

EN MOUVEMENT POUR LA SANTÉ !

Journées santé travail

15 et 16 octobre 2024

Mise en œuvre d'actions collectives
de sensibilisation



Dr Olfa JOUINI
Médecin du travail



SOMMAIRE :

- ♡ Un contexte santé publique
- ♡ Mission des SPSTI : loi santé travail, VIP et prévention primaire
- ♡ L'activité physique, un travail d'équipe
- ♡ Mieux communiquer pour mieux sensibiliser
- ♡ Les offres d'accompagnement
- ♡ Conclusion

Un contexte de santé publique

L'inactivité physique en chiffres :

4^e

cause de mortalité mondiale

- 6 -10 % des décès liés aux **maladies non infectieuses**
- 10% des **cancers du sein ou du colon**
- 6% des **maladies cardiovasculaires**
- 7% des **diabètes de type II**
- 4 ans **d'espérance de vie en moins**



Recommandations :

Activité cardiorespiratoire
30 min, 5 fois / semaine

Renforcement musculaire
1-2 fois / semaine

Exercices d'assouplissement
2-3 fois / semaine

Un impact sur les TMS :

- 80 % des travailleurs ayant une activité sédentaire
- 88 % des MP en 2019 étaient des TMS
- 10,8 millions de journées de travail perdues pour d'arrêts de travail liés aux TMS



Mise en garde de l'ANSES en 2022 contre la détérioration de **95%** de la population française par manque d'activité physique et de sédentarité

Un enjeu pour les SPST

*Loi « Santé au Travail » de 2 août 2021 :
décloisonner santé publique et santé au travail*

Le sport, la nouvelle
responsabilité des
entreprises



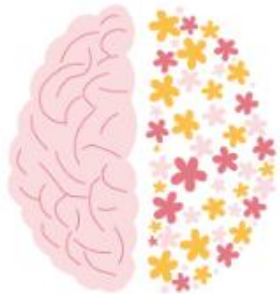
- ♥ Un réel enjeu en matière de santé au travail où les SPST doivent jouer leur rôle de **prévention primaire**
- ♥ **Le rôle important de la VIP par les professionnels de santé :**
 - interroger le salarié sur son état de santé
 - informer sur les risques éventuels de son poste de travail et le sensibiliser
 - adapter le travail à l'humain
- ♥ **Une responsabilité pour les employeurs :**
 - protéger la santé physique et mentale de ses travailleurs
 - mettre en œuvre des mesures nécessaires
 - Inscrire le sport dans la raison d'être de son entreprise

Rôle des professionnels de santé

Explorer les besoins de santé spécifiques de chaque salarié, en donnant des conseils personnalisés :
quels types d'activités physiques ? À quelle fréquence ? **APA**

(avancer des arguments en utilisant l'entretien motivationnel)

 Dans la promotion du sport : rappeler les bienfaits du sport sur la **santé physique et mentale**



- ♥ Réduction du stress et de l'anxiété
- ♥ Amélioration des capacités cardiovasculaires et de la condition physique générale
- ♥ Prévention des troubles musculosquelettiques (TMS)
- ♥ Renforcement du système immunitaire
- ♥ Impact sur la qualité du sommeil et la productivité

Pour les entreprises : aspect financier (baisse de l'absentéisme AM ou AT)



L'activité physique, un travail d'équipe

- Depuis **+7 ans**, Prevlinc s'est engagé pour **promouvoir la pratique de l'activité** physique auprès de ses collaborateurs, notamment sur des courses solidaires et partenariat Institut Curie
- D'autres actions ont pu être menés en interne : Teams building sportifs, séances d'étirement, de sport ou d'auto-massage



Course : Prevlinc soutient Odyssea

Participez à **ODYSSEA**

Prevlinc se mobilise aux côtés de Présanse Ile-de-France et d'autres services de prévention et de santé au travail, et vous invite à participer à cet événement sportif solidaire.

Dimanche 6 octobre 2024

Château de Vincennes
Av. de Paris, 94300 Vincennes

Choisissez 1 course :

- ♡ 10 km course chronométrée à 9h00
- ♡ 5 km course non chronométrée à 11h00
- ♡ 5 km marche non chronométrée à 11h30



L'activité physique, un travail d'équipe

- Association à la recommandation nationale des "30 minutes d'activité physique quotidienne" du gouvernement
- Création d'un projet innovant : initier **un mouvement collectif** (adhérents et Prevlink)
 - ♡ **Un défi sportif connecté** pour promouvoir l'activité physique : du 2 au 30 avril 2024
 - ♡ **30 min d'activité physique / jour** soit 15 heures sur 1 mois
 - ♡ **Création d'un club virtuel** (plateforme Strava) : gratuit, prise en main facile, large choix d'activités disponibles (+ quinzaine)

GRANDE CAUSE NATIONALE
30'JUGE!
CHAQUE JOUR

STRAVATM



prevlink
Santé au travail

**PREVLINK
CHALLENGE**

Du 2 avril au 30 avril 2024

objectif du challenge
15h d'activité physique sur le mois d'avril !
soit 30 minutes par jour

Enregistrez. Transpirez. Partagez.

ENSEMBLE, EN MOUVEMENT POUR MA SANTÉ !



