

benefit



Absences

Réduire les absences grâce à une gestion ciblée

Prévention

Investir pour alléger les charges

Règles vitales

Bien faire passer le message de la sécurité

**«J'ai vite accepté
la perte de mes
deux jambes.»**

Arnaud Hardy (46 ans), victime d'un accident



Sur le terrain

Être debout, une victoire

Versegères, 25 août 2015

«L'accident s'est produit dans la menuiserie où je travaillais comme charpentier: j'ai glissé sur la vis sans fin d'une machine qui fabrique des pellets, et elle m'a arraché les deux jambes. J'ai su immédiatement que ma vie allait changer du tout au tout. J'ai vite accepté la perte de mes deux jambes, mais j'avais peur des opérations et de la réorientation professionnelle. J'ai passé six mois à la Clinique romande de réadaptation, où j'ai eu la chance de bénéficier d'un grand soutien physique et psychologique. J'ai appris peu à peu à marcher sans béquilles. La première fois que je me suis tenu debout, c'était incroyable. Aujourd'hui, j'accompagne de nouveau ma fille à l'école à pied, même si je suis épuisé pour le reste de la journée. Sur le plan professionnel, les choses avancent. J'effectue actuellement un apprentissage de dessinateur-constructeur industriel. Si je le termine, ce sera ma plus belle compensation.»

Arnaud Hardy

Point de vue

«Arnaud Hardy m'a impressionnée par sa force de caractère tout au long de sa réadaptation. Il était déterminé à aller de l'avant en dépit des douleurs et des difficultés. Sa famille et ses amis



n'ont cessé de l'encourager et de l'aider.»
Vanessa Bühlmann, physiothérapeute à la Clinique romande de réadaptation de Sion



Cliquez ici pour découvrir
l'histoire d'Arnaud Hardy en
vidéo: suva.ch/cliniques

PHOTOS: MANUEL ZINGG







Nul n'est infaillible

Au Centre de distribution Migros Suhr, des machines conditionnent chaque jour 4700 palettes de denrées alimentaires destinées aux succursales Migros. Il y a dix ans, les collaborateurs chargeaient encore les palettes manuellement. Aujourd'hui, presque tout est automatisé. Ce qui pose de nouveaux défis aux techniciens d'entretien et aux opérateurs.

Pour leur protection, le préposé à la sécurité du centre de distribution, Hans Frei, a entrepris de les instruire systématiquement sur les règles vitales de la Suva. «Nous ne pouvons pas éviter tous les accidents, mais nous pouvons en prévenir beaucoup», affirme-t-il. Dans la précipitation, il peut vite arriver qu'on néglige une règle. Parapentiste durant ses loisirs, Hans Frei sait de quoi il parle: «Après l'envol, j'ai constaté qu'une sangle de sécurité n'était pas correctement fixée dans le mousqueton. J'avais manifestement oublié le contrôle final.» Par chance, il a pu atterrir rapidement et sans casse. Cette quasi-catastrophe lui a montré une chose: pour bien ancrer le message, l'enseignement des règles vitales doit être accrocheur, aisément compréhensible et régulier.

Regula Müller, rédactrice en chef

Sommaire

04 Flash infos

06 Transmettre durablement les règles vitales

Les règles vitales permettent d'éviter beaucoup d'accidents. À condition d'être bien transmises.



11 Accidents de vélo: nombre, coûts et causes

12 Quand les charges se font trop pesantes

Soulever de lourdes charges est souvent source de maux. Il vaut la peine d'investir pour alléger le travail.



15 Ça: protège-tibias

16 Gestion des absences

Pour réduire les absences dans l'entreprise, il faut en connaître les causes. Les Transports publics lucernois savent comment procéder.



18 À votre service

19 Concours

20 Campagne

Impressum

Éditeur: Suva, case postale, 6002 Lucerne
suva.ch; benefit@suva.ch

Rédactrice en chef: Regula Müller

Conception et mise en page: tnt-graphics AG

Rédaction: Alois Felber, Felix Raymann, Jörg Rothweiler

Traductions: team gestion des langues de la Suva

Photographie: Manuel Zingg, Tomas Wüthrich,
Herbert Zimmermann

Illustration: tnt-graphics AG

Commandes: suva.ch/benefit-f

Changements d'adresse: Suva, service clientèle,
case postale, 6002 Lucerne

041 419 58 51, service.clientele@suva.ch

Magazine imprimé en Suisse avec bilan neutre en CO₂:
myclimate.org

15 000

entreprises ont déjà signé la Charte de la sécurité de la Suva, s'engageant ainsi à renforcer la sécurité au travail pour prévenir les accidents.

Signez-la vous aussi: charte-securite.ch

Protection de l'ouïe

Qu'offre le nouvel audiomobile?

