



# LA SANTÉ AU RISQUE DU CHÔMAGE

SYNTHÈSE D'UNE ENQUÊTE  
SUR LA SANTÉ DES CHERCHEURS D'EMPLOI

MENÉE DE MARS À JUIN 2021

FORCEfemmes



TERRITOIRES  
ZÉRO CHÔMEUR  
DE LONGUE  
DURÉE



SOLIDARITÉS  
NOUVELLES  
face au CHÔMAGE  
snc.asso.fr

# SOMMAIRE

## 01.

### Introduction

- › Donner la parole aux personnes au chômage sur leur santé
- › Caractéristiques des répondants à l'enquête
- › Les partenaires du projet

## 02.

### Résultats de l'enquête

- › La santé des personnes déjà fragilisées se dégrade avec le chômage
- › Les malades du travail vivent le chômage comme une amélioration de leur état
- › Double peine : la santé psychique particulièrement impactée par le chômage et la crise sanitaire
- › Une tendance inquiétante : le renoncement aux soins
- › La santé des chercheurs d'emploi insuffisamment considérée
- › Recouvrer la santé : un facteur préalable au retour à l'emploi

## 03.

### Nos propositions

# 01 INTRODUCTION

## Donner la parole aux personnes au chômage sur leur santé

Au printemps 2021, dans le prolongement des travaux menés par Solidarités nouvelles face au chômage\*, nos quatre associations, toutes engagées dans l'accompagnement vers l'emploi, se sont associées afin de donner la parole aux personnes au chômage au sujet de leur santé, psychique et physique. En effet, nous sortions à peine d'un an de crise sanitaire sans précédent dont les personnes au chômage semblaient, une fois de plus, avoir été les grandes oubliées. Au regard de ce moment inédit et des évolutions récentes de notre système de santé (télé-médecine, médecine du travail...), il nous a paru urgent et important d'offrir aux chercheurs d'emploi l'opportunité de s'exprimer sur leur état de santé et de témoigner des conséquences du chômage sur celle-ci.

## Caractéristiques des répondants à l'enquête

Lancée en mars 2021, hébergée par la plateforme en ligne de SNC Expressions\*\* et relayée par nos associations, l'enquête a été clôturée en juin.

Voici les caractéristiques des personnes ayant répondu :

**977 répondants**, dont :

- 643 personnes accompagnées par une des associations partenaires et 334 personnes non accompagnées ou accompagnées par une autre association ;
- 80 % de femmes et 20 % d'hommes ;
- 0,7 % de moins de 20 ans ; 9,4 % entre 20 et 30 ans ; 12,2 % entre 30 et 40 ans ; 26,1 % entre 40 et 50 ans ; 25 % entre 50 et 55 ans ; 26,8 % de plus de 55 ans.

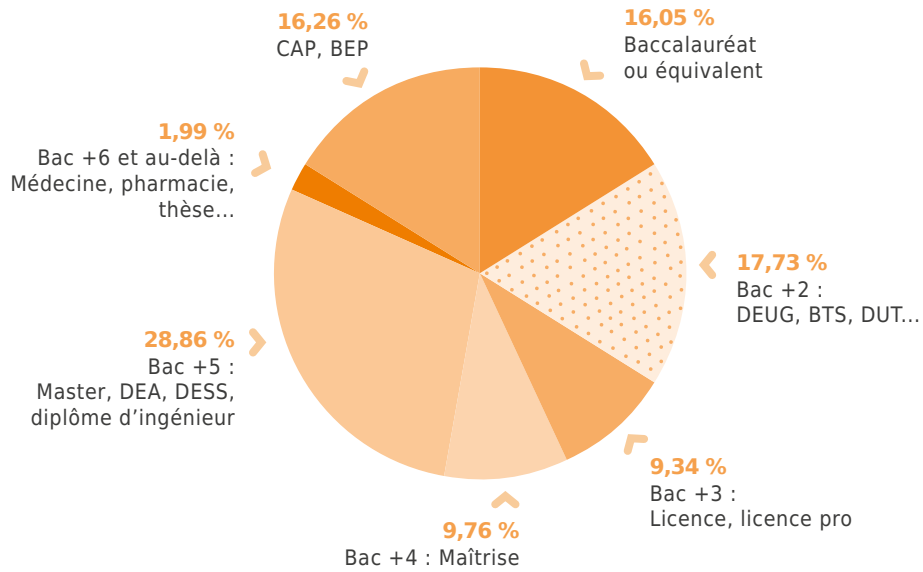
\*Voir le rapport intitulé La santé des chercheurs d'emploi, un enjeu de santé publique, paru en 2018, dans lequel SNC alertait déjà sur une réalité trop souvent ignorée : le chômage nuit à la santé.

