



amplitude de travail et surmenage

Par **cyrille41**, le **01/03/2013** à **11:15**

bonjour a tous, je vous explique mon cas..

Cela fait plus de 3ans que je travail pour mon employeur a faire de la messagerie express, je suis arrivé au " burn out" (surmenage total). je vous donne mes horaires de travail pour vous donner une idée: lundi 9h /17h , mardi 4h /17h , mercredi 4h /17h et un jeudi sur 2 4h/17h . je n'ai aucune pause dans la journée (si ce n'est 5 minutes chez un client), je doit manger en conduisant pour ne pas perdre de temps, ca implique aussi de faire des excès de vitesse pour pouvoir faire le travail en temps. et pendant les vacances des collègues je doit travailler toutes la semaine avec ces horaires (lundi 9h/17h , du mardi au vendredi 4h/17h et voir le samedi de 4h a 9h)...

J'en peut plus de ce rythme, que doit je faire? démissionner?

Par **P.M.**, le **01/03/2013** à **17:35**

Bonjour,

Vous pourriez déjà faire reconnaître vos droits en vous rapprochant des Représentants du Personnel ou, en absence dans l'entreprise, d'une organisation syndicale ou même de l'Inspection du Travail...

Si vous démissionniez, il faudrait exposer vos griefs pour ensuite pouvoir exercer éventuellement un recours devant le Conseil de Prud'Hommes...