



**LES RENCONTRES TERRITORIALES
DE LA SANTE ET DE LA SECURITE
AU TRAVAIL**

**Qualité de vie au travail : levier durable de
prévention et d'employabilité ?**

26 et 27 NOVEMBRE - METZ



**QUAND LES TALENTS
GRANDISSENT,
LES COLLECTIVITÉS
PROGRESSENT**

ATELIERS THEMATIQUES

Qualité de vie au travail : comment agir dans un contexte contraint ?

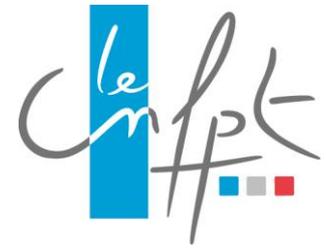
Les rencontres territoriales de la santé et de la sécurité au travail
Qualité de vie au travail : levier durable de prévention et d'employabilité ?
26 et 27 novembre 2015 - METZ



QUAND LES TALENTS
GRANDISSENT,
LES COLLECTIVITÉS
PROGRESSENT

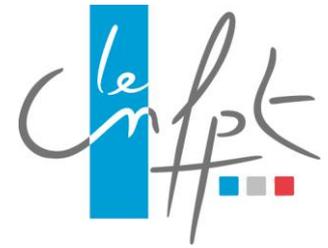
Exprimés lors de réunion de travail

INGRÉDIENTS « BIFIDOGENES »



- Autonomie
- Indépendance
- Travail varié
- Bonnes conditions de travail
- Confiance acquise
- Contact avec les collègues
- Reconnaissance
- Marge de manœuvre
- Travail transversal
- Respect
- Compréhension
- Servir à quelque chose
- Apprendre encore
- ...

Exprimés lors de réunion de travail



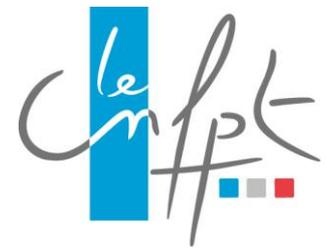
INGRÉDIENTS PATHOGÈNES

- Dépendance organisationnel
- Absence de collectif
- Absence de perspective
- Absence de reconnaissance
- Frustration
- Déshumanisation
- Absence de travail en équipe
- Nouvelles méthodes organisationnelles
- Relation inter individuelles difficiles, conflictuelles
- Conflit intergénérationnel
- Sous-activité
- Sur-activité
- ...