\*\*[sncexpressions.fr](http://sncexpressions.fr)

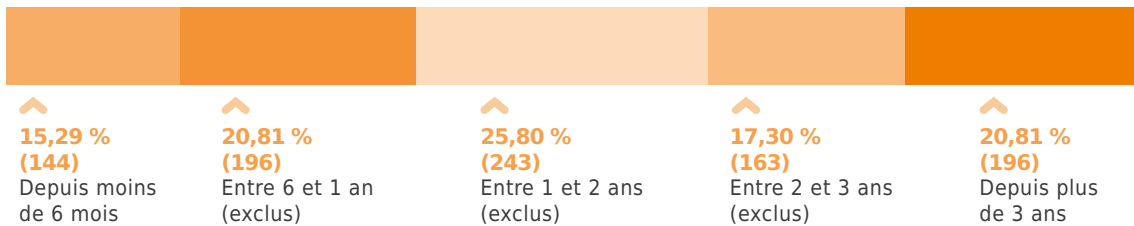
- 32,67 % vivent dans une grande ville, 28,98 % dans une ville moyenne, 21,71 % dans la banlieue d'une ville grande ou moyenne et 16,65 % en milieu rural ;
- 28,67 % vivent seules ; 15,53 % seules avec des enfants ; 16,15% en couple sans enfant ; 20,81% en couple avec 1 ou 2 enfants ; 4,14 % en couple avec 3 enfants ; 3,83% avec un-e ami-e ou un autre membre de sa famille ; 5,59% avec plusieurs ami-e-s ou membres de sa famille ; 5,25 % autres.
- 49,52 % assurent principalement les revenus du foyer.
- Le revenu mensuel moyen du foyer est de 800 euros pour 20,06 % des personnes, entre 800 et 1400 euros pour 25,74 %, entre 1400 et 3000 pour 34,24 % et supérieur à 3000 euros pour 19,96 %.
- 14,20 % sont reconnues travailleurs-euses handicapé-e-s.
- Secteur professionnel :

SECTEUR PROFESIONNEL	POURCENTAGE	NOMBRE
Automobile	1,37 %	13
Agriculture	2,00 %	19
Agroalimentaire	2,42 %	23
Assurance et protection sociale	1,26 %	12
BTP, habitat social et urbanisme	5,26 %	50
Distribution	6,83 %	65
Finance et comptabilité	3,47 %	33
Franchise	0,11 %	1
Économie sociale et solidaire	2,42 %	23
Éducation, formation et recherche	5,57 %	53
Énergie et ressources naturelles	1,47 %	14
Industrie chimique et pharmaceutique	4,00 %	38
Luxe	2,00 %	19
Médias	4,10 %	39
Santé, sanitaire et social	9,25 %	88
Secteur public	5,68 %	54
Services aux collectivités	1,37 %	13
Technologies	4,31 %	41
Télécommunications	1,05 %	10
Tourisme - hôtellerie et loisirs	5,05 %	48
Transports	2,10 %	20
Autre	28,92 %	275
	<b>TOTAL</b>	<b>951</b>

• Niveau de formation initiale :

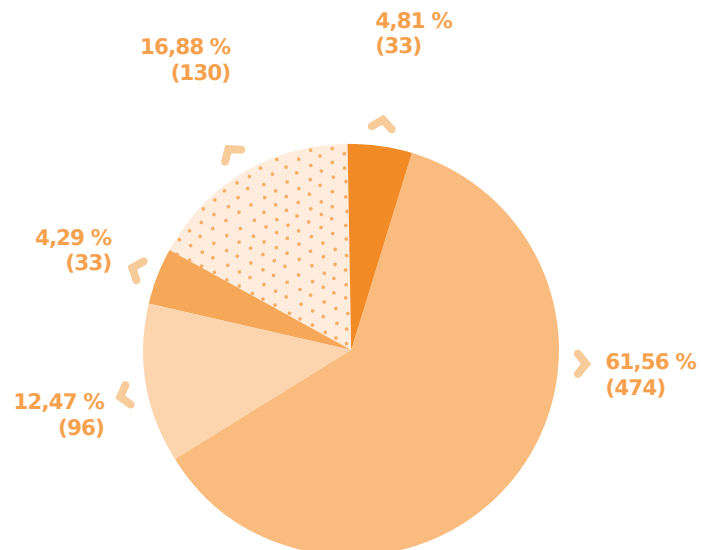


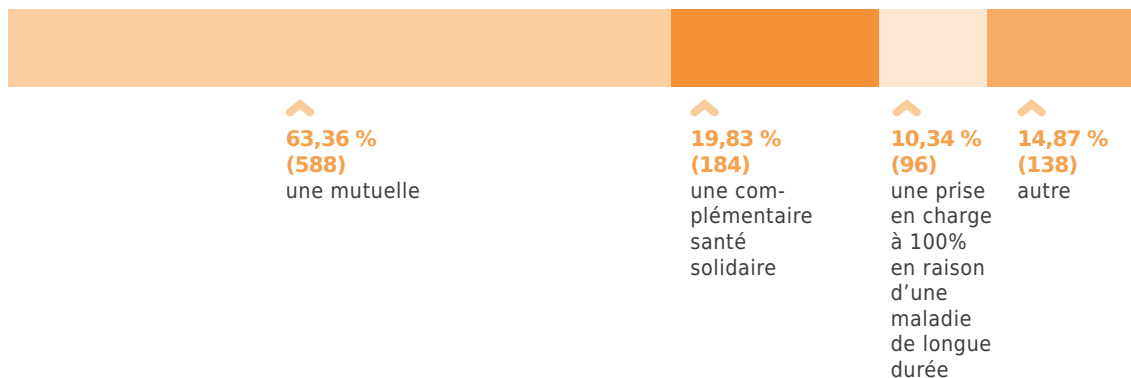
• Durée de chômage :



• Aides financières :

**Est-ce que vous bénéficiez de :**





Ne prétendant pas à la rigueur attendue d'un travail de nature scientifique, nous n'avons pas cherché à atteindre une quelconque représentativité, ce dont atteste le panel. Il s'agissait simplement de donner l'opportunité aux personnes qui le souhaitaient de s'exprimer et de nous engager à faire entendre leurs voix.