La Suva va tester dans trois nouveaux audiomobiles l'audition de personnes soumises à des bruits dangereux pour l'ouïe au travail. Le nouveau logiciel permet de savoir si les protecteurs d'ouïe sont utilisés correctement et s'ils offrent le niveau de protection recommandé par la Suva.

suva.ch/audiomobile

Plus d'informations sur la protection de l'ouïe: suva.ch/news



Enquête clients

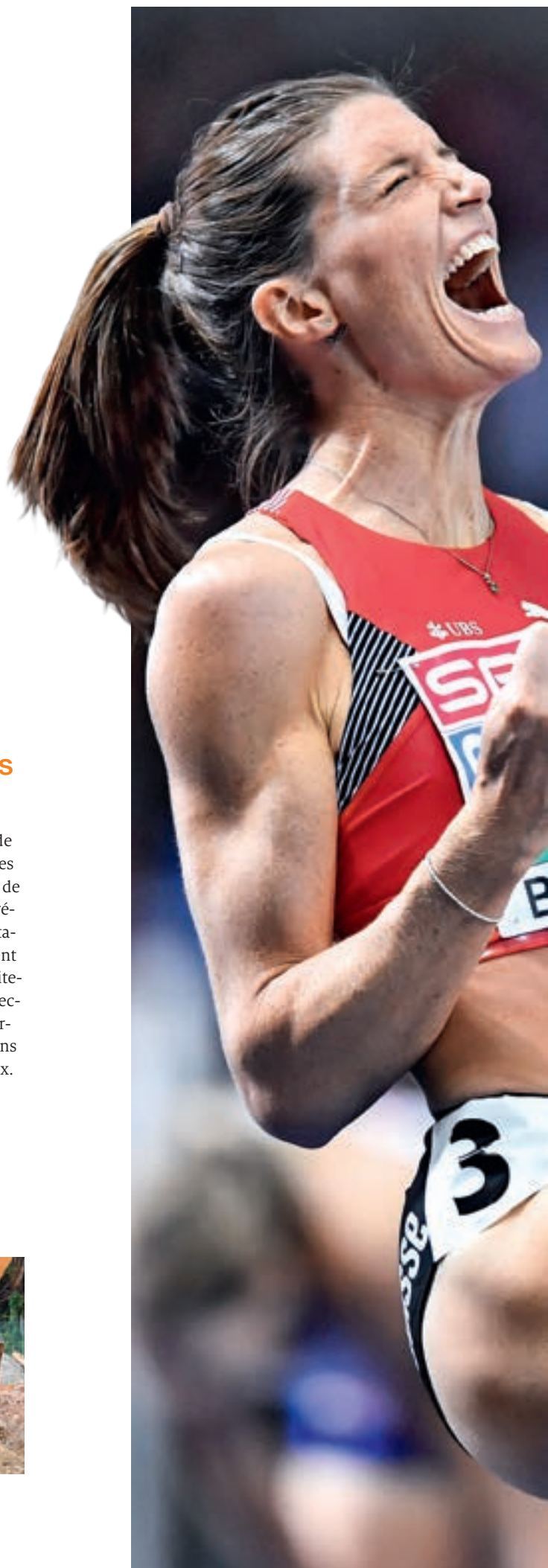
Les clients sont-ils satisfaits de la Suva?

Une enquête menée auprès de 8500 entreprises révèle que les clients de la Suva se félicitent de l'offre de celle-ci, qui mêle prévention, assurance et réadaptation. Ils apprécient notamment les contacts personnels, le traitement des cas et les services électroniques. Les retours concernant le rapport prix-prestations sont toutefois moins élogieux.

Attaches rapides

Quand faudra-t-il changer?

À compter du 1^{er} janvier 2020, les attaches rapides hydrauliques pour pelles mécaniques ne répondant pas aux exigences de sécurité devront être remplacées ou adaptées si elles datent de plus de huit ans. Tous les systèmes devront être mis en conformité avant le 1^{er} janvier 2025. Dans l'intervalle, ils doivent être adaptés ou remplacés dès qu'ils atteignent huit ans à partir de la date d'achat. Faites le test de contre-pression pour éviter tout accident d'ici là: suva.ch/test-de-contre-pression



Échauffement

S'échauffer avant le travail, une bonne idée? Oui!

Lea Sprunger, championne d'Europe du 400 m haies, est convaincue que les personnes effectuant un travail très exigeant physiquement ont intérêt à s'échauffer: «Il est très important de se mettre en condition pour éviter les blessures, comme dans le sport d'élite». La Suva a élaboré une séquence d'échauffement constituée d'exercices adaptés. Une autre séquence s'adresse aux personnes amenées à s'asseoir souvent ou à travailler assises; bouger de temps en temps permet alors d'éviter les contractures.

suva.ch/sequence



PHOTO: KEYSTONE/MARTIN MEISSNER. ILLUSTRATION: CELINE ENDRAS

BONNE QUESTION


Rayons UV: comment bien se protéger?



Roland Krischek, ingénieur de sécurité à la Suva

On sous-estime souvent les rayons UV, surtout au printemps, quand les températures sont encore fraîches. «Or UV ne rime pas forcément avec chaleur. C'est au solstice d'été, le 21 juin, que ces rayonnements sont les plus élevés, alors qu'il ne fait vraiment chaud qu'en juillet et août, explique Roland Krischek, expert en protection solaire à la Suva. Chaque année, près d'un millier de personnes développe un cancer cutané non mélanome au travail. Le meilleur moyen de s'en prémunir, c'est de se couvrir.» Couvre-chefs et vêtements longs sont de rigueur, et il est vivement conseillé d'appliquer de la crème solaire et du baume à lèvres sur les zones exposées. «Le front, le nez, les oreilles et la nuque sont les plus susceptibles de subir les dangers du soleil.» Au plus fort de l'été, il est très important de porter un chapeau ou un casque avec visière et protège-nuque. «Les personnes qui portent un casque avec visière et protège-nuque au travail en sont satisfaites: elles apprécient cette protection solaire et trouvent l'ensemble agréable à porter.»

suva.ch/soleil



Urs Urech, chef d'équipe d'expédition de marchandises, montre à ses collaborateurs comment arrêter et sécuriser une installation avant une opération de maintenance.