Nos contraintes



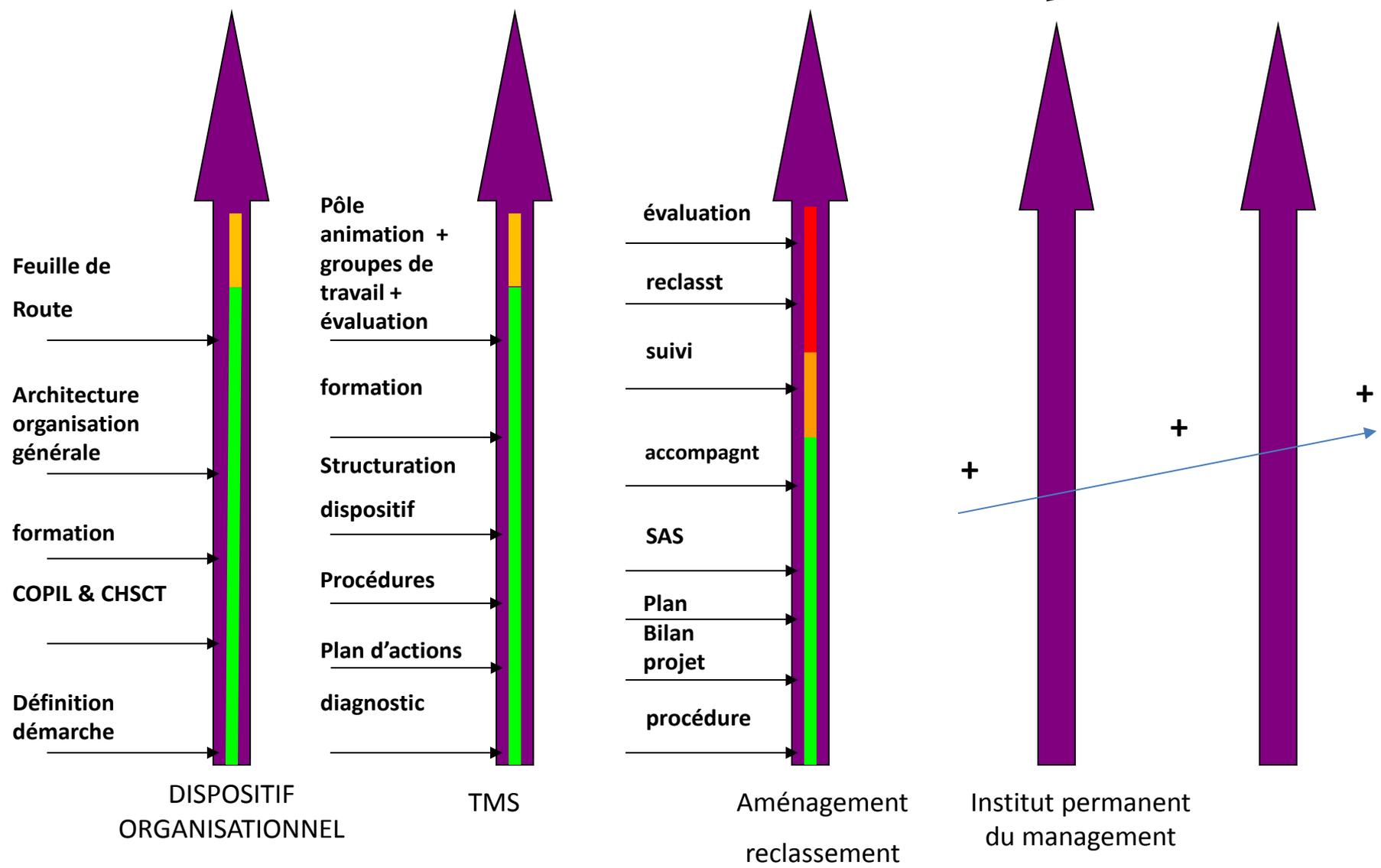
Définir la QVT et partager les représentations
Culture, sensibilisation, compétences
Effectif large
Plus de 150 métiers présents
Cadres d'emploi variés
Taux d'aménagement de poste important
Pyramide des âges



Les principes de la démarche

- Une démarche alimentée en continue
- Un fil conducteur qui repose sur des objectifs partagés et portés au plus haut niveau
- L'engagement de l'encadrement
- Une organisation définie (traduite par la feuille de route)
- Le développement des compétences en interne
- Faire « petit » mais concret
- Évaluer et pérenniser ou engager les actions correctives nécessaires

Conduite de la démarche



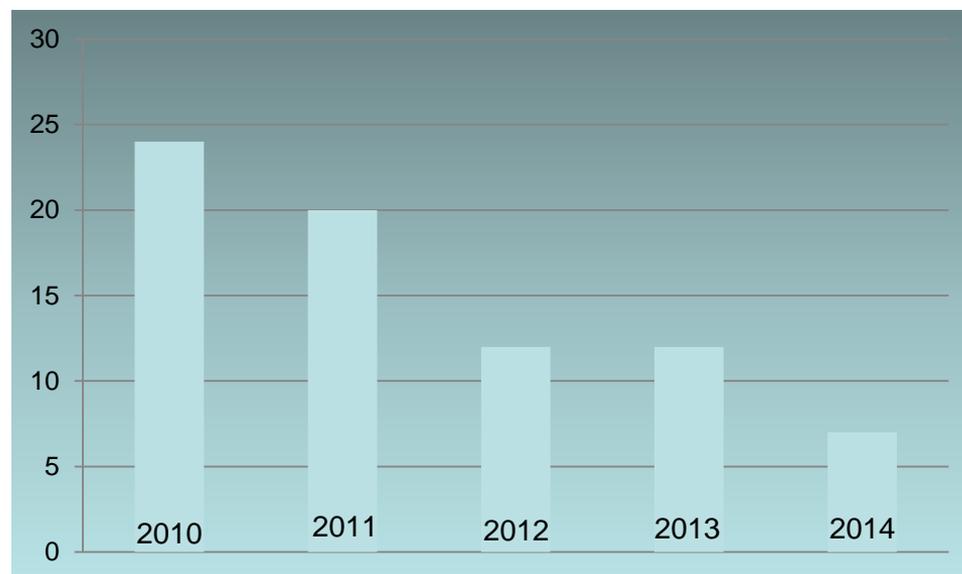
La prévention des TMS / constat



2010	2011	2012	2013	2014
24	20	12	12	7

Maladies Professionnelles

Les Troubles Musculo-Squelettiques (TMS) demeurent la principale source des maladies professionnelles reconnues (97%).



