FAITES RIMER
SANTÉ ET PERFORMANCE

COMME MUTUELLE

4 BONNES RAISONS D'AGIR POUR LA SANTÉ
DE VOS COLLABORATEURS

1 UNE OBLIGATION LÉGALE

de protéger la santé physique et mentale des salariés
= **obligation de résultats** en matière de santé-sécurité pour l'employeur

ARTICLE L 4121-1 DU CODE DU TRAVAIL QUI IMPOSE À L'EMPLOYEUR :

- Actions de prévention des risques et de la pénibilité
- Actions d'information et de formation
- Mise en place d'une organisation et de moyens adaptés

2 L'ABSENTÉISME

17,2 JOURS D'ABSENCE

en moyenne par salarié en France en 2017

Source : baromètre de l'absentéisme, étude Ayming 2018

FACTEURS D'ABSENCE :

- Accidents du travail/ maladies professionnelles
- État de santé personnel
- Qualité de vie au travail

3 L'ÉTAT DES LIEUX DE LA SANTÉ AU TRAVAIL

LES LOMBALGIES

- 2 mois à 1 an d'arrêt par lombalgie
  → 8 millions de journées perdues par an
- Coût moyen direct : 44 000 €
  → coût direct total 1 milliard d'euros

LES TROUBLES PSYCHO-SOCIAUX

- Coût social 2 à 3 milliards d'euros
- Hausse de 40% du nombre de reconnaissance de pathologies liées au travail

LES INAPTITUDES ET INCAPACITÉS

- Maintien dans l'emploi
- Adaptations de poste
- Vieillissement de la population active

LES TROUB SQUELET

- 9 Mal
- Coû
  →
- 1

LES TROUBLES MUSCULO-SQUELETTIQUES (TMS)

- 9 maladies professionnelles sur 10
- Coût moyen direct : 21 000 €
  → coût direct total : 1 milliard d'€
- 150 à 300 jours d'arrêt par TMS
  → 10 millions de journées perdues par an

4 LE LIEN ENTRE SANTÉ ET PERFORMANCE

SANTÉ

- Améliore les conditions de travail
- Évite les atteintes à la santé des salariés
- Prend en compte l'avis des salariés