La formation? Vitale!

Le respect des règles vitales suffirait à prévenir environ 60 % des accidents professionnels mortels. Le centre de distribution Migros de Suhr a mis en place une méthode exemplaire pour enseigner ces règles.

Texte: Regula Müller; Photos: Tomas Wüthrich

4

conseils pour une instruction efficace

- 1 Formation sur le terrain
- 2 Brèves séquences d'instruction (10 min)
- 3 Formations dispensées par le préposé à la sécurité ou le supérieur
- 4 Instructions à intervalles réguliers et sans motif particulier

Au centre de distribution Migros de Suhr, les machines tournent 24 heures sur 24 toute l'année. Les équipes d'opérateurs supervisent les machines entièrement automatisées chargées d'empiler les produits alimentaires sur des palettes que des camions et des trains acheminent jusqu'aux magasins Migros et Migrolino dans toute la Suisse. Des techniciens de maintenance veillent à l'entretien des machines. Dans l'enceinte du centre de distribution, quelque 460 collaborateurs interviennent dans quatre processus qui enregistrent régulièrement des accidents: production, maintenance, logistique et transport routier. La Suva a établi des règles vitales pour chacun de ces domaines. >



Hans Frei encourage la formation systématique aux règles vitales dans son entreprise.



«Il n’y a pas un grand intérêt à se réunir dans une salle avec un vidéoprojecteur pour montrer comment utiliser un cadenas de sécurité.»

Hans Frei, préposé à la sécurité du centre de distribution Migros

Hans Frei, 60 ans, est le préposé à la sécurité du site. Il y a deux ans, il a signé la Charte de sécurité de la Suva avec la direction de son entreprise. «Nous nous sommes engagés à accroître la sécurité.» La Charte de la sécurité s’articule autour des règles vitales: Hans Frei a décidé d’organiser des séances d’instruction systématiques. «J’ai pu montrer à la direction que, même si l’instruction se faisait sur le temps de travail, elle nous permettait d’éviter de longues absences dues à des accidents.»

Formation sur le terrain

Pour commencer, les chefs d’équipe se sont familiarisés avec les règles de manière autonome. Chaque semaine, Hans Frei leur en envoyait une par e-mail. «Au bout de dix semaines, je leur ai fait passer le test

en ligne de la Suva dans mon bureau», explique Hans Frei. S’ils obtenaient des résultats suffisants, ils pouvaient à leur tour former leurs équipes. «J’assistais parfois aux formations pour que nos collaborateurs comprennent mieux l’importance que j’y attache.» Ensuite, les travailleurs ont fait eux aussi le test en ligne. «Cela les a apparemment stimulés: bon nombre d’entre eux se sont entraînés chez eux et ont décroché le score maximum.»

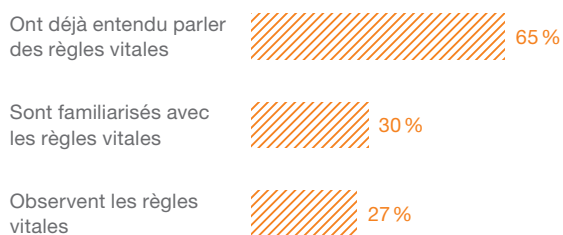
Hans Frei ajoute qu’il est essentiel d’organiser les séances d’instruction sur le terrain. «Il n’y a pas un grand intérêt à se réunir dans une salle avec un vidéoprojecteur pour expliquer comment utiliser un cadenas de sécurité. Mieux vaut que le chef d’équipe montre comment apposer le cadenas directement sur le panneau de commande d’une machine.» >



Sascha Bär, chef d'équipe, explique comment caler mécaniquement et sécuriser le transstockeur avant la maintenance.

Chaîne d'impacts des règles vitales

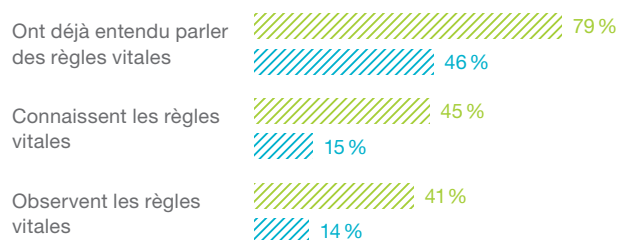
Enquête menée auprès de cadres et collaborateurs d'entreprises assurées à la Suva (n= 2057)



Bilan: les personnes qui connaissent bien les règles vitales les appliquent presque toujours.

Ceux qui connaissent la Charte de la sécurité ont une longueur d'avance

■ Charte connue ■ Charte non connue



Bilan: ceux qui connaissent la Charte de la sécurité sont aussi plus familiers des règles vitales et les appliquent bien plus souvent.

Cela permet aussi de lever d'éventuels obstacles à la compréhension: une démonstration pratique rend les règles limpides pour tous. Pour Hans Frei, il est primordial que l'instruction soit dispensée par le supérieur direct. «Il connaît ses collaborateurs et sait qui a le plus besoin d'être formé.» Il conseille aussi des séquences courtes: «Même après une journée de travail fatigante, on peut encore écouter et rester attentif pendant 10 minutes».

