.



Base : Ensemble des travailleurs non-salariés interrogés (305)

Parmi les symptômes suivants, quels sont ceux que vous avez déjà connus personnellement, en lien avec votre activité professionnelle ?

LES TRAVAILLEURS NON-SALARIÉS DÉCLARENT DES TEMPS DE TRAVAIL MOYENS BIEN SUPÉRIEURS À CEUX DES SALARIÉS.

Nombre moyen d'heures
travaillées par jour

8,4

9 H à 10 H par jour : 31%
Plus de 10 H par jour : 17%

Nombre moyen de jours
travaillés par semaine

5,3

Plus de 5 jours par semaine : 41%

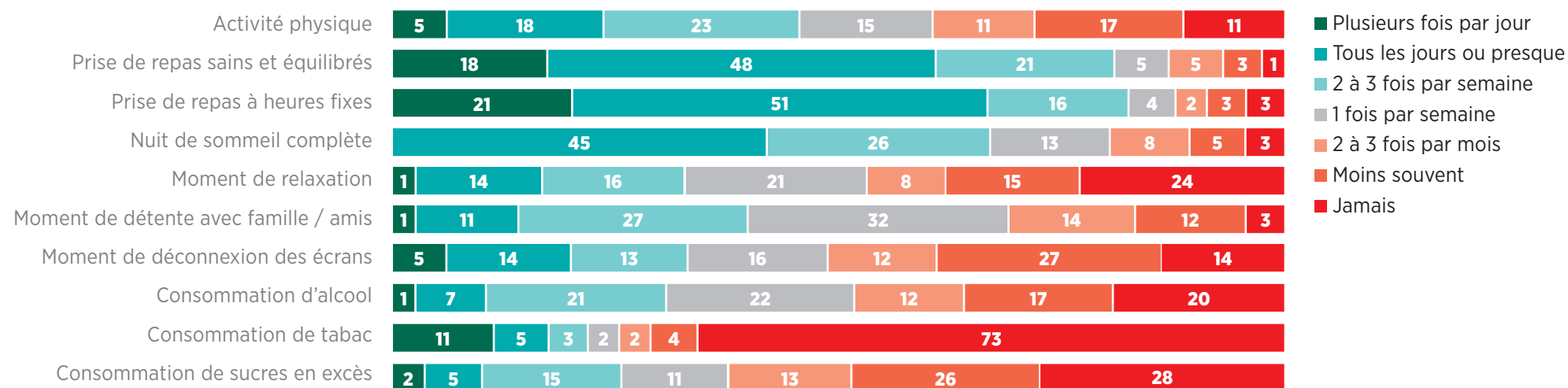
Nombre moyen de semaines
de congés prises par an

4,6

2 à 4 semaines : 38%
Moins de 2 semaines : 21%

Base : Ensemble des travailleurs non-salariés interrogés (305)

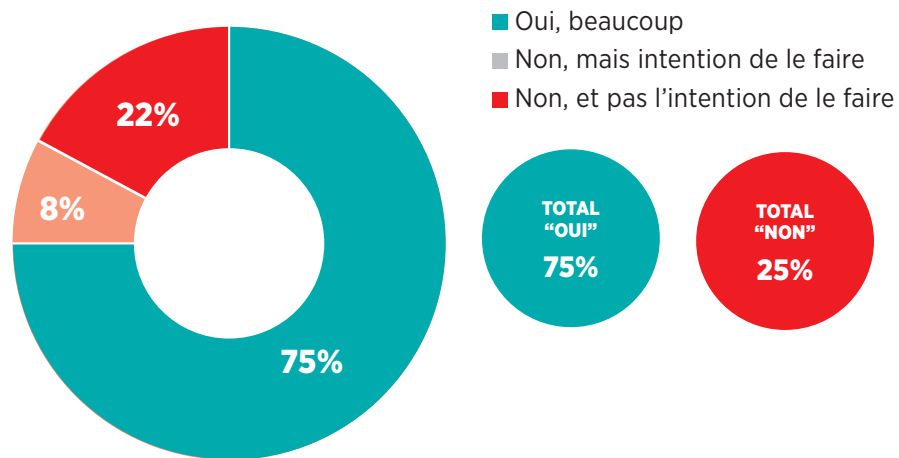
EN MATIÈRE D'HYGIÈNE DE VIE, LES TRAVAILLEURS NON-SALARIÉS DISPOSENT DE MARGES DE PROGRESSION, NOTAMMENT SUR L'ACTIVITÉ PHYSIQUE, LE SOMMEIL, LA DÉCONNEXION.



Base : Ensemble des travailleurs non-salariés interrogés (305)
A quelle fréquence pratiquez-vous les activités suivantes ?

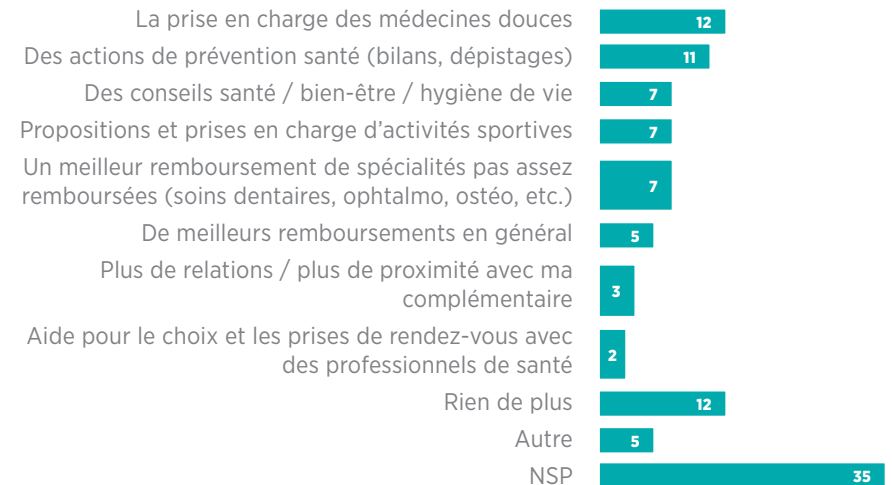
POUR CERTAINS TRAVAILLEURS NON-SALARIÉS, LEUR COMPLÉMENTAIRE SANTÉ PEUT CONSTITUER UN ALLIÉ POUR AMÉLIORER LEUR SANTÉ ET LEUR BIEN-ÊTRE.

SOUSCRIPTION À UNE COMPLÉMENTAIRE SANTÉ



Base : Ensemble des travailleurs non-salariés interrogés (305)
Avez-vous souscrit personnellement à une complémentaire santé ?

ATTENTES EN MATIERE D'ACCOMPAGNEMENT DE SA COMPLÉMENTAIRE SANTÉ



Base : Travailleurs non salariés ayant souscrit ou ayant l'intention de souscrire à une complémentaire santé (254)
Au-delà du remboursement de vos frais médicaux, comment votre (ou votre future) complémentaire santé peut vous accompagner au mieux pour rester en bonne santé / retrouver la santé ? Question ouverte