## Les partenaires du projet

### » La Cravate Solidaire

**En 2021 : 5000 candidats accompagnés / 1500 bénévoles / 65 % de réussites aux entretiens**

Depuis 2012, La Cravate Solidaire lutte contre les discriminations à l'entretien d'embauche de personnes en insertion professionnelle qui font face à un défaut matériel, de confiance en soi et de maîtrise des codes de l'entretien.

À travers les Ateliers Coup de Pouce, l'association accompagne sur 12 territoires des personnes en recherche active d'emploi via le don d'une tenue professionnelle et la transmission des codes de l'entretien par une communauté de bénévoles qui ont l'expérience de l'entretien d'embauche. L'association utilise la forme (l'apparence) pour travailler sur le fond (confiance en soi, discours et codes professionnels).

### » Force Femmes

**En 2020 : 1544 nouvelles inscriptions / 950 bénévoles / 2615 ateliers / 6565 ateliers**

Depuis 2005, Force Femmes est une association reconnue d'intérêt général qui accompagne gratuitement les femmes de plus de 45 ans au chômage. Elle les guide vers une autonomie dans la construction du projet professionnel, salarié ou entrepreneurial, et lutte contre les stéréotypes liés à l'âge.

Grâce aux actions de l'association, 2 000 femmes démarrent ou consolident leur projet chaque année, en participant à des ateliers collectifs ou un accompagnement individuel, dispensés par un réseau national de 950 hommes et femmes bénévoles recrutés sur leurs compétences professionnelles.

Force Femmes est implantée dans 10 villes et développe également depuis 2021 un accompagnement digital pour s'ouvrir plus largement à toutes les femmes intéressées sur le territoire. C'est la seule association à proposer un accompagnement ciblé vers ce public de femmes en transition professionnelle.

## » Solidarités nouvelles face au chômage

**En 2020 : 3500 accompagnements / 2300 bénévoles / 60 % d'issues positives en moyenne sur les 10 dernières années**

L'association Solidarités nouvelles face au chômage (SNC), née il y a plus de 35 ans, propose un accompagnement aux personnes au chômage, quels que soient leur parcours et leur situation. Assuré sur l'ensemble du territoire national par des binômes de bénévoles formés, cet accompagnement est gratuit et s'inscrit dans la durée, en fonction des besoins des chercheurs d'emploi. SNC intervient également dans le débat public pour faire connaître à l'opinion et aux décideurs économiques et politiques la réalité vécue par les personnes au chômage. Enfin, SNC soutient la création d'emplois dans des structures de l'économie sociale et solidaire.

## » Territoires zéro chômeur de longue durée

**En décembre 2020, le projet TZCLD comptait 13 entreprises à but d'emploi (EBE) sur 10 territoires en France. Depuis leur création en 2017, les EBE ont permis à plus de 1000 personnes de sortir de la privation d'emploi et de retrouver un emploi en CDI à temps choisi.**

Le projet « Territoires zéro chômeur de longue durée » a été porté pour sa phase de démarrage par ATD Quart Monde en partenariat avec le Secours catholique, Emmaüs France, Le Pacte civique et la Fédération des acteurs de la solidarité avec, dès le départ, une volonté partagée que la conduite opérationnelle de ce projet puisse être ensuite portée par une organisation ad-hoc.

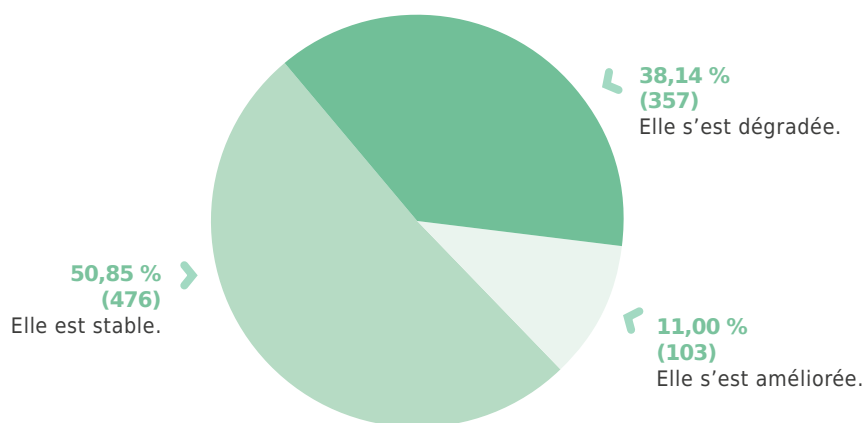
L'association « Territoires zéro chômeur de longue durée » a ainsi été créée le 7 octobre 2016 pour prendre la suite de l'action et démontrer qu'il est possible, à l'échelle de petits territoires, sans surcoût significatif pour la collectivité, de proposer à toute les personnes privées durablement d'emploi un emploi à durée indéterminée à temps choisi, en développant des activités utiles pour répondre aux besoins du territoire.

L'association TZCLD a pour objet l'animation et le développement du projet dans ses différentes étapes. La loi du 29 février 2016 a permis à 10 territoires d'expérimenter le droit à l'emploi. Depuis le 14 décembre 2020, une nouvelle loi sécurise ces 10 premiers territoires et permettra d'étendre l'expérimentation à, au moins, 50 nouveaux territoires.

