

TEST :



Découvrez
votre profil
bien-être

cftc'est

CONCRET



7 POINTS FORTS POUR
VOTRE BIEN-ÊTRE



Syndicat

cftc

La Poste



TEST

Découvrez votre profil **bien-être**

Répondez aux 6 questions pour découvrir quel est votre profil bien-être.

La CFTC est présente pour vous accompagner quelles que soient vos préoccupations !



1. Quelle est votre priorité lorsqu'il s'agit de votre routine quotidienne au travail ?

-  Avoir le temps de prendre soin de ma santé physique.
-  Maintenir un équilibre mental et émotionnel.
-  Assurer ma stabilité financière et mes perspectives de carrière.
-  Cultiver des relations sociales positives.

2. Comment gérez-vous les situations de stress au travail ?

-  Je me concentre sur les aspects pragmatiques et techniques pour trouver des solutions.
-  Je fais une pause pour m'aérer ou faire de l'exercice.
-  Je pratique des techniques de relaxation ou de méditation.
-  Je parle avec un collègue ou un ami pour évacuer la tension.





3. Quelle est votre vision de la réussite professionnelle ?

 Avoir un travail qui m'apporte sérénité et épanouissement.

 Atteindre une stabilité financière et des revenus satisfaisants.

 Être en bonne forme tout en travaillant, garder un rythme dynamique.

 Travailler dans un environnement enrichissant et avec des collègues agréables.

4. Que faites-vous pour vous ressourcer après une longue journée de travail ?

 Je planifie mes prochaines vacances.

 Je fais du sport et je déconnecte.

 Je vois des amis ou passe du temps en famille.

 Je pratique des activités de détente comme la lecture ou la marche.

5. Quel aspect de votre travail aimeriez-vous améliorer ?

 Mieux gérer mon stress.

 Augmenter mes revenus.

 Avoir plus de temps.

 Avoir de belles perspectives d'évolution.

6. Pour vous, travail rime avec :

 Médaille.

 Retrouaille.

 Pagaille.

 Sur la paille.





RÉSULTATS

Quel profil **bien-être** êtes-vous ?

Maximum de 

Argent

Votre priorité est de vous assurer une stabilité financière et un bon pouvoir d'achat. Vous êtes très attentif à la gestion de vos finances, à la progression de votre carrière et à la rémunération que vous recevez pour votre travail. Pour vous, un salaire compétitif, des avantages sociaux solides et des perspectives de carrière claires sont les principaux indicateurs de satisfaction.

Point fort : motivation basée sur les récompenses financières et la progression de carrière.

➔ Découvrez les engagements concrets de la CFTC pour votre **POUVOIR D'ACHAT** (page 8).

Maximum de 

Santé

Vous accordez une grande importance à votre santé et à votre bien-être corporel. Pour vous, il est essentiel d'avoir un mode de vie actif, de prendre en compte ses conditions personnelles et de maintenir une bonne énergie. Vous pensez que rester en forme est la clé pour rester performant et heureux dans votre vie professionnelle.

Point fort : excellente connaissance de vos ressources et vos limites.

➔ Découvrez les engagements concrets de la CFTC pour votre **SANTÉ** (page 6) et votre **BIEN-ÊTRE AU TRAVAIL** (page 16).

Maximum de 

Social

Vous êtes très axé sur les relations humaines et la vie sociale au travail. Pour vous, un environnement de travail idéal est celui où vous pouvez entretenir des liens soudés avec vos collègues, participer à des activités collectives et valoriser les opportunités de networking. L'équilibre entre vie professionnelle et vie personnelle est essentiel pour votre bien-être, vous vous assurez de consacrer du temps à votre famille et à vos amis, tout en gardant votre implication dans votre entreprise.

Point fort : excellente capacité à créer et entretenir des relations positives au travail.

➔ Découvrez les engagements concrets de la CFTC pour les **OFFRES SOCIALES ET CULTURELLES (page 10)** ainsi que pour votre **ÉQUILIBRE VIE PRO, VIE PERSO (page 14)**.

Maximum de 

Zen

Votre bien-être mental est votre principale priorité au travail. Vous cherchez à évoluer dans un environnement où les conditions de travail sont optimales avec un bon équilibre entre charge de travail et moments de détente. Vous êtes sensible à la qualité des relations professionnelles et à un environnement de travail sain.

Point fort : capacité à reconnaître et à gérer le stress avant qu'il ne devienne problématique.

➔ Découvrez les engagements concrets de la CFTC pour vos **CONDITIONS DE TRAVAIL (page 12)** et votre **CSE (page 18)**.



1 VOTRE SANTÉ, C'EST CONCRET !

**La CFTC, le seul syndicat réformiste à
défendre votre santé !**



Nous sommes un syndicat réformiste mais qui sait aussi dire NON ! La CFTC s'est positionnée CONTRE l'accord qui dégrade vos droits à maintien de salaire pour les congés maladie, y compris en cas de cancer, et augmente les cotisations.





D'autres syndicats (CFDT, CFE/CGC, FO et UNSA) n'ont pas hésité à signer cet accord DÉFAVORABLE AUX POSTIERS !