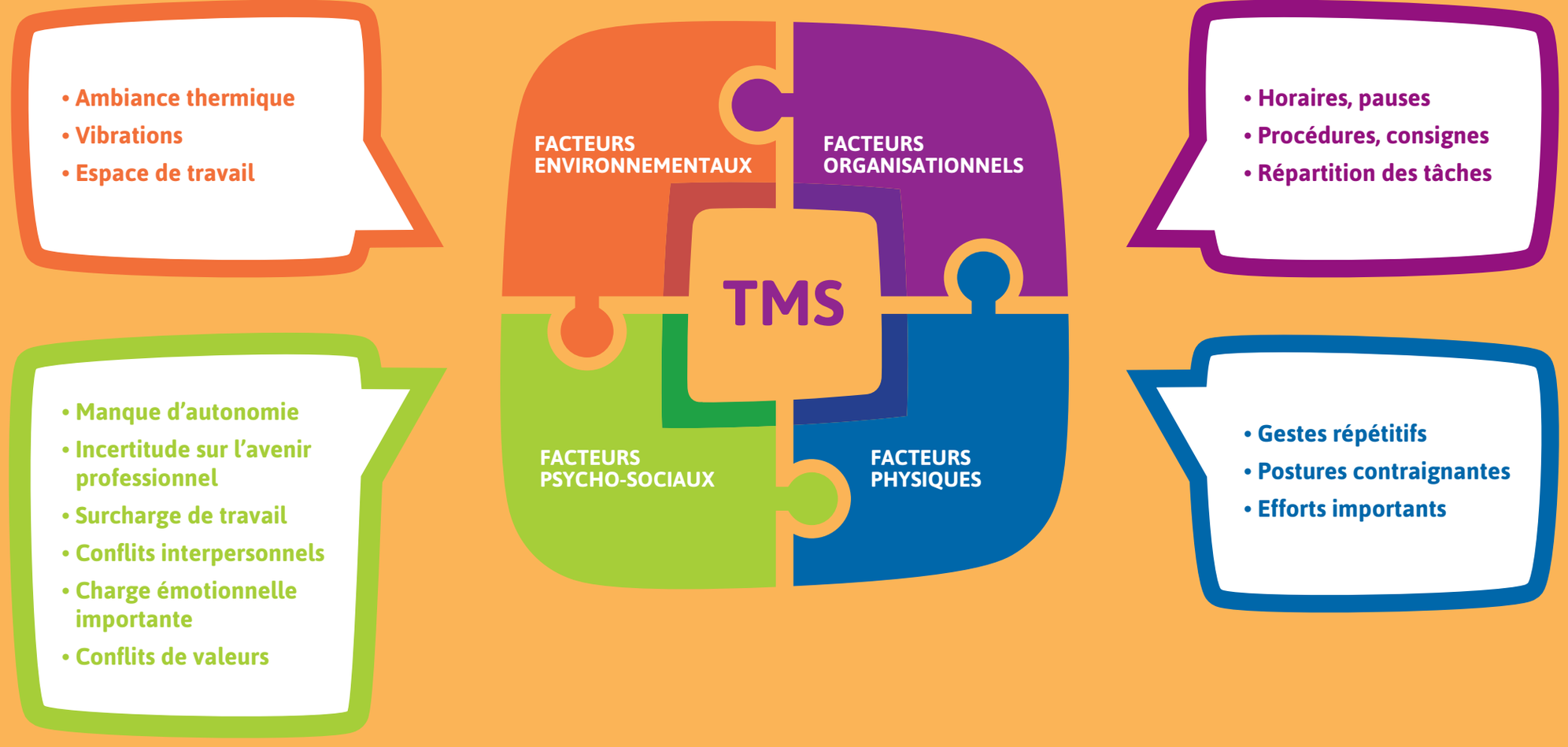
PERFORMANCE

- Diminue l'absentéisme
- Réduit les coûts liés aux AT/MP*
- Améliore le climat social
- Favorise l'implication des salariés
- Améliore la performance

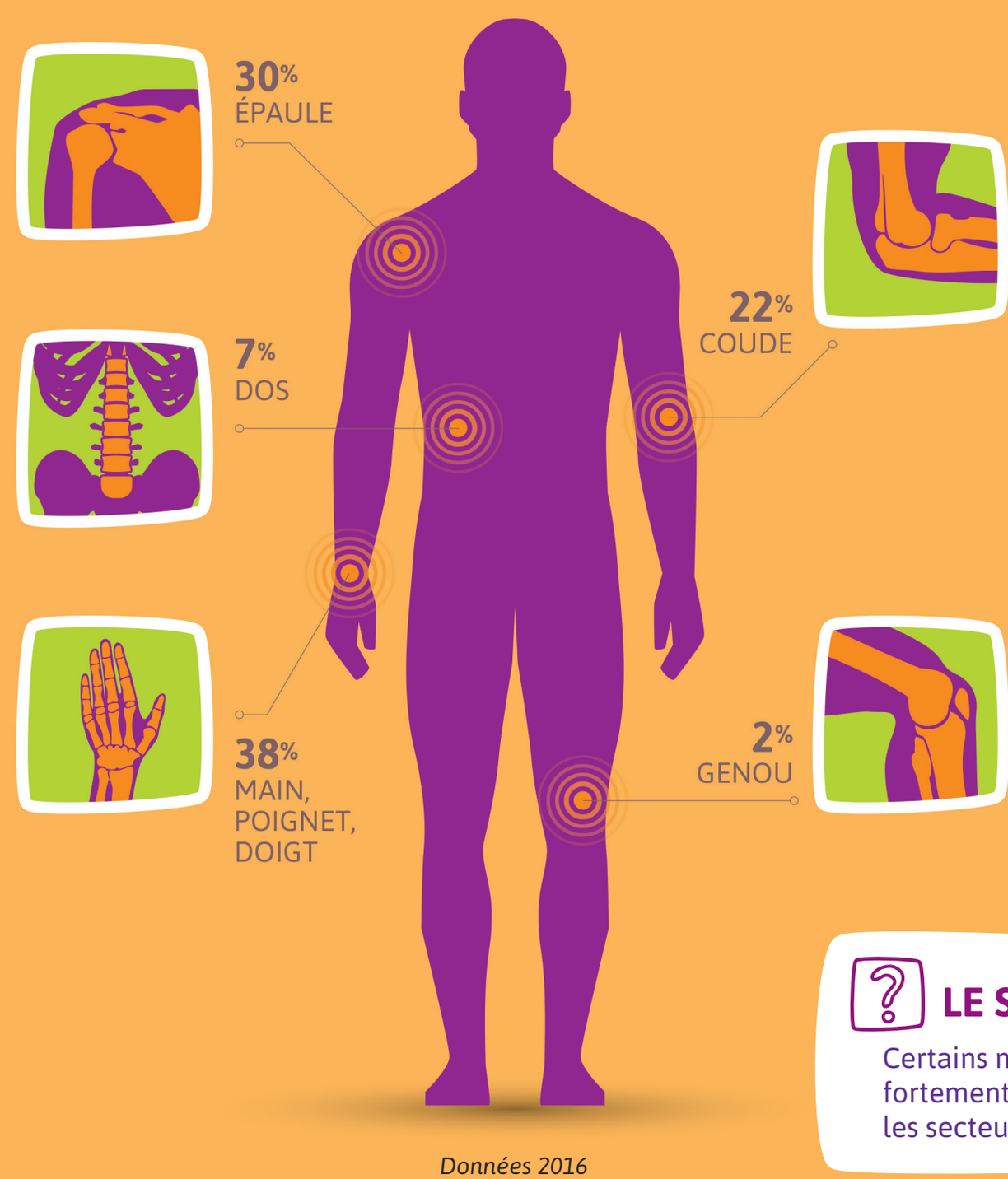
** AT : Accidents de travail*
MP : Maladies Professionnelles

