# Œuvrer au bonheur au travail – Un expert danois pour la première fois en Belgique

**Le vendredi 27 septembre, le Chief Happiness Officer danois, Alexander Kjerulf, expert réputé dans le domaine du bonheur au travail, auteur de bestsellers, orateur de marque international et conférencier TEDx, sera pour la première fois sous les feux des projecteurs en Belgique. La deuxième édition de ‘la Semaine du Bonheur au travail’ se clôturera ce jour-là par un évènement international au cours duquel les invités pourront trouver l’inspiration auprès de nombreux orateurs et ateliers sur le bonheur au travail.**

**Des chiffres alarmants**

En 2017, une étude américaine sur le bonheur au travail a révélé des chiffres alarmants : 5 % des travailleurs interrogés avaient déjà souffert d’un burn-out. Plus de **40 %** avaient apparemment déjà subi un ‘**brown-out’** ou **phase de pré-burn-out**, à savoir le signal d’alerte du burn-out. Or, à ce jour, aucun chiffre n’a été publié en Belgique sur ce phénomène de brown-out.

Par contre, les chiffres publiés en Belgique révèlent clairement que la situation sur le terrain devient de plus en plus inquiétante. Outre les chiffres sur l’absentéisme de longue durée et l’épidémie de burn-out qui nous amènent à nous poser des questions, de nombreux travailleurs sont soumis à une pression intense : 64 % des travailleurs se disent stressés au travail (Securex), 72 % estiment que leur emploi n’est pas significatif (AMS), 73 % des travailleurs belges ne se sentent pas impliqués dans leur travail et 17 % sont si démotivés qu’ils nuisent (en douce) à l’évolution de leur entreprise (Gallup), 51 % se sentent régulièrement mal dans leur peau au travail (Agilitas), 21 % se sentent déprimés et 26 % se sentent tristes, anxieux, furieux ou indignés au travail (HIP-Consult)…

Hélas, tous ces chiffres dans le rouge mettent en évidence le risque accru de burn-out et d’autres maladies liées au stress de même que le risque accru qu’à tout moment, d’autres travailleurs tombent aussi malades. La clé de la solution à cette épidémie de burn-out réside donc dans l’efficacité de la prévention. En d’autres termes, arrêtons de faire une fixette sur le burn-out et attaquons-nous sans attendre à l’épidémie de brown-out !

**Œuvrer au bonheur au travail**

Il est possible de prévenir et de résoudre les problèmes de brown-out en misant au bon moment et de la bonne manière sur le bonheur au travail. Vu les nombreux aspects qu’il reste encore à améliorer en Belgique, notamment pour que le bonheur au travail devienne la chose la plus normale qui soit, Tryangle organise ‘la Semaine du Bonheur au travail’. Cette initiative internationale, qui en est déjà à sa deuxième édition en Belgique, se déroulera du 23 au 27 septembre 2019. La Semaine du Bonheur au travail incite les entreprises, les individus, les employeurs et les travailleurs à œuvrer activement au bonheur au travail.

Cette semaine thématique se clôturera le vendredi 27 septembre par un évènement unique à Bruxelles. Alexander Kjerulf, expert danois en bonheur au travail, qui a déjà été invité par de nombreux pays, participera à cet évènement pour la première fois en Belgique en tant que conférencier. D’autres orateurs se joindront à lui, et plusieurs ateliers seront proposés au cours de cette après-midi riche d’inspiration. Vous trouverez toutes les informations sur cette semaine thématique ainsi que sur l’évènement de clôture sur [www.semainedubonheurautravail.be](http://www.semainedubonheurautravail.be/).

**Tryangle** aide les entreprises et les travailleurs à résoudre les problèmes d’absentéisme et de productivité en misant sur le bien-être et le bonheur au travail. Des travailleurs heureux sont d’ailleurs des travailleurs plus productifs ! Tryangle propose différents types d’ateliers et de formations ainsi que des activités de coaching, de teambuilding et de consulting.

**Note aux rédactions**

Interlocutrice : Tessa Vermaeren - [tessa@tryangle.be](mailto:tessa@tryangle.be) - 0495 54 11 90

Pour de plus amples informations et pour télécharger des documents de référence, veuillez cliquer [ici](https://semainedubonheurautravail.be/presse).

Pour de plus amples informations sur le brown-out, nous vous conseillons de lire les articles rédigés par le Chief Happiness Griet Deca pour [Jobat](https://www.jobat.be/fr/articles/souffrez-vous-dun-brown-out/).