Jamais aussi peu d'accidents

Une fois les règles communiquées commence la deuxième phase: contrôler et imposer. «Le supérieur doit exiger que les règles soient respectées chaque jour.» Au centre de distribution, le principe est le suivant: la première infraction donne lieu à un avertissement, la seconde au licenciement. Ancrer durablement les règles dans les mémoires est un autre défi, comme le souligne Hans Frei: «Cela nécessite une culture d'entreprise bien installée qui permette à chacun de rappeler l'importance des règles de sécurité aux autres, y compris au directeur».

Cela fait maintenant deux ans que la direction du centre de distribution a signé la Charte de la sécurité. En 2018, le nombre d'accidents professionnels a nettement baissé par rapport aux deux années précédentes. Hans Frei n'entend pas pour autant se reposer sur ses lauriers: «Il faudra attendre quelques années pour savoir si c'est un hasard ou si nos efforts portent déjà leurs fruits».



Brève séquence d'instruction: le chef d'équipe montre comment apposer son cadenas personnel sur le panneau de commande de la machine.

Entretien avec Ruedi Kaufmann, responsable de l'évaluation de la prévention à la Suva

«En entendre parler une seule fois ne suffit pas.»



Ruedi Kaufmann évalue l'utilisation et l'enseignement des règles vitales pour la Suva.

L'étude montre que 60 % des personnes interrogées ont déjà entendu parler des règles vitales, mais que seules 27 % d'entre elles les appliquent (voir étude page 9). Comment expliquez-vous ce résultat?

En entendre parler une seule fois ne suffit pas. Il faut connaître précisément le contenu pour pouvoir l'appliquer au quotidien. Notre étude montre que lorsqu'on connaît bien les règles, on les respecte. C'est la preuve que la formation paie.

Les signataires de la Charte organisent plus souvent des séances d'instruction que les autres. Pourquoi?

La Charte de la sécurité s'articule autour des règles vitales.

Si une entreprise la signe, c'est qu'elle est prête à investir dans la sécurité au travail.

Qu'est-ce qui peut empêcher une entreprise d'instruire ses collaborateurs?

Souvent, la culture de l'instruction laisse à désirer. Les supérieurs n'ont pas l'habitude de prendre la parole devant leurs collaborateurs et se sentent mal à l'aise.

Que conseillez-vous dans ce cas?

La Suva propose une vidéo montrant un exemple de séance d'instruction. En y ajoutant les conseils fournis dans les supports pédagogiques, le supérieur ou le préposé à la sécurité peut appliquer ce modèle à l'identique.

Pour visionner le modèle d'instruction, scannez le code QR avec votre smartphone.

Bâtiment et génie civil



Maintenance



Accidents de vélo

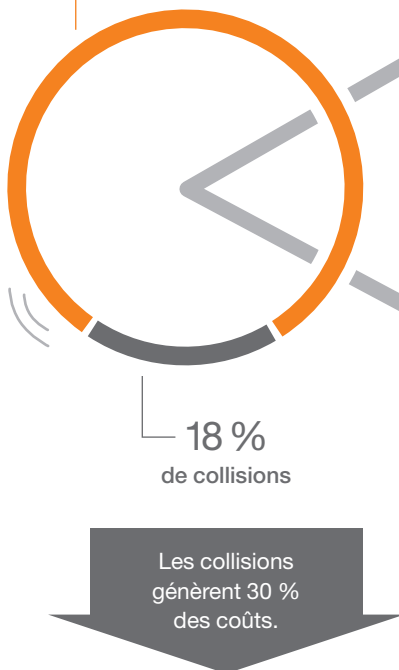
On recense quelque 3,9 millions de vélos en Suisse. Pour éviter les accidents, il faut rouler prudemment, p. ex. en étant toujours prêt à freiner et en s'abstenant de dépasser des camions à l'arrêt par la droite. suva.ch/velo

18 000 accidents

causant des dommages corporels sont recensés chaque année en Suisse dans la circulation routière. Ce chiffre ne prend pas en compte les accidents de VTT (env. 6000) et ceux survenant lors de courses cyclistes ou sur des terrains privés.