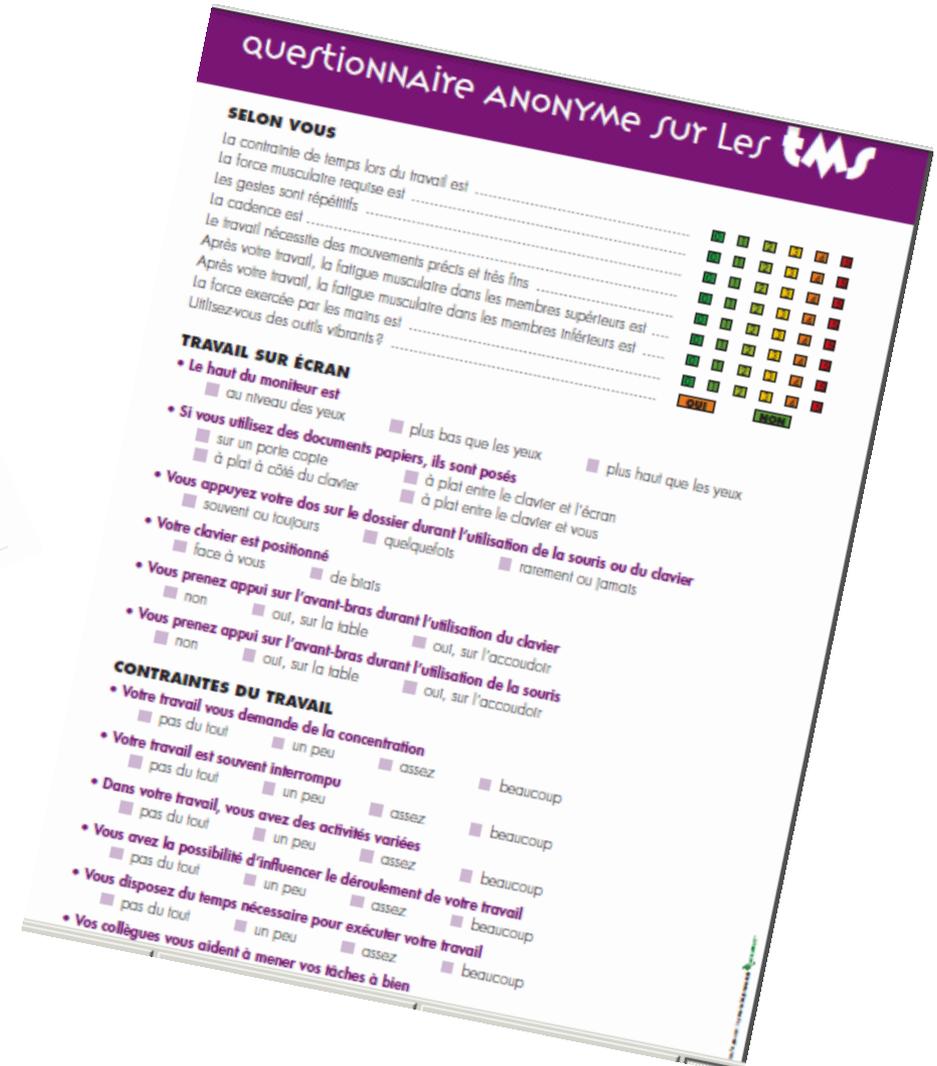
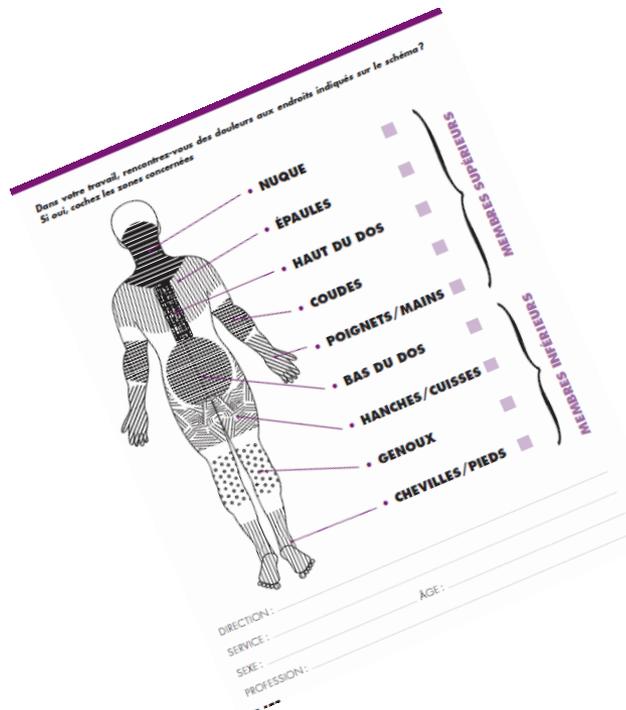
Près de 25% des accidents de service sont en lien avec une activité physique « première »