# 02. RÉSULTATS DE L'ENQUÊTE

## La santé des personnes déjà fragilisées se dégrade avec le chômage

Depuis que vous êtes en recherche d'emploi, comment votre santé a-t-elle évolué ?

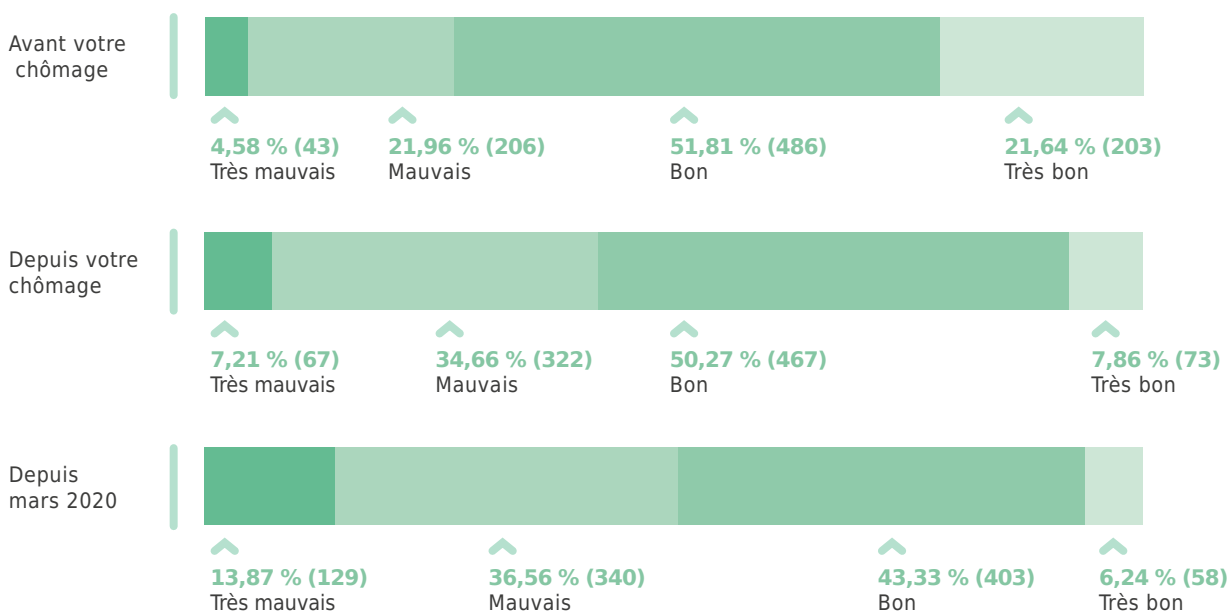


Pensez-vous que la dégradation de votre santé est due :