82 %

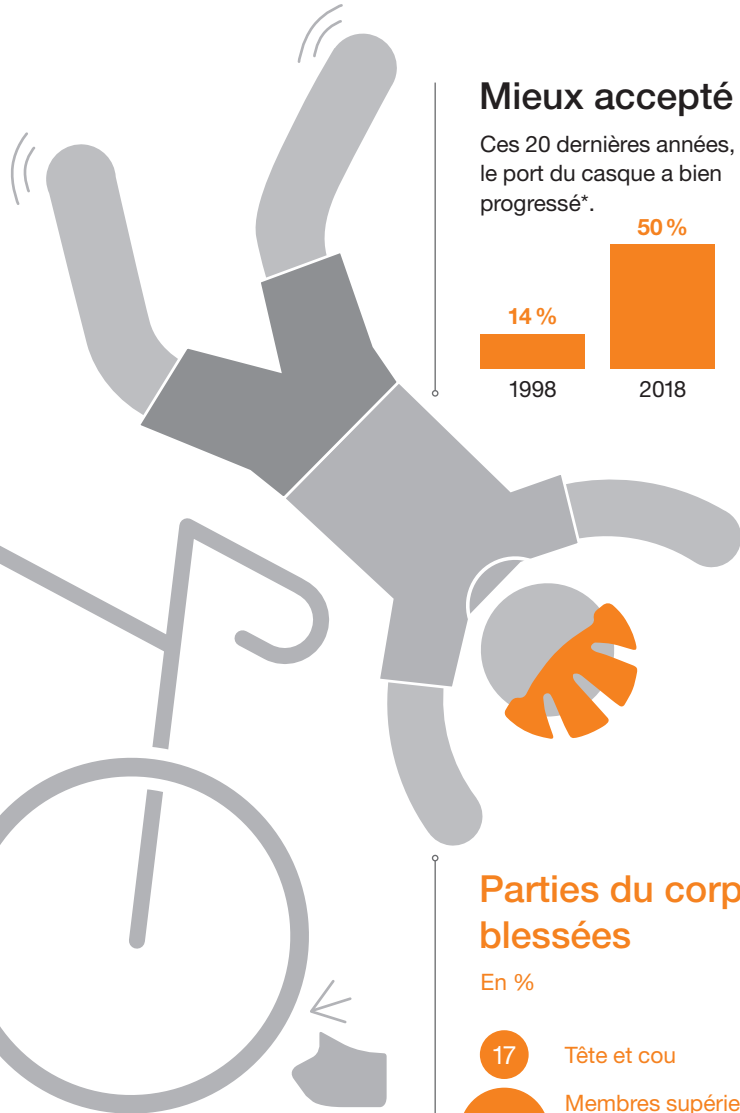
d'accidents sans implication de tiers



46

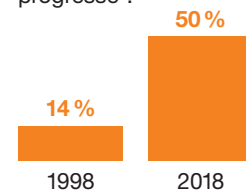
millions de francs

Les accidents de vélo coûtent au total 154 millions de francs par an (frais de traitement, indemnités journalières et rentes).



Mieux accepté

Ces 20 dernières années, le port du casque a bien progressé*.



Parties du corps blessées

En %



Commandez le module de prévention pour votre entreprise: faites l'expérience de situations de circulation critiques avec des **lunettes de réalité virtuelle**.
suva.ch/modulesdeprevention

* Le casque est obligatoire sur les vélos à assistance électrique pouvant rouler jusqu'à 45 km/h.

Les vertèbres, des os fragiles

Nous soulevons tous les jours des charges, au travail comme en dehors. Les employeurs ont tout intérêt à réaliser des investissements dans ce domaine, car il est relativement simple de prévenir des atteintes à la santé.

Texte: Jörg Rothweiler; Illustration: tnt-graphics

S'investir chaque jour pleinement dans son travail: telle est l'ambition de millions de travailleurs en Suisse. Dans les secteurs de l'industrie, de l'artisanat, de la santé, mais aussi dans les bureaux, nous sommes tous amenés à soulever, porter, tirer ou pousser des charges. Nous soumettons alors nos disques intervertébraux, articulations, muscles, tendons et ligaments à de très fortes contraintes. Selon la durée et la fréquence des tâches, le poids des charges, les outils utilisés et la posture adoptée, cela peut nuire à notre santé. Il faut aussi lever, déplacer, soulever et pousser de la bonne façon, tenir compte de difficultés telles que le manque d'espace ou les travaux à effectuer au-dessus de la

Les disques intervertébraux ne se plaignent pas – jusqu'à ce qu'ils jettent l'éponge.

tête, et prendre en considération notre état de santé et nos capacités, selon notre âge et notre condition physique.

De nombreuses tâches nous pèsent, au sens propre comme au figuré. Solliciter un seul côté du corps, effectuer des mouvements de rotation en portant des charges, se pencher, rester longtemps debout, enchaîner des mouvements répétitifs, travailler les bras levés, conserver une posture parfois inconfortable ou rester assis pendant des heures: tout cela laisse des traces.

Or les disques intervertébraux ne sont pas dotés de nerfs douloureux: ils sont malmenés, usés ou abîmés en silence jusqu'à ce qu'ils soient surmenés, se rompent ou se déplacent. C'est alors que les nerfs qu'ils mettent sous pression se rappellent à nous, provoquant lumbago ou hernie discale. Mais quand on ressent la douleur, le mal est déjà fait!

3,3 milliards par an

La réalisation d'efforts physiques avec une posture inadéquate constitue l'une des principales causes des troubles de l'appareil locomoteur, qui sont la cause d'environ un tiers des absences au travail. >


La colonne vertébrale

La colonne vertébrale est une ossature flexible mais solide composée de 33 vertèbres.

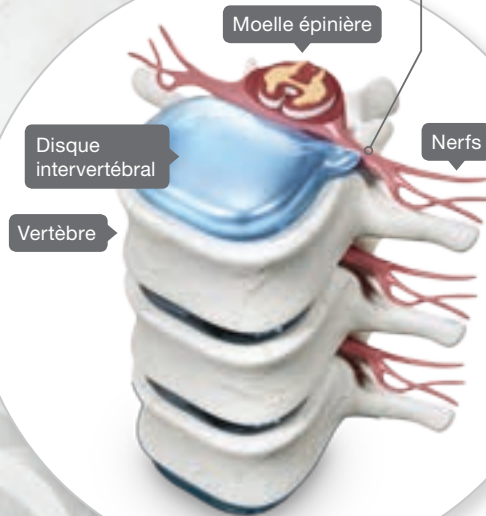
- A La colonne cervicale** (7 vertèbres) supporte la tête et assure sa mobilité.
- B La colonne dorsale** (12 vertèbres) constitue, avec les côtes, la cage thoracique.
- C La colonne lombaire** (5 vertèbres) forme le passage entre le tronc et le bassin.
- D Le sacrum** (5 vertèbres ossifiées) répartit le poids du corps sur le bassin et les jambes.
- E Le coccyx** (4 vertèbres ossifiées) constitue la base des muscles du plancher pelvien.