Ce sont + de 2000 jours d'arrêt en 2014

Les actions



- Un diagnostic pour l'ensemble des agents lors des visites médicales

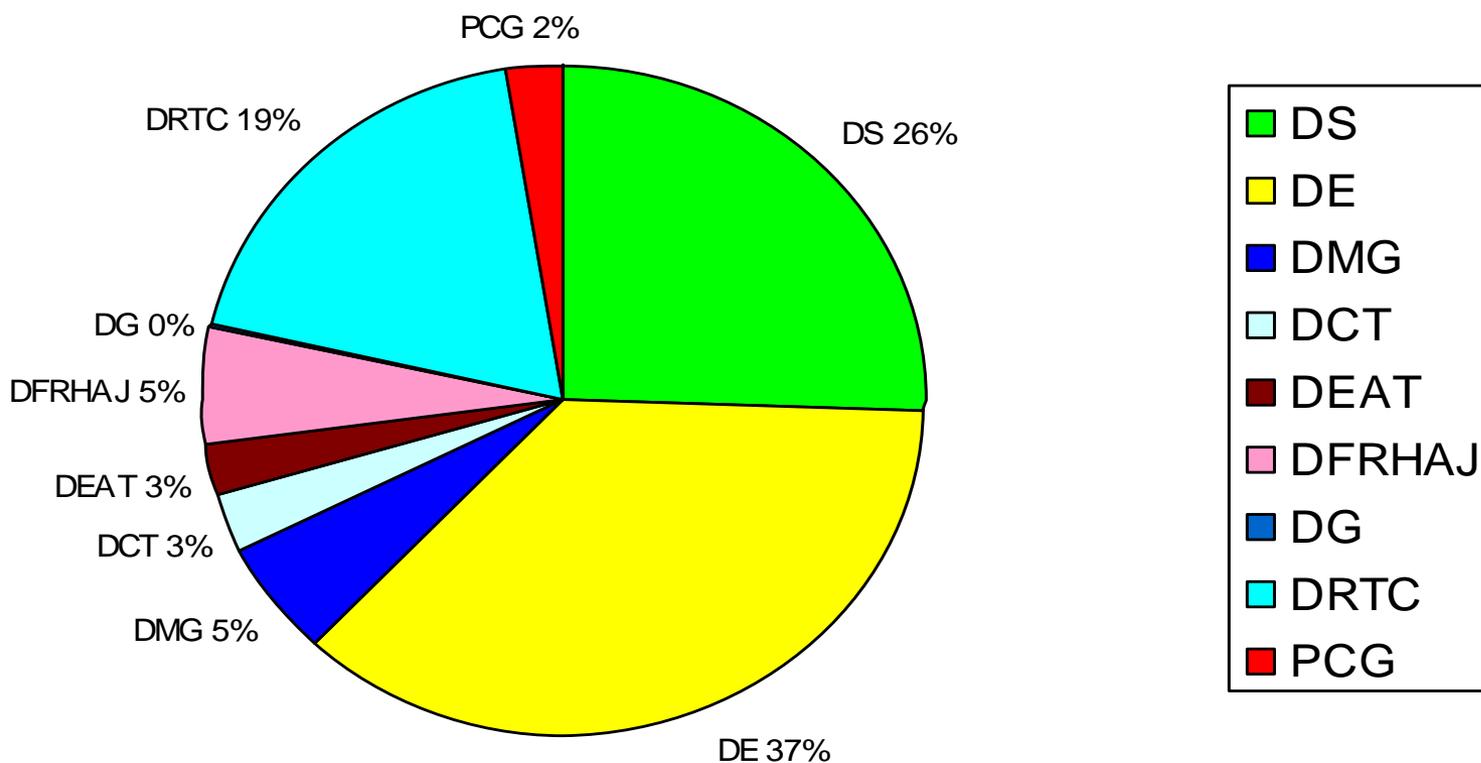