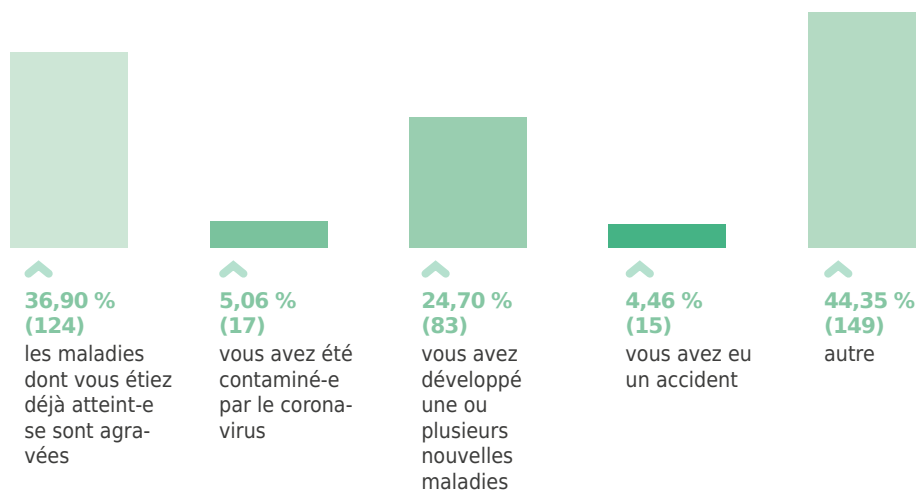




## Comment estimez-vous votre état de santé ?

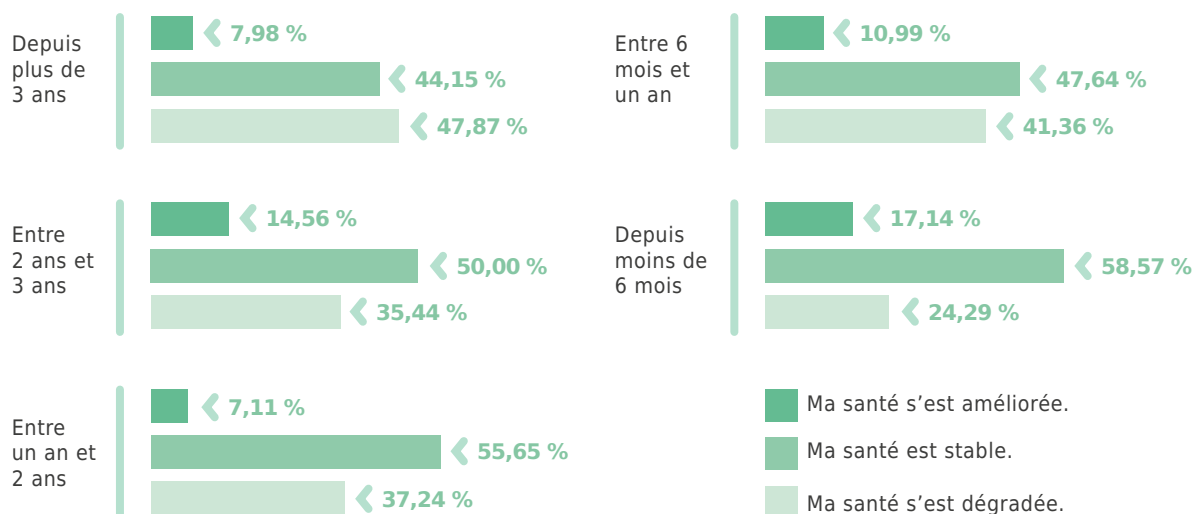


## Votre santé s'est dégradée car :



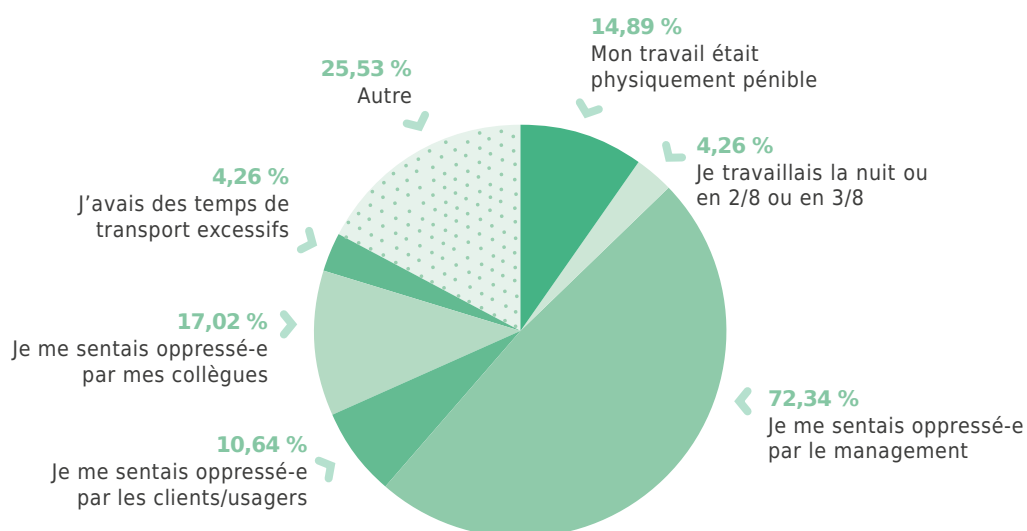
Force est de constater qu'à la question relative à l'évolution de leur santé depuis le début de la période de recherche d'emploi, la majorité des personnes interrogées parle d'une certaine stabilité. Néanmoins, en regardant plus en détail les réponses, on constate que **plus de 38 % d'entre elles évoquent une dégradation de leur état de santé**. Et **près de 60 % de ces dernières estiment que cette dégradation est due au chômage**. Près de 37 % de ces dernières expriment le fait que les maladies dont elles étaient déjà atteintes se sont aggravées et 24,70 % disent avoir développé une ou plusieurs nouvelles pathologies depuis le début du chômage. **Enfin, 43,18 % des personnes reconnues handicapées déclarent que leur état de santé s'est dégradé depuis le début du chômage**. Ainsi, le chômage semble être un facteur aggravant de la santé des personnes préalablement malades ou en situation de handicap.

## État de santé en fonction de la durée du chômage :



Par ailleurs, **plus le chômage se prolonge, plus les personnes sont nombreuses à déclarer que leur santé s'est dégradée** : 24,29 % des personnes au chômage depuis moins de 6 mois contre 41,36 % pour une durée de chômage de 6 mois à un an et 47,87 % pour les personnes au chômage depuis plus de 3 ans. **En plus d'être fragilisées socialement et financièrement, les personnes qui subissent le chômage voient leur état de santé se dégrader à mesure que le chômage se prolonge, ce qui accentue leurs difficultés globales et constitue un facteur défavorable à leur retour à l'emploi.**

## Les malades du travail vivent le chômage comme une amélioration de leur état



On note que, parmi les personnes déclarant que leur état de santé s'est amélioré pendant la période de chômage, la première raison (38,52 %) citée est le fait d'avoir quitté un emploi pénible. Interrogées sur la pénibilité de cet emploi, 14,89 % d'entre elles évoquent la pénibilité physique ou, pour 4,26 % d'entre elles, des conditions de travail difficiles (travail de nuit, en 2x8 ou en 3x8). Par ailleurs, 74,34 % évoquent le fait de s'être senties opprimées par leur management.



**Il n'y a aucune considération  
de l'état de santé des personnes  
en recherche d'emploi.**



## Double peine : la santé psychique particulièrement impactée par le chômage et la crise sanitaire

Depuis que vous êtes en recherche d'emploi, comment votre santé a-t-elle évolué ?

