



INNOVATION PRÉVENTION
SANTÉ SÉCURITÉ

edf pulse

« LES ÉCHAUFFEMENTS,
ÇA NOUS SOUDE ! »

Innovateurs

Jean-Paul CROS

Sounthay ONDALI

Arnaud LEPETIT

Service de Réparation
Hydraulique, UP Alpes

PRIX INTERNES 2016

Résumé

«Faire de chaque agent, le premier acteur de sa propre sécurité et de celle de ses collègues». Le SRH propose dans ses Ateliers et ses bureaux de l'Etat Major, des séances collectives d'échauffement musculaires et étirements avant la prise de poste. La force de cette démarche et sa réussite sont intimement liées à la dimension collective de la mise en œuvre. L'ensemble de l'équipe (métiers techniques et tertiaires, encadrement) se retrouve pour réaliser des exercices animés par un collègue volontaire et contribue ainsi à limiter l'apparition des troubles musculo-squelettiques (TMS). Un cabinet spécialiste de la problématique des TMS a été consulté pour préconiser des séries d'exercices à réaliser en fonction des différentes situations de travail des agents. Ces exercices, associés à une bonne connaissance des gestes et postures, limitent les risques de blessures qui peuvent entraîner des indisponibilités et nuire à la performance. Il s'agit au départ d'un réveil musculaire mais c'est aussi, parce que le moment est forcément convivial, l'occasion de renforcer l'esprit d'équipe et une dynamique de vigilance partagée (chacun se soucie de la santé des autres).

Points forts

- Minimisation des Troubles Musculo-squelettiques (TMS)
- Un sas de mise en bonnes conditions physiques et mentales de travail
- Un vecteur de cohésion d'équipe (QVST)

Chiffres clés

- 1 ou 2 X 10 mn par jour
- 100% participatif
- 0 coût matériel