2200 réponses analysées

Les actions



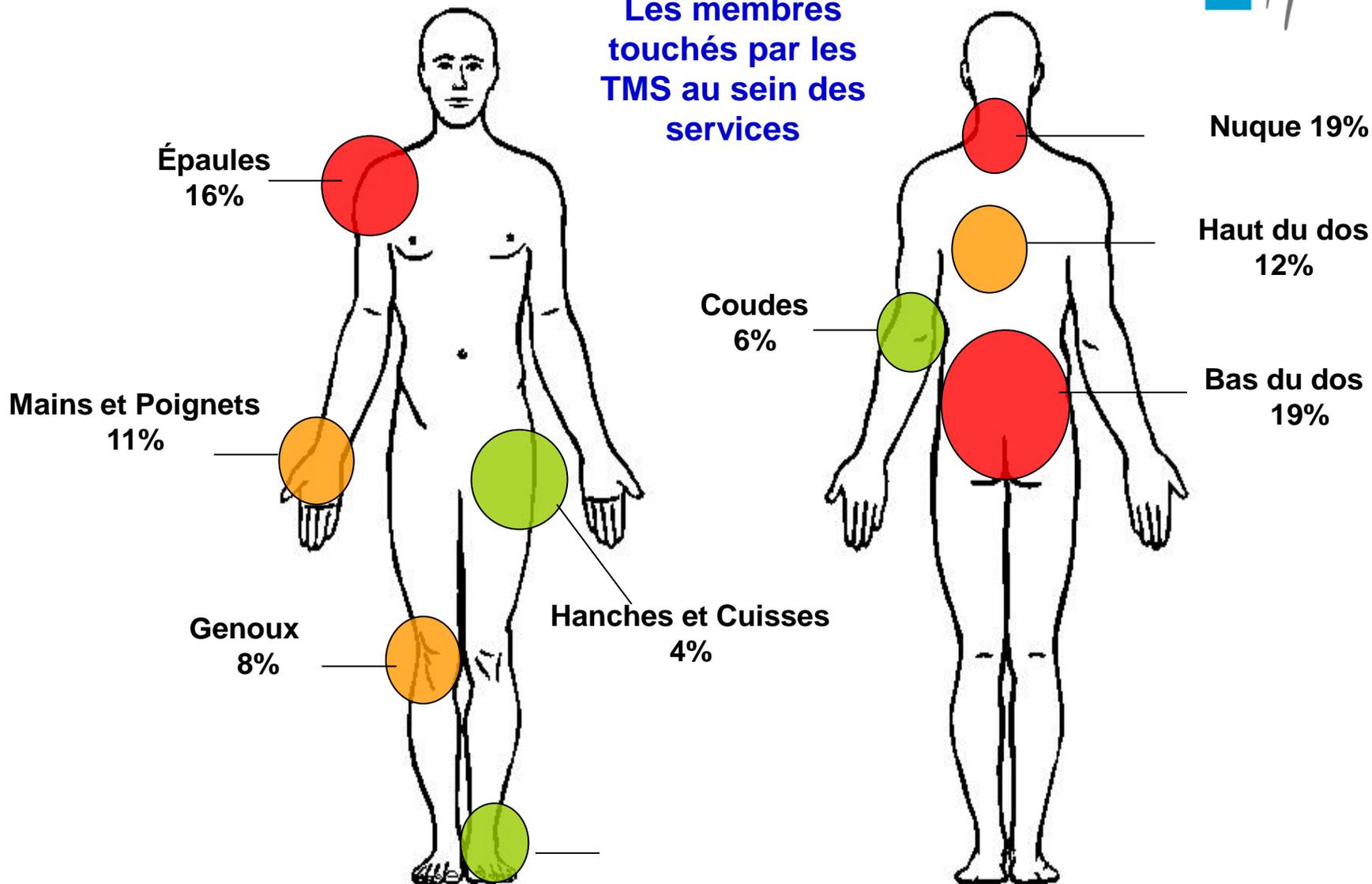
Répartition des agents ayant déclaré souffrir de 3 TMS ou plus entre les différentes directions



