

## Avoir des amis au travail allonge l'espérance de vie

C'est ce qu'il ressort d'une étude qui fait un lien entre la santé et l'environnement professionnel.

Une bonne ambiance au bureau, ça peut améliorer la productivité mais c'est aussi bon pour la santé.

C'est ce qu'il ressort d'une étude menée par l'université de Tel-Aviv qui s'est penchée sur le profil de 820 personnes issues de différents milieux professionnels travaillant en moyenne 8,8 heures par jour. Eh bien, ceux qui avouent avoir peu de rapports avec leurs collègues - ou des relations plutôt froides - ont 2,4 fois plus de chance de mourir dans les 20 prochaines années.

Travailler dans le bonne humeur et entretenir des rapports amicaux avec ses collègues et ses supérieurs réduiraient aussi les risques de dépression.

Les chercheurs expliquent que le développement des open spaces et la communication par e-mails a réduit les contacts entre les employés. Ils préconisent de multiplier les lieux pour que les salariés puissent discuter autour d'un café, d'organiser des "sorties" pour les membres de l'encadrement et même de créer un réseau social interne pour l'ensemble du personnel.