CHOIX DE RÉPONSES	POURCENTAGE	NOMBRE
Je suis isolé-e.	55,00 %	165
J'ai une moins bonne image de moi.	69,00 %	207
Je suis usé-e par ma recherche d'emploi.	62,33 %	187
J'ai moins envie de prendre soin de moi.	46,00 %	138
Je développe des habitudes nocitives pour ma santé (tabac, alcool...).	20,67 %	62
Je manque d'argent pour me nourrir correctement.	25,67 %	77
Je manque d'argent pour me soigner correctement.	31,67 %	95
Autre	10,67 %	32
NOMBRE DE PARTICIPANTS		300



Sans ces périodes de privation chronique d'emploi, je serais en très bonne forme, à savoir que nous subissons aussi la pression sociale de toute une partie de la population qui, paradoxalement, nous accuse de notre situation alors que cela relève essentiellement de discriminations à l'embauche. L'inquiétude prononcée qui en résulte impacte donc la santé physique et mentale de ceux qui sont exclus du marché et à terme je pense que cela impacte fortement l'espérance de vie en bonne santé.



**Le chômage est une situation qui impacte la confiance en soi et renforce l'isolement.**

En effet, parmi les personnes ayant répondu à la question relative aux impacts négatifs du chômage sur leur santé, 69 % affirment que le chômage a provoqué une dégradation de l'image qu'elles ont d'elles-mêmes, 55 % que, depuis qu'elles sont au chômage, elles se sentent particulièrement isolées et 56 % qu'elles ont moins envie de prendre soin d'elles.



Honte et isolement représentent les émotions quotidiennes.



**Le chômage semble avoir des conséquences particulièrement importantes sur la santé psychique des personnes qui y sont confrontées.** Ainsi, le chômage favorise la dépression, l'anxiété et l'angoisse. Avant d'être au chômage, seulement 18,51 % des répondants se sentaient déprimés, occasionnellement ou régulièrement. Depuis qu'ils ont perdu leur emploi, 41,91 % d'entre eux affirment se sentir déprimés : un pourcentage qui a donc plus que doublé.



Angoisse, palpitations, peur de ne pas retrouver un emploi en tant que senior qui a pourtant encore besoin de travailler 12 ans.



Je suis angoissée car je vis avec moins de 500 euros par mois et avec des charges supérieures à mes revenus (rsa).





Cette période de chômage  
m'a fait reprendre la cigarette.



**De plus, la dépression, l'anxiété, l'angoisse peuvent favoriser l'émergence d'habitudes addictives, nocives** pour la santé. On observe que 20,6 % des personnes affirment que, depuis qu'elles sont au chômage, elles développent des habitudes nocives pour leur santé à cause de cette situation, telles que la prise d'alcool ou de tabac.



La période Covid a été particulièrement  
anxiogène, difficile pour se projeter  
vers l'avenir.



**La situation sanitaire est venue aggraver la situation des personnes au chômage.** Le chômage et la crise sanitaire, notamment via le confinement débuté en mars 2020, ont constitué deux facteurs d'amplification notable de l'anxiété, de l'isolement et de la dégradation de la confiance en soi chez les personnes ayant répondu à l'enquête. La crise sanitaire, qui a entraîné des pertes d'emploi dans certains secteurs et un manque de visibilité accru quant à l'avenir, a aggravé les doutes et l'instabilité impliqués par le chômage. Si cette crise a été vécue comme difficile par toutes et tous, elle a particulièrement touché les personnes au chômage. Ainsi, 50,43% des répondants déclarent que leur état de santé est mauvais ou très mauvais depuis le premier confinement de mars 2020. De même, cette période marque des difficultés de sommeil accrues : 37, 80 % déclarent avoir des difficultés 3 nuits ou plus par semaine. Enfin 28,27% déclarent sur leur état de santé s'est aggravé en raison du confinement.