Les actions



Les membres touchés par les TMS au sein des services



Les actions



	0	1	2	3	4	5
• La contrainte de temps au travail						
• La force musculaire requise						
• Les gestes sont répétitifs						
• La cadence est						
• Le travail nécessite des mouvements précis et fins						
• Après le travail, la fatigue musculaire dans les membres supérieurs						
• Après le travail, la fatigue musculaire dans les membres les inférieurs						
• La force exercée par les mains						

Les actions

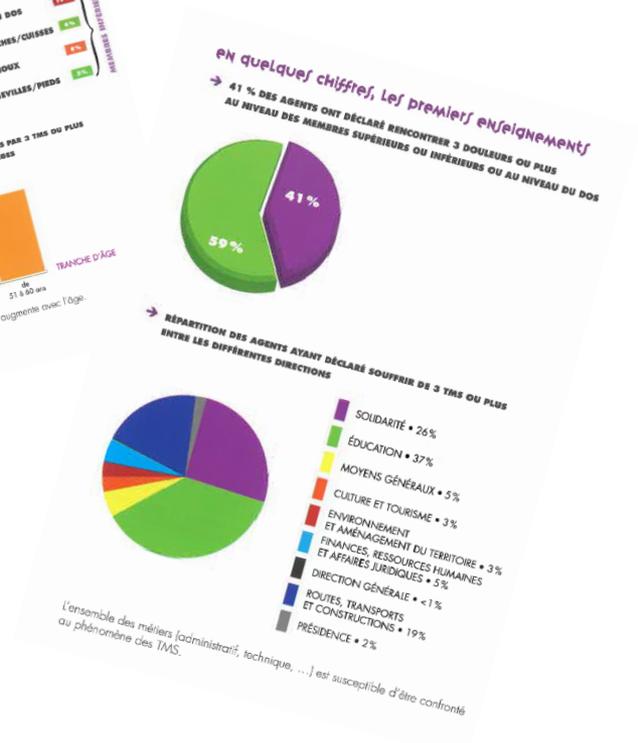
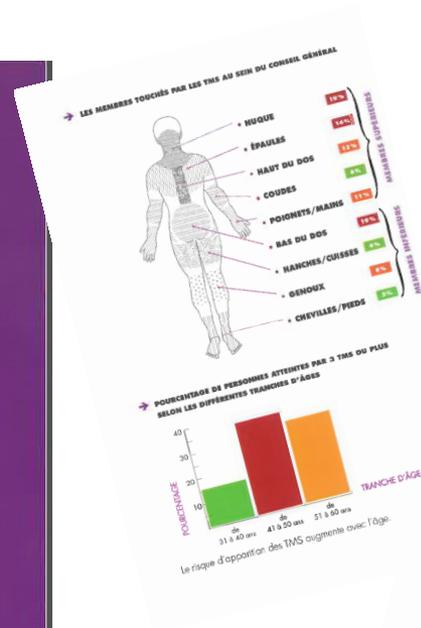


La prévention des troubles musculo- squelettiques

**LA PRÉVENTION DES TMS
EST L'AFFAIRE DE TOUS,
CONSTRUISONS-LA ENSEMBLE**



**Département
Moselle**
 Conseil Général
 Réussir ensemble !



Les actions



La prévention des TMS, ne s'arrête pas à la porte de votre lieu de travail !

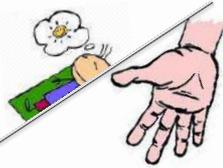
Alors laissez votre corps et votre mental récupérer !



Sommeil



Alimentation



loisirs, détente

infos utiles sur :

Quels sont les facteurs de risques professionnels ?

- L'origine du syndrome du canal carpien est souvent multifactorielle.
- Le risque est plus élevé chez les travailleurs exposés aux situations suivantes :
 - La répétition de mouvements du poignet et de l'avant-bras durant des périodes prolongées,
 - Les mouvements qui demandent une force importante dans la main,
 - Les postures contraignantes pour la main,
 - La manipulation d'outils qui vibrent,
 - L'environnement de travail peut aussi expliquer l'apparition de ce syndrome : travail au froid, ergonomie du poste de travail, ...



Des activités manuelles professionnelles ou de loisirs, exceptionnelles ou habituelles, mais intenses, sont parfois à l'origine de l'apparition du syndrome.