FOCUS SUR LES TROUBLES MUSCULO-SQUELETTIQUES (TMS)

DES CAUSES MULTIPLES QUI SE COMBINENT :



LOCALISATION DES TMS



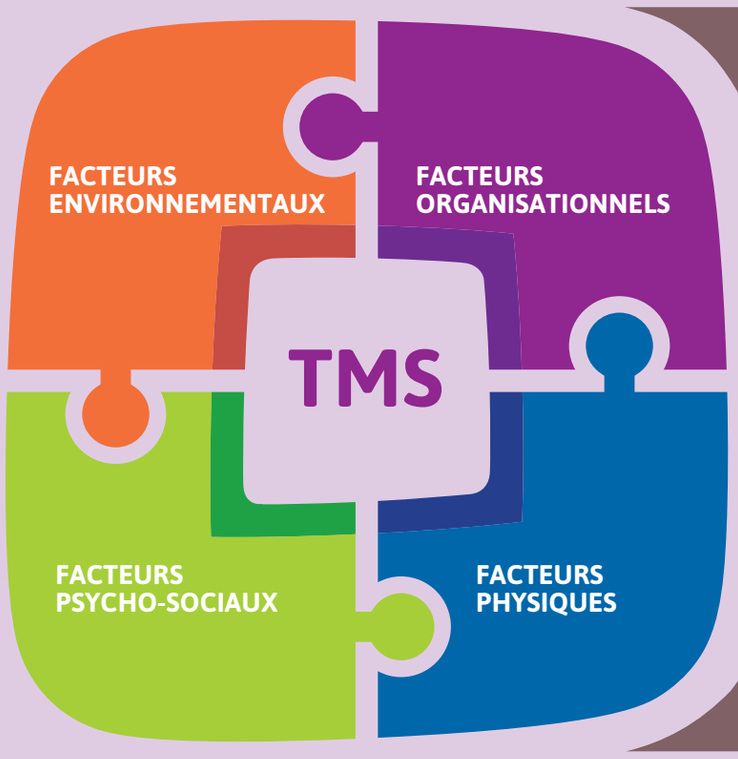
Données 2016

LE SAVIEZ-VOUS ?

Certains métiers sont plus fortement touchés mais tous les secteurs sont concernés.

COMMENT AGIR POUR PRÉVENIR LES TMS ?

1 FAIRE UN ÉTAT DES LIEUX **AVEC UN DIAGNOSTIC ERGONOMIQUE**



Connaître les contraintes et les ressources d'une activité

En comprendre les ressorts pour agir dessus

Appréhender les caractéristiques des salariés concernés et leur capacité à faire face à cette situation

= ANALYSER L'ACTIVITÉ

NOTRE SOLUTION

Analyse de l'activité par observations et entretiens

Restitution du diagnostic et préconisations

Recherche collective de solutions

NOTRE ERGONOME,
spécialiste de l'analyse du travail
et de la santé au travail :

- **SE DÉPLACE dans votre entreprise**
- **PILOTE LA DÉMARCHE participative avec vos salariés**
- **VOUS RESTITUE SON DIAGNOSTIC et ses préconisations**

BESOIN D'AIDE FINANCIÈRE ?