Notre revendication :

**NON À LA PERTE DE SALAIRE DÈS
46 JOURS DE MALADIE**



*Donnez votre voix à la CFTC qui
défend les droits fondamentaux,
libre de toutes pressions !*

2

DU CONCRET POUR VOTRE POUVOIR D'ACHAT !



**Voter CFTC, c'est s'assurer de la
défense de votre pouvoir d'achat.**

***Signataire des accords,
la CFTC vous a permis de
bénéficier de l'intéressement,
des primes de pouvoir d'achat
et des primes métiers, c'est
plusieurs milliers d'euros en
plus sur votre rémunération
depuis 6 années.***

***Sans signature de la CFTC,
PAS DE PRIMES !***

Nos revendications :

- ➔ **Revoir les grilles de salaires et mettre en place une prime d'ancienneté**
- ➔ **Un 13^e mois avec maintien des primes existantes**
- ➔ **La prise en charge à 100 % de la mutuelle**
- ➔ **Le remboursement intégral des abonnements de transports en commun**
- ➔ **1 000 € placés sur le PEG/ PERCOL, c'est 1 000 € d'abondement**
- ➔ **Des tickets-restaurant de 10 € POUR TOUS**



3 CONCRÉTISER DES OFFRES SOCIALES ET CULTURELLES !

Voter CFTC, c'est choisir des actions sociales et culturelles qui profiteront à tous les postiers !

Nous militons pour la mise en place d'un socle minimum pour tous avec possibilité de bénéficier au moins d'une offre vacances à -50 % tous les ans.

Nos revendications :

- 1 € de budget = 1 € pour les postiers
- Une application avec toutes les offres en ligne
- Des offres variées adaptées à la situation de chacun



4

UNE PRISE EN COMPTE CONCRÈTE DE VOS CONDITIONS DE TRAVAIL !



Votez CFTC pour une vision moderne et adaptée à nos réalités d'aujourd'hui.

“

Nous demandons que la notion de pénibilité à La Poste soit redéfinie et prenne en compte les risques psychosociaux et la pression commerciale.

”

Nos revendications :

- La prévention des risques de **BURN-OUT**
- Une vraie prise en compte de la pénibilité par un allègement de la charge de travail en fin de carrière
- Stopper la tyrannie des chiffres et des cadences
- Revoir le modèle des réorganisations tous les 2 ans
- Et surtout, une **PRIORITÉ À LA PRÉVENTION**



5

VIE PERSO / VIE PRO AU CŒUR DE NOS ACTIONS, DU CONCRET !

**Votez CFTC pour préserver votre vie
personnelle et familiale.**

***Nous priorisons
l'humain et
l'importance
de la famille.***





Nos revendications :

- Des ASA pour garde d'enfants POUR CHAQUE ENFANT avec une bonification pour les moins de trois ans**
- 2 jours de repos consécutifs par semaine et/ou la semaine de 4 jours pour ceux qui ne peuvent pas télétravailler**
- Un vrai droit à la déconnexion**

6

DU TEMPS CONCRET POUR VOTRE BIEN-ÊTRE !

**Voter CFTC, c'est remettre
l'humain au cœur de nos relations
professionnelles et dire STOP à la
pression des chiffres.**



***Nous trouvons
inadmissible que des
postiers partent en
retraite sans même un
geste de leur direction.***



Nos revendications :

- ➔ Possibilité d'obtenir un prêt à 0 % en cas d'accident de la vie
- ➔ Bonification des CA pour les aidants
- ➔ Une remise officielle de la médaille du travail accompagnée d'une prime
- ➔ Remettre de la convivialité au sein des équipes avec des moments en commun pris sur le temps de travail (naissance, mariage, retraite, arbre de Noël)

1

UN CSE CONCRET POUR VOTRE CARRIÈRE !

Voter CFTC, c'est faire un choix concret, celui d'un syndicat qui sera à vos côtés du début à la fin de votre carrière.



*Une carrière, c'est
fait de hauts,
mais aussi de bas.*

*La CFTC est à vos
côtés et ne vous
lâchera pas en
cas de coup dur !*



Nos revendications :

- ➔ **Abondement par La Poste du CPF**
- ➔ **Valorisation des tutorats pour que le savoir soit transmis aux nouvelles générations**
- ➔ **Maintenir par tous les moyens les personnels dans l'emploi, y compris en cas de handicap ou d'inaptitude survenus pendant la vie professionnelle**
- ➔ **Le maintien d'un dispositif de fin de carrière qui permettra aux postier(ère)s de partir plus tôt ou de cesser progressivement leur activité**



cftc est
CONCRET

Élections CSE 2024

Du 09 au 14 octobre,

Votez CFTC !

Voter CFTC, c'est faire confiance à
l'accompagnement humain et aux plus fervents
défenseurs de votre vie professionnelle.

Compétence, expérience, engagement :
3 garanties concrètes au service de la
défense de vos droits.

La CFTC, c'est l'humain avant tout !

VOTEZ CFTC !

cftclaposte.fr



Syndicat

cftc

La Poste