Quelques mesures préventives de base ?

SEMAINE

!

Faites ces exercices sans forcer, avec douceur
 Variez les exercices
 Respirez profondément
 Gardez chaque pause 10 à 15 secondes
 Répétez chaque étirement 2 ou 3 fois

Retrouvez cette semaine des exercices à faire sur votre lieu de travail ou au domicile !

Les exercices de cette semaine concernent le bas du corps !

Le dos
 Asseyez vous. Placer les mains sur les genoux et descendre la tête entre les genoux pendant 10 à 15 secondes. Vous pouvez aussi laisser les bras vers le sol. Se lever et allonger les jambes pour toucher le plafond.

SEMAINE 6

Le travail sur écran



Le saviez-vous ?

Le travail sur écran impose une posture statique pendant de longues périodes. Ce phénomène engendre d'autant plus de Troubles Musculo-Squelettiques douloureux que la posture est peu ergonomique.
 Le risque de TMS peut être réduit si votre poste de travail est aménagé de façon adéquate et si vous adoptez la bonne posture.
 Maintenant à vous de jouer !

Etes-vous bien installé à votre poste de travail ? Faites le test !



	OUI	NON
- Votre dos est-il maintenu droit ou légèrement en arrière soutenu par le dossier du siège ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
- Vos cuisses sont-elles positionnées à l'horizontale ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
- Vos pieds sont-ils à plat sur le sol ou sur un repose pied ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
- L'angle bras-avant bras est = ou > 90° ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Les actions



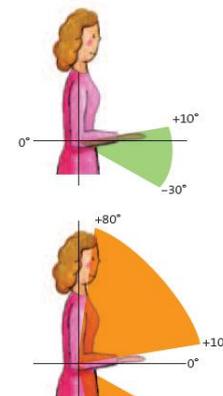
• Les conséquences des gestes répétitifs

Des gestes sans conséquence, lorsqu'on ne les fait qu'une fois, sont inoffensifs. Ils deviennent nocifs pour les articulations lorsqu'ils sont répétitifs.

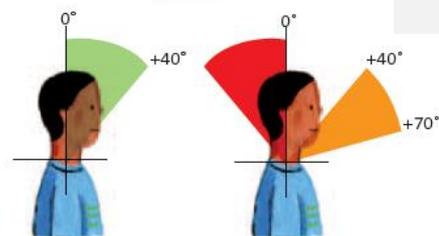
Sur ces illustrations, nous avons indiqué, pour chacune des principales articulations :

- en **vert**, les zones de mobilité confortables,
- en **orange**, les zones de mobilité astreignantes (pénibles à la longue),
- en **rouge**, les zones de mobilité dangereuses (gestes rapidement douloureux).