TPE - PME, votre CARSAT peut vous faire bénéficier d'aides financières
dédiées à la prévention des Troubles Musculo-Squelettiques.

Formation d'une personne ressource dans le cadre des TMS

ET / OU

Prestation ergonomique : diagnostic et plan d'actions

TMS Pros Diagnostic

Aide plafonnée à 25 000 €
pour les PME < 50 salariés

TMS Pros Action

Aide plafonnée à 25 000 €
pour les PME < 50 salariés

Achat de matériel et/ou d'équipements pour réduire les TMS

Chez M comme Mutuelle, nous pouvons vous aider dans la recherche de financement !

2 METTRE EN ŒUVRE LES PRÉCONISATIONS

Qu'elles soient techniques, humaines ou liées à l'organisation du travail, des préconisations ne sont pas toujours simples à mettre en œuvre.

Pour vous aider à rendre concrètes ces transformations, notre ergonome vous accompagne pour :

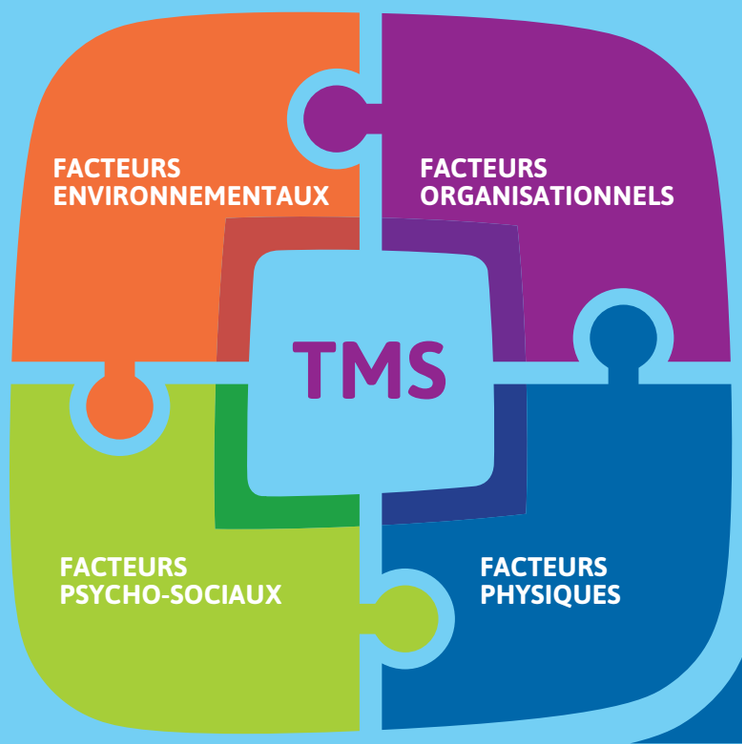
PRIORISER les actions

PLANIFIER les actions

RECHERCHER des fournisseurs le cas échéant

CONSTITUER un dossier de demande d'aide financière

3 PROPOSER DES EXERCICES **PHYSIQUES À VOS COLLABORATEURS**



POUR AGIR SUR LES FACTEURS PHYSIQUES :

- Préparer son corps avant une activité physique
- Se muscler pour faire face aux contraintes d'efforts et assurer une meilleure posture
- S'étirer après des efforts ou quand on ressent des tensions

- **Gestes répétitifs**
- **Postures contraignantes**
- **Efforts importants**

LES BÉNÉFICES ATTENDUS :

- Une meilleure coordination des mouvements
- Des gestes qui gagnent en précision
- Des muscles endurants
- Une meilleure concentration et une préparation mentale au travail
- Une diminution des tensions

NOTRE SOLUTION

AxoprevEnt

UNE APPLICATION WEB ET MOBILE
développée par des kinésithérapeutes :

- **DES PROGRAMMES D'EXERCICES COURTS** (5 min maxi)
- **DES EXERCICES ADAPTÉS** à tous les secteurs, classés par catégorie :

Étirements — Renforcement musculaire — Échauffements

UNE DE NOS SOLUTIONS VOUS INTÉRESSE ? CONTACTEZ-NOUS !

M COMME MUTUELLE

03 20 14 41 68 prevention@mcommemutuelle.com

Pour plus d'informations : mcommemutuelle.com