10

conseils pour soulever et porter correctement des charges

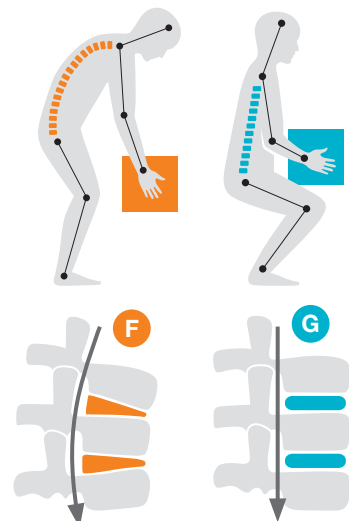
- 1 Utiliser des équipements et porter des vêtements de protection 
- 2 Demander de l'aide à une ou plusieurs personnes
- 3 Avoir une bonne visibilité et la voie libre
- 4 Saisir les charges de façon sûre et à deux mains
- 5 Soulever les charges sans à-coup et bien garder les pieds au sol
- 6 Répartir les charges sur les deux côtés du corps 
- 7 Maintenir les charges contre le corps
- 8 Garder le dos bien droit et soulever la charge avant de se tourner
- 9 Ne pas se pencher en avant
- 10 Déposer les charges ni trop bas ni trop haut et ne pas pivoter

Hernie discale:
des parties du noyau gélatineux sortent de leur périmètre et font pression sur les nerfs du canal rachidien.



Disques intervertébraux

Ils jouent les amortisseurs entre les vertèbres. Leur résistance repose sur une répartition homogène de la tension au niveau de l'anneau de cartilage fibreux. Soumises à une contrainte excessive, unilatérale et répétée via le basculement ou la torsion du corps vertébral (F), les fibres sont étirées ou compressées et le plexus sacral perd en robustesse. Si la pression est répartie de manière homogène (charges soulevées avec le dos droit), les disques sont moins sollicités et le risque de blessure diminue (G).



Sous pression

Les disques intervertébraux sont soumis à une pression pouvant atteindre 23 bars. À titre de comparaison, celle des pneus de voiture n'est que de 2,2 bars.

Source: Hans-Joachim Wilke, responsable du secteur de biomécanique à l'université d'Ulm



Quelque 670 000 travailleurs en souffrent, ce qui les empêche de travailler trois jours par an en moyenne. Au total, ces deux millions de jours d'absence coûtent deux milliards de francs aux employeurs. Si l'on ajoute les coûts liés à la restriction de la capacité de travail et aux remplacements parfois nécessaires (toute embauche coûte en moyenne un an de salaire), les troubles musculosquelettiques d'origine professionnelle coûtent 3,3 milliards de francs par an!

Les personnes exerçant une activité physiquement exigeante sont les plus ex-

posées: ainsi, 71 % du personnel soignant souffre de maux de dos. Rien d'étonnant donc à ce que le secteur des soins, qui emploie 11 % des personnes actives occupées, enregistre le nombre d'absences pour cause de maladie le plus élevé et 56 % d'abandons de carrière chez les plus de 50 ans.

Des investissements rentables

Les investissements offrant aux employeurs le rendement le plus direct et le plus durable sont ceux qui simplifient le travail. L'argent déboursé pour des équipe-

ments, des postes modernes et ergonomiques ou encore des formations aux techniques permettant de travailler en toute sécurité et en ménageant son dos est presque immédiatement rentabilisé par la baisse du nombre d'absences, de reclassements, de départs en retraite anticipée et d'embauches.

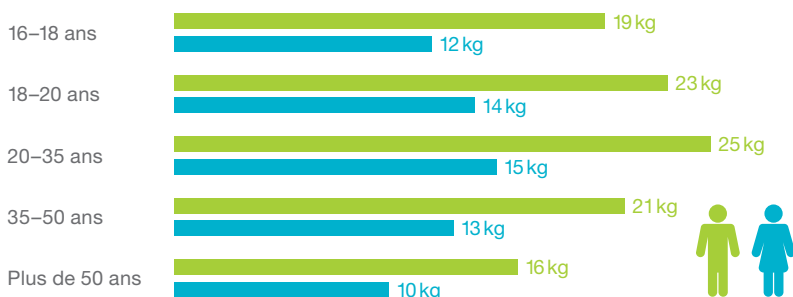
Une aide concrète de la Suva

Les employeurs et les supérieurs ont tout intérêt à évaluer régulièrement la charge à laquelle leur personnel est soumis, notamment pour identifier les points à améliorer.

L'«appréciation des contraintes physiques au poste de travail» de la Suva permet une première évaluation rapide. S'il en ressort qu'il est nécessaire d'agir, il faudra réaliser des examens et analyses concrets des postes de travail. Vous trouverez une mine d'informations, de conseils, de bases juridiques et de fiches thématiques sur le site de la Suva, rubrique «Prévention», thème spécialisé «Contraintes physiques».

Valeurs indicatives sur le levage de charges

Au travail, les hommes ne devraient soulever et porter manuellement des charges de plus de 25 kg qu'à titre exceptionnel. Quant aux femmes, dont la puissance musculaire n'atteint que 60 % de celle des hommes, ce maximum est de 15 kg.



→ Informations, listes de contrôle et conseils sur suva.ch/charges

Coque

La coque dure absorbe les impacts directs des chaussures de foot et des crampons pour protéger les tibias, des os très sensibles. Selon les modèles, elle est en plastique, en carbone ou en fibre de verre.