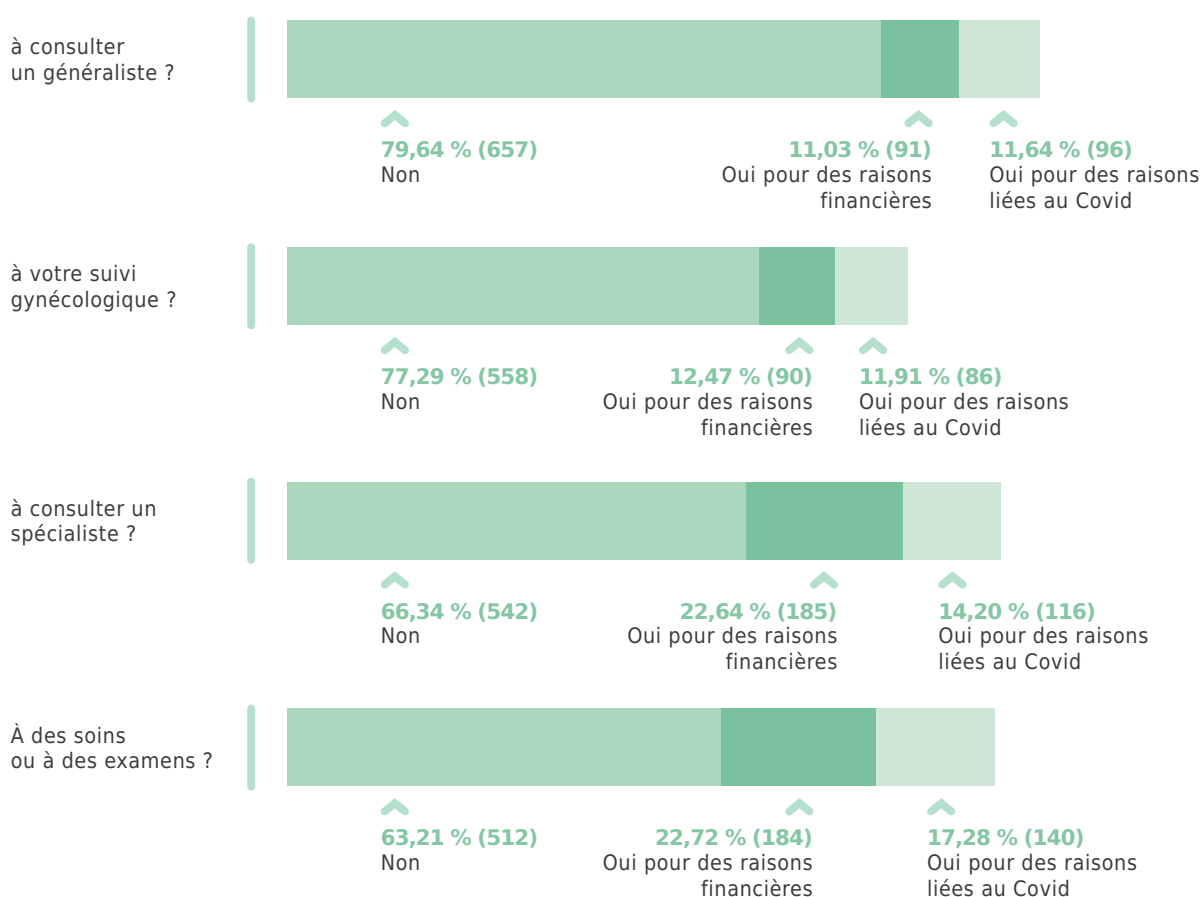
Le fait de ne pas pouvoir avoir  
une vie normale nuit à l'équilibre  
de la vie personnelle, constituant ainsi  
un préjudice qui n'est pas pris en compte  
par les acteurs de l'emploi qui ont aussi tendance  
à rejeter la faute sur les chasseurs d'emploi  
eux-mêmes. En tout cas, c'est ainsi que je le vis  
et cela crée des conditions de recherche  
d'emploi défavorables,  
avec ce sentiment d'isolement.



« Je dors correctement mais mon sommeil est de plus en plus fracturé en deux, de plus en plus dans le canapé où j'essaie de me changer les idées pour oublier les soucis de la journée, de moins en moins dans mon lit. Cela s'explique par le sentiment d'exclusion grandissante du monde du travail qui m'a complètement oublié alors que je suis toujours d'attaque et que, du jour au lendemain, je peux tout reprendre comme avant. Ainsi, il est compliqué de se coucher tranquillement car les préoccupations liées au sentiment d'insécurité dominant et empêchent ainsi des nuits de sommeil paisibles. »

## Une tendance inquiétante : le renoncement aux soins

Dans les 6 derniers mois, alors que vous en aviez besoin, avez vous renoncé :



**Parmi les raisons expliquant les impacts négatifs du chômage sur la santé, est apparu le manque d'argent pour subvenir aux besoins de base, à savoir se nourrir (25,67 %) et se soigner (31,67%).**

Ainsi, le manque de ressources financières et la dépendance aux allocations incitent à choisir entre les dépenses liées au foyer et celles liées à la santé, qui semblent prioritairement sacrifiées. Le renoncement aux soins s'accroît quand il s'agit de consulter un spécialiste : 11,03 % des personnes ont renoncé à consulter un généraliste, 12,47 % à consulter un spécialiste. **22,72 % disent avoir renoncé à des soins ou à des examens.** À noter que 12,47 % des femmes ont renoncé à leur suivi gynécologique, ce qui peut augurer d'un échec de la prévention de certaines maladies.

Au chômage, avancer la somme d'argent nécessaire pour couvrir les frais médicaux – pourtant amenés à être en partie remboursés – est difficile et conduit à un renoncement aux soins, dont il est important de rappeler que les conséquences, à long terme, peuvent peser sur les dépenses publiques de santé.



**J'ai déménagé dans une nouvelle région  
en 2019, divorcé en 2020 et toujours pas de CDI.  
Je n'avais jamais eu de difficultés  
financières et d'employabilité.  
Aujourd'hui, c'est plus dur ce que je pensais.**