L'activité physique, un travail d'équipe

- Durant tout le mois d'avril, afin de toucher l'ensemble des salariés adhérents, **l'ensemble des PDS** ont été mobilisés lors des vacances :
 - **120** Médecins du Travail
 - **90** IDEST
 - répartis sur **32 centres** ont été mobilisés pour sensibiliser un grand nombre de salariés
- Les consultations, un temps d'échange privilégié :
 - **Distribution d'un flyer informatif** pour les inviter à participer
 - Associé **aux messages de prévention** des risques professionnels et de santé publique





Mieux communiquer pour mieux sensibiliser

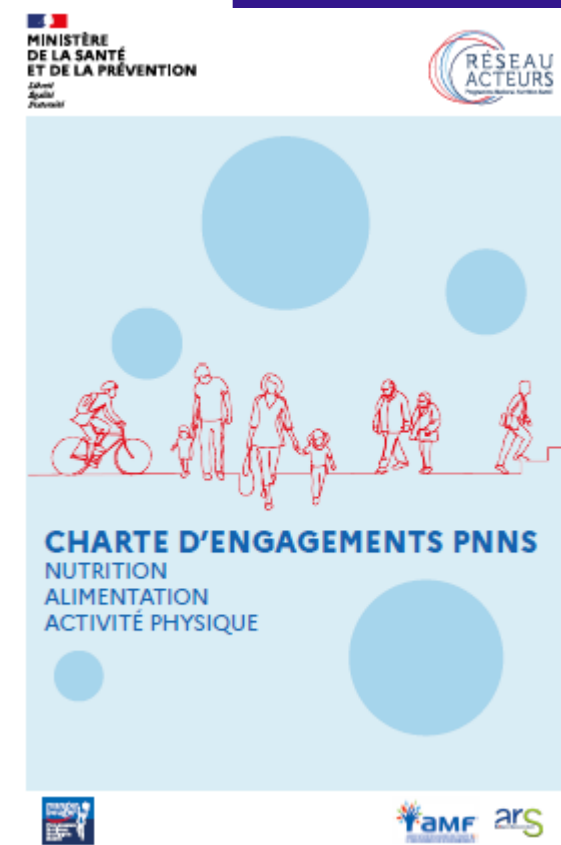
Un levier essentiel pour mobiliser nos adhérents :

- **Plusieurs articles** sur notre site internet Prevlink
- Information de nos événements via des **newsletters adhérentes**
- Partage de bonnes pratiques sur les **réseaux sociaux** (LinkedIn & X)
- Parution dans la **presse spécialisée** (Agir Mag, numéro de septembre 2024)
- Des **webinaires spécialisés** sur le thème de l'activité physique (employeurs/salariés)
 - Un **outil ludique et interactif** (Kahoot) pour faire passer des messages de prévention
 - Des **lots à gagner** pour les participants !



Nos résultats

- **1 défi sportif connecté** pendant 1 mois
- **33% participants ont atteint l'objectif** de 30 minutes d'activité physique par jour
- **31 200 salariés** sensibilisés lors des visites médicales d'avril 2024
- **187 salariés suivis et collaborateurs** ont atteint l'objectif des 15h d'activité physique par mois
- **+ de 15 sports** pratiqués lors de la participation au défi connecté
- **15 entreprises inscrites** au webinaire dédié au rôle de l'employeur sur le mois d'avril 2024
- **1 webinaire pour les salariés suivis** (200 inscrits) sur le rôle et les bienfaits de l'activité physique en lien avec le travail présenté en septembre 2024
- **2 études avec le "motion capture"** déjà menées dans un dispositif d'accompagnement intégré
- Des articles en ligne et en presse, des sensibilisations en entreprise
- **200 inscriptions à la course Odyssée** avec nos salariés suivis et collaborateurs en octobre 2024
- Prevlinc souhaite obtenir la charte d'engagement du PNNS



Les types d'accompagnements



♥ L'offre socle :

- Prévention primaire des risques professionnels
- Suivi individuel de l'état de santé des salariés
- Prévention de la désinsertion professionnelle

♥ L'offre encadrée : une action collective par an et par adhérent (ex: sensibilisations intra-entreprise spécifiques)

♥ L'offre complémentaire : prévue dans la loi du 2 août 2021, elle se compose de prestations additionnelles innovantes et complémentaires allant au-delà de l'offre socle (ex: nutrition, sommeil, activité physique etc.)



Les types d'accompagnements

L'offre socle

- ♥ prévention primaire des risques professionnels
- ♥ suivi individuel de l'état de santé des salariés
- ♥ prévention de la désinsertion professionnelle

L'offre encadrée

- ♥ une action collective par an et par adhérent (ex: sensibilisations intra-entreprise spécifiques)

L'offre complémentaire

- ♥ elle se compose de prestations additionnelles innovantes et complémentaires allant au-delà de l'offre socle (ex: nutrition, sommeil, activité physique etc.)





Conclusions et perspectives

- ♥ Le bénéfice promotion de l'activité physique est encore mal compris en matière de prévention au travail (AT/MP, PDP ou encore RPS)
- ♥ Le bénéfice promotion de l'activité physique est encore mal compris en matière de prévention au travail (AT/MP, PDP ou encore RPS)
- ♥ Les PDS jouent un rôle crucial de prescripteur pour mettre en place de nouvelles actions
- ♥ Prevlinc souhaite décrocher la médaille d'or dans la lutte contre la sédentarité
- ♥ Nous souhaitons être précurseurs des Journées Sportivement Transmissibles
- ♥ Les JO ont été un modèle de cohésion sociale



Surfons sur la vague des JO Paris 2024
et transformons l'essai !





Santé au travail



Merci pour votre attention !