Forme

Les protège-tibias doivent être parfaitement adaptés à la jambe du footballeur pour pouvoir répartir uniformément la force des impacts. Sans cela, le risque de blessure augmente.

**Rembourrage**

Le rembourrage amortit les chocs exercés sur la coque dure et améliore le confort des protège-tibias.

Protection des malléoles

Articulations très sensibles, les chevilles sont exposées aux coups de pied des autres joueurs. Elles sont protégées par un épais rembourrage à l'intérieur et à l'extérieur des protège-tibias. Certains modèles sont dotés d'une protection des malléoles amovible.

Ça

Solution antichoc

Les protège-tibias protègent les tibias et les chevilles des footballeurs. Ils sont obligatoires pendant les tournois, mais il faudrait aussi en porter à l'entraînement et pendant les matchs entre amis pour éviter de se blesser et de se retrouver dans les gradins avec les spectateurs pendant longtemps!

→ Faites le test de football avec de nouveaux conseils de prévention sur mesure: suva.ch/test-de-football

«Nous parlons des anomalies»

Responsable du personnel chez Verkehrsbetriebe Luzern (vbl), Walter Jenny, 52 ans, entend réduire au minimum les absences pour cause d'accident ou de maladie. Une gestion des absences ciblée lui donne une vue d'ensemble de la situation.

Interview: Regula Müller; Photo: Herbert Zimmermann

Quel est pour vous l'intérêt de connaître le nombre de jours d'absence dans l'entreprise?

Nous devons avoir connaissance des chiffres pour pouvoir les analyser et, ainsi, savoir pourquoi certains collaborateurs ne viennent pas au travail. Le but est de trouver des solutions individuelles pour limiter les absences. Nous souhaitons que chacun se sente bien à son poste et reste en bonne santé. Et puis, chaque jour d'absence coûte cher à l'entreprise.

Quelles sont les principales causes d'absence chez vbl?

En 2017, les accidents professionnels et durant les loisirs ont engendré environ 860 jours d'absence; c'est peu par rapport aux absences pour maladie, qui ont dépassé les 3600 jours. Il s'agit de maladies classiques comme la grippe, mais aussi d'affections plus lourdes comme des cancers. De nombreuses absences sont aussi dues à une pression psychologique. Souvent, les employés doivent travailler dans l'urgence et rester joignables

à tout moment. Si des problèmes d'ordre privé viennent se greffer à ce stress, la situation peut devenir difficile à gérer. Nous tentons de rééquilibrer la balance en proposant par exemple aux chauffeurs des horaires flexibles.

Comment gérez-vous les absences?

Nous les recensons et parlons de toutes les anomalies. Cela nous permet de limiter les absences brèves. Nous nous entretenons aussi avec les personnes régulièrement absentes pendant une longue durée afin de savoir à temps ce qui se passe. Parfois, un conseil externe est nécessaire: nous travaillons alors avec un service social, la Suva ou l'AI.

Que proposez-vous aux personnes qui ne veulent ou ne peuvent plus exercer leurs tâches?

Un poste aménagé temporaire ou un placement à l'essai, par exemple. Nous encourageons aussi, si possible, les changements de poste dans l'entreprise. Les personnes qui, après une maladie ou un accident, reviennent rapidement et



«Si l'on se sent épaulé, on arrive plus facilement à reprendre le travail.»

Walter Jenny

Mes favoris sur suva.ch

- Les outils de la Suva pour vous aider à mettre en place une gestion des absences: suva.ch/gestion
- Lien vers la brochure «Gestion des absences»: suva.ch/66131.f
- Tout ce qu'il faut savoir sur la réinsertion: suva.ch/reinsertion



Walter Jenny enregistre des chiffres d'absence stables chez vbl depuis des années.

progressivement au travail reprennent leurs habitudes bien plus vite. Mais l'entreprise doit réunir les conditions nécessaires à un travail à temps partiel ou à un changement en interne. Il faut aussi que les supérieurs fassent preuve de soutien, et le collaborateur concerné de flexibilité.

Il doit être très difficile de se réinsérer après une longue absence, non?

L'essentiel est que les supérieurs et collègues du collaborateur restent en contact avec lui pendant toute son absence. Si l'on se sent épaulé, on reprend plus facilement le travail. Il y a quelques années, l'un de nos chauffeurs a fait plusieurs séjours en clinique en raison d'une grave dépression. Je lui ai moi-même rendu visite plusieurs fois. Plus tard, il a pu réintégrer l'entreprise petit à petit. ●



étapes pour maîtriser la gestion des absences

- 1 Bases:** obtenez le soutien de la direction en lui permettant, au moyen de chiffres-indices, de fixer des objectifs annuels clairs et réalistes.
- 2 Indicateurs:** recensez systématiquement les absences pour pouvoir les interpréter et les analyser.
- 3 Intervention:** offrez un suivi et un encadrement aux collaborateurs absents.
- 4 Formation des supérieurs:** formez les cadres dirigeants à la prise en charge des collaborateurs absents.
- 5 Information des collaborateurs:** communiquez régulièrement sur les absences et informez le personnel de vos attentes en matière de comportement à adopter en cas d'absence.
- 6 Prévention:** organisez des mesures de prévention ciblées sur la base des chiffres-indices.