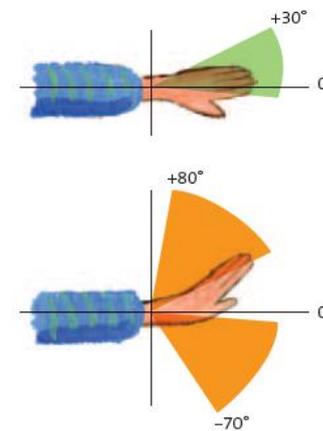
Le coude



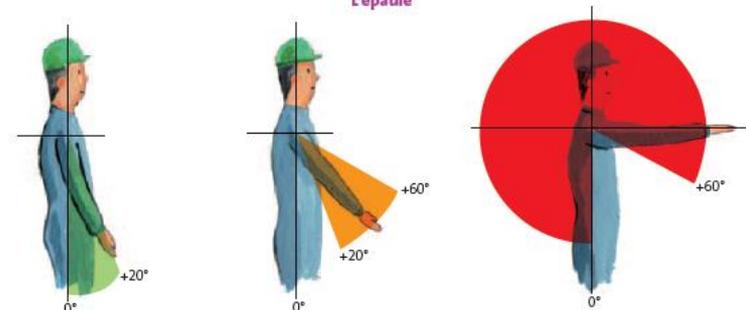
Le cou



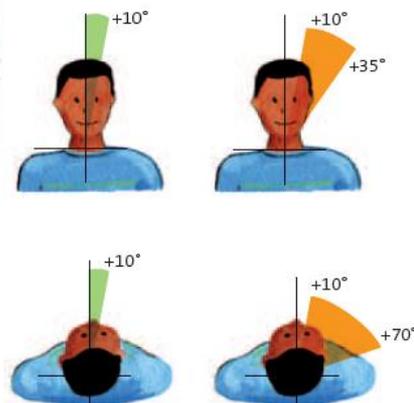
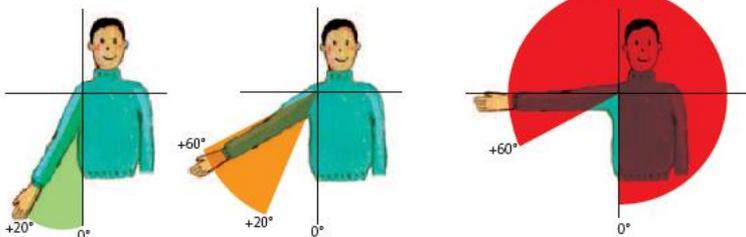
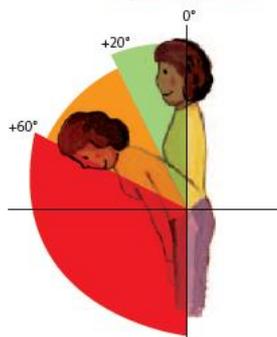
Le poignet



L'épaule



Flexion vers l'avant



Les actions



Les actions



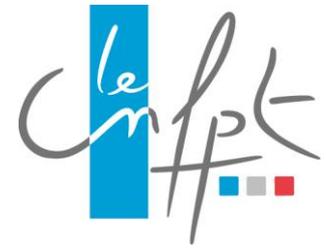
Un réseau de 9 formateurs internes certifiés

Une démarche déclinée sur l'ensemble de la collectivité et validée en CHSCT

Un plan d'actions spécifique à chaque Direction (lancé après validation en CDG)

Une mutualisation des productions au niveau de la DRHLS

Les actions



La mise en place de deux groupes de travail

Avec le CHSCT (poursuite de la Mise en Œuvre)

Avec une équipe projet pluridisciplinaire (médecin, ergonomiste, DRHLS)

De nouvelles procédures validées en CHSCT

Étude de plan en phase Avant Projet Sommaire

Transmission préalable d'un dossier détaillé au CHSCT avant transfert de services dans locaux existants

Des études spécifiques

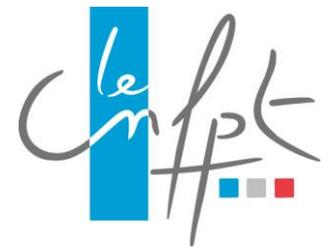
études ergonomiques de situation de travail

Les actions



Une formation des Conseillers de Préventions pour les pré analyses ergonomiques des postes de travail administratifs

[Questionnaire AMENAGEMENT POSTE ADMINISTRATIF.pdf](#)

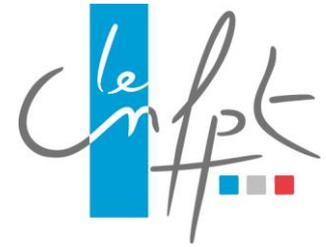


Les actions

Réflexion sur l'organisation et les pratiques

1. **Organisation générale**
2. **Tâches quotidiennes ou hebdomadaires**
3. **Gros travaux**
4. **Mode dégradé**

Les actions



- Etude de poste dans les collèges, un groupe de travail spécifique (DRHLS/DE/Chefs d'Etablissement/Gestionnaires/Agents/Médecin/Ergonome)

Entretien des locaux et surfaces

2 Études ergonomiques

Diagnostic technique des établissements

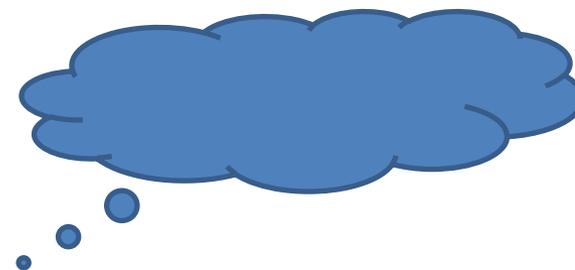
Un diagnostic organisationnels sur 10 sites représentatifs

- Produits de sortie : guide de bonnes pratiques, harmonisation technique, consignes, modélisation



L'approche globale : vers un management responsable

« Réconcilier » SST et management



**La prévention en matière de SST = un nouveau métier
à construire**