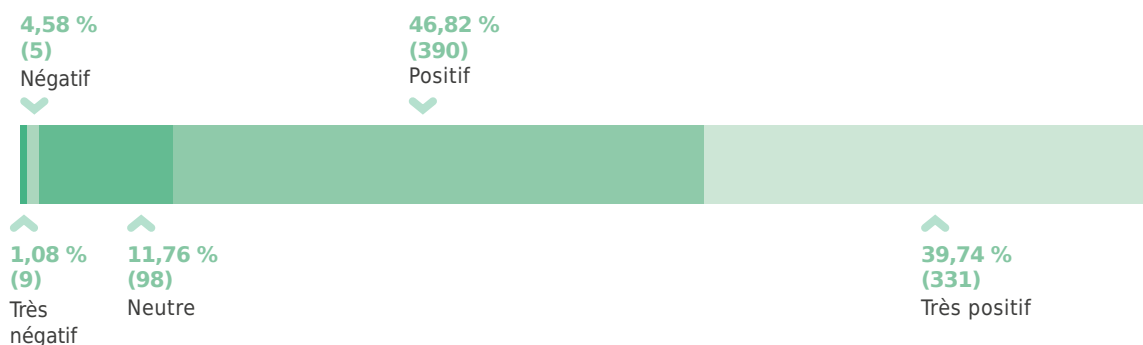


## **La santé des chercheurs d'emploi insuffisamment considérée**

À la question « Comment Pôle emploi prend en compte vos difficultés de santé ? », 38,35% des personnes ayant répondu à cette question (824 personnes) déclarent avoir des problèmes de santé mais ne pas en parler à Pôle emploi, 7,28% déclarent « J'ai parlé de mes problèmes de santé mais mon conseiller n'en tient pas compte ». Si 8,25% déclarent en avoir parlé à leur conseiller qui en a tenu compte et que 1,33% déclarent qu'elles ont été orientées vers des professionnels de santé, on peut s'interroger sur la réticence des personnes au chômage à évoquer leur santé à l'interlocuteur qui reste clé en situation de chômage.

## Recouvrer la santé : un facteur préalable au retour à l'emploi

Pensez-vous que le fait de retrouver un emploi aura un impact sur votre santé ?



42,29 % des personnes pensent que leur état de santé les empêche de chercher efficacement un emploi, 25,11 % qu'il les empêche d'être recrutées, 24,38% qu'il a été la cause de rupture d'un CDI et 7,34% d'un non-renouvellement de contrat.

**Il peut sembler évident d'affirmer que la santé, un droit indispensable à l'exercice des autres droits, est un préalable au travail. Mais il est essentiel de le rappeler quand la santé dégradée devient un frein au retour à l'emploi.** Comment diagnostiquer ces personnes, puis les soigner ? Le travail que nous menons au quotidien en termes d'accompagnement confirme qu'il est extrêmement difficile voire impossible pour des personnes dont la santé, physique ou psychique, s'est beaucoup dégradée d'entamer un accompagnement ou des démarches d'insertion professionnelle, telles qu'elles sont proposées par les services de l'emploi.

À la question « Pensez-vous que le fait de retrouver un emploi aura un impact sur votre santé ? », 86,56 % des personnes répondent que l'impact sur leur santé sera positif ou très positif, corrélant ainsi encore davantage le lien entre santé et chômage.



# NOS PROPOSITIONS

Les résultats de cette enquête ont confirmé et précisé les constats que nous, associations qui accompagnons des personnes au chômage, faisons sur la base de notre travail de terrain. La prise en charge de la santé de ces personnes est un défi primordial qui, pour des raisons humaines, sociales et économiques, doit être relevé au plus vite. Nous interpellons les pouvoirs publics et leur soumettons les propositions suivantes, relevant à la fois de la prévention et de l'action.

- **Renforcer l'écoute sur les questions de santé dans le cadre de l'accompagnement à l'emploi :**
  - » Intégrer les problématiques spécifiques de santé des chercheurs d'emploi dans les cursus de formation du corps médical, des travailleurs sociaux et des acteurs des services publics de l'emploi.
  - » Favoriser l'accompagnement des chercheurs d'emploi vers l'autonomie dans leur parcours de santé.
  - » Mettre en place des actions concertées et coordonnées entre les acteurs de la santé, les acteurs territoriaux concernés par l'accompagnement de ces publics, les entreprises (en particulier mutuelles et structures de prévoyante) et renforcer la coopération avec les associations de solidarité et les associations de chômeurs.
  
- **Lutter contre la dégradation de la santé psychique des chercheurs d'emploi en proposant un accès gratuit**

et régulier à un service d'aide psychologique au moment de la rupture du contrat de travail, au bout d'un an de chômage puis au bout de deux ans de chômage.

➤ **Améliorer l'information sur la complémentaire santé solidaire et la rendre plus simple d'accès.**

➤ **Rendre l'accès gratuit à des produits d'urgence et d'hygiène de base**

(ex : protections périodiques pour les femmes, hygiène dentaire).

➤ **Instaurer une visite médicale périodique tout au long du parcours de recherche d'emploi et des mesures de dépistage gratuites, afin de prévenir et traiter les éventuelles conduites addictives et les risques de maladies physiologiques ou psychiques.**

➤ **Élaborer des supports d'information sur les droits en matière de santé et les diffuser au moment de la séparation professionnelle**

(ex : fiche Pôle emploi avec des informations sur la possibilité de mobiliser un suivi psychologique et des visites médicales périodiques gratuites).

**Ont contribué au projet d'enquête  
et à la production de cette publication :**

**La Cravate solidaire :** Michaël Cienka.

**Force Femmes :** Sophie Fenot, Anaïs Malle.

**Solidarités nouvelles face au chômage :**  
Vincent Godebout, Pierre Lachaize, Yaëlle Szwarcensztein.

**Territoires zéro chômeur de longue durée :**  
Victoria Bazarro, Jeanne Bot, Antonin Gregorio.

---

**Merci à toutes les personnes  
qui ont répondu à l'enquête.**

---

« Il n'y a aucune considération  
de l'état de santé des personnes  
en recherche d'emploi. » »



**La Cravate solidaire**

lacravatesolidaire.org

🐦 @LaCravateSolidR

**FORCEFEMMES**

**Force Femmes**

forcefemmes.com

🐦 @ForceFemmes



**Solidarités nouvelles  
face au chômage**

snc.asso.fr

🐦 @AssociationSNC



**Territoires zéro chômeur  
de longue durée**

tzclld.fr

🐦 @ZeroChomeurLD