Module de prévention

Le parcours sportif dans votre entreprise

Comment prévenir les accidents de sport de vos collaborateurs tout en les encourageant efficacement à bouger davantage? Avec le parcours sportif de la Suva, par exemple! Guidé par un spécialiste dans vos propres locaux, votre personnel pourra effectuer un parcours d'expérimentation qui lui fera prendre conscience des risques et l'invitera à réfléchir. Les thèmes mis en avant sur le parcours vont de la promotion de l'exercice

physique aux sports à risque. Cette offre compte parmi la quarantaine de modules de la Suva que vous pouvez compiler pour obtenir un programme de prévention attractif et durable pour votre entreprise. Tentez l'expérience!

Tous les modules de prévention • Informations, conditions et commande • [suva.ch/modulesdeprevention](https://www.suva.ch/modulesdeprevention)

Protection de la peau

Attention, lubrifiants: protégez votre peau!

Si les lubrifiants sont aujourd'hui couramment utilisés, ils ne sont pas anodins: au contact avec la peau, ils peuvent provoquer rougeurs, crevasses, eczéma, voire des allergies aboutissant souvent à une interdiction d'exercer la profession. Deux sites expliquent comment se protéger soi-même ainsi que ses collaborateurs. Il est essentiel d'utiliser de la crème et de porter des gants.

Protégez-vous! •

Collaborateurs • [suva.ch/lubrifiants](https://www.suva.ch/lubrifiants)
Employeurs • [suva.ch/protection-peau](https://www.suva.ch/protection-peau)

Offre de cours

Formation continue dans le domaine de la réinsertion

La Suva propose plusieurs formations continues pour les case managers et les spécialistes dans le domaine de la réinsertion. Certains cours, notamment en Case Management, sont aussi ouverts au personnel d'organismes partenaires et des services sociaux, de la santé et des ressources humaines. Une fiche thématique récapitule l'offre 2019.

Fiche thématique Offre de formation • [suva.ch/3853.f](https://www.suva.ch/3853.f) (PDF uniquement)

Règles vitales

De nouvelles règles pour les travaux souterrains

Les chantiers souterrains recèlent des dangers particuliers. La Suva a donc élaboré un recueil de règles vitales spécifiques à ce type d'activités. Concept de sécurité pour chaque chantier, sécurisation contre la chute de pierres ou encore garantie de la qualité de l'air: ces 10 règles couvrent tous les aspects de la sécurité.

10 règles vitales • [suva.ch/regles](https://www.suva.ch/regles)
Support pédagogique • [suva.ch/88833.f](https://www.suva.ch/88833.f)
Dépliant • [suva.ch/84074.f](https://www.suva.ch/84074.f)



En bref

Nouveau ou remanié sur suva.ch

Attaches rapides hydrauliques •

En toute sécurité grâce au test de contre-pression • Support pédagogique • suva.ch/88834.f • Vidéo • suva.ch/test-de-contre-pression

Poussières de bois • Nouveau site Internet • suva.ch/poussieres-de-bois

Analyse d'accident • Tirer des enseignements pour éviter que cela ne se reproduise. • Instructions • 4 pages A4 • suva.ch/66100.f • Compte rendu • 4 pages A4 • suva.ch/66100/r.f

Identifier, évaluer et manipuler correctement les produits amiantés • Règles vitales pour les menuisiers • Brochure • 40 pages 105 × 210 mm • suva.ch/84043.f

Vous trouverez une liste de toutes les nouvelles publications et des publications remaniées sur la prévention des accidents et des maladies professionnelles sur suva.ch/publications

Publications

Vous avez la possibilité de commander nos publications en ligne:
→ suva.ch/carte-commande-benefit

Vous pouvez également commander en indiquant le numéro de référence dans le champ de recherche de la page web:
→ suva.ch

e-paper | Newsletter

Restez en permanence au fait de l'actualité avec notre Newsletter! Grâce aux possibilités offertes par notre nouveau site Internet, elle est désormais encore plus proche de l'actualité.
→ suva.ch/newsletter-f
→ suva.ch/benefit-f

Concours

Vous avez jusqu'au 15 mai 2019 pour participer à notre concours et remporter de fabuleux prix: suva.ch/concours

C'est la faute au beau temps

Neige abondante en hiver, été extrêmement chaud, sec et ensoleillé, tel est le bilan suisse en 2018. Selon MétéoSuisse, ce fut la quatrième année à intervalles rapprochés avec une température bien supérieure à la moyenne. Les accidents durant les loisirs se sont multipliés entre avril et septembre. Pendant cette période, les accidents de vélo et de VTT (+17 %) et les accidents en randonnée et en promenade (+17 %) ont fortement augmenté par rapport à l'année précédente.

Statistique des accidents 2018: unfallstatistik.ch

Question Qu'est-ce qui a contribué à la hausse des accidents durant les loisirs en 2018?

Réponses

- A** L'argent
- B** Internet
- C** La météo

1^{er} prix:
bon-cadeau
CAS d'une
valeur de 250.–



2^e prix:
écouteurs
sans fil

3^e prix: brosse
à dents
électronique



4^e–10^e prix:
parapluie

J'ai voulu gagner quelques minutes dans mon travail et j'ai perdu plusieurs mois de ma vie.



Du temps bien investi:
www.suva.ch/regles

Travailler en sécurité n'est jamais une perte de temps. Protège-toi et protège tes collègues en respectant les règles vitales et dis STOP en cas de danger.

Suva

Case postale, 6002 Lucerne, tél. 041 419 58 51
Commandes en ligne: www.suva.ch/55358.f, référence 55358.f

suva