

# La santé au travail taille dans le concret

**HR-Fitness** Des cours test en entreprises améliorent la santé du personnel et les conditions de travail. Après la Suisse alémanique, les Romandes mordent aussi à l'hameçon.

TEXTE: SANDRINE KURTH PHOTO: MARKUS STIERLI



Formée en psychologie du travail, diplômée en ergonomie, SANDRINE KURTH, travaille depuis quatre ans et demi à l'Institut universitaire romand de santé au travail (IST), en tant que psychologue du travail et ergonomiste. La psychosociologie, l'organisation du travail et l'analyse des facteurs de stress sont les points forts de son activité.

L'Institut de médecine du travail de Baden (IFA) et l'Institut de médecine sociale et préventive de l'Université de Zurich ont pris l'initiative de créer PME-Vital, un programme de développement d'outils théoriques et pratiques destinés à promouvoir la santé dans les PME (petites et moyennes entreprises) à une échelle nationale. Dans une première phase, différents modules ont été créés en partenariat avec des experts de la santé au travail. Ces outils ont ensuite été testés dans plusieurs entreprises afin de s'assurer de leur validité, de leur pertinence et de leur utilité dans le monde concret de l'entreprise. En Suisse romande, le projet est testé par l'Institut universitaire romand de santé au travail (IST) et par un psychologue du travail consultant indépendant. Le projet est financé par la Fondation Promotion Santé Suisse.

L'objectif est de développer des méthodes et des instruments de promotion de la santé mais également d'engager douze entreprises à devenir des entreprises modèles dans ce domaine. À long terme, les outils seront diffusés sur un site Internet et un réseau de multiplicateurs sera mis sur pied afin d'étendre la démarche à d'autres PME. Les facteurs dépendants de l'entreprise (aménagement du poste, systèmes de communication, style de management) et dépendants de l'individu (activité physique, gestion du stress, alimentation saine) sont visés à part égale dans le projet. Quels sont les outils utilisés? Trois



modules de base sont proposés, suivis de modules à choix. Un site web sur l'ergonomie est proposé à chaque entreprise, développé par l'Institut romand de la santé au travail, en collaboration avec le seco (Secrétariat d'État à l'économie).

L'entreprise commence par proposer à ses cadres un atelier sur la santé (module 1), sur ses outils de promotion et les éléments qui la favorise ou au contraire la pénalise. Les participants sont invités aussi à réfléchir sur leur propre santé et à s'exprimer sur ce qui l'influence dans leur vie professionnelle quotidienne à travers des exercices très pratiques (quels sont les facteurs de stress dans mon travail, quels sont les symptômes d'alarme que je ressens etc.).

L'ensemble des employés reçoit ensuite un questionnaire (module 2) portant sur leurs conditions de travail, sur leur santé et sur les mesures de promotion de la santé qu'ils souhaiteraient voir appliquées dans leur entreprise. Par exemple, souhaitent-ils pouvoir pratiquer un sport co-financé par l'entreprise, bénéficier de conseils sur leur alimentation et leur bien-être, une organisation souple au niveau de leur horaire? Le personnel d'encadrement reçoit également un questionnaire destiné à obtenir des informations sur le type de management de l'entreprise et sur les pre-

stations déjà offertes en matière de promotion de la santé.

Le travail en groupe (module 3) pour terminer. Réunis dans des «cercles de santé», des collaborateurs de différents métiers, recrutés à tout niveau de la hiérarchie, et étudient des solutions innovantes. Le but: Répertoire les troubles physiques ou psychiques en relation avec le travail, dresser l'inventaire des contraintes propres à l'activité, développer une politique à long terme de santé au travail (par brainstorming).

En Suisse romande, les trois premiers modules ont été testés dans les entreprises-pilotes: Morandi Frères SA et le Groupe Habillage Haute Horlogerie SA. Les Transports publics régionaux Nyon-Ouest vaudois ont déjà testé les deux premiers modules et débutent actuellement le troisième (les cercles de santé). En Suisse alémanique, tous les outils ont été expérimentés. Une réunion d'échange d'informations entre les pilotes du projet, les partenaires suisses romands et les représentants des entreprises pilotes a eu lieu le 11 juillet 2003 à Lausanne: Une occasion pour les entreprises de faire la critique de l'exercice, avant de continuer.

**La santé au travail sur le net:** aujourd'hui on parle plutôt de santé au travail que de médecine du travail parce que plusieurs disciplines sont concernées: hygiène, psychologie, ergonomie, médecine etc.

Jusqu'à ce jour, nous avons pu observer une grande richesse au niveau des réflexions et une très bonne participation des employés aux cercles de santé. Au cours de ces séances, leur créativité a été sollicitée à travers des «voyages intérieurs imaginaires sur une journée de travail», des «visions en 2013 de leur entreprise idéale favorisant la santé» ou encore des «réflexions sur leur corps et sur les symptômes liés au travail».

**Les favoris de l'IST ([www.iurist.ch](http://www.iurist.ch)):**

[www.arbeitsmedizin.ch](http://www.arbeitsmedizin.ch)

[www.unizh.ch/isp/m](http://www.unizh.ch/isp/m)

[www.promotiondelasante.ch](http://www.promotiondelasante.ch)

[www.eurofound.ie](http://www.eurofound.ie) Fondation européenne pour l'amélioration des conditions de vie et de travail. Une mine d'informations.

[www.uquam.ca](http://www.uquam.ca) Perspectives interdisciplinaires sur le travail et la santé. Une revue électronique sur aspects sociaux et humains du travail et leurs liens avec la santé des personnes. Thématiques innovatrices.

[www.suva.ch](http://www.suva.ch)

## Le personnel applaudit mais tient à sa sphère privée

**Bernard Rickli, Directeur des Transports publics régionaux Nyon - Ouest vaudois, répond aux questions de l'Institut universitaire romand de santé au travail (IST).**

Qu'est-ce qui vous a motivé à participer au projet «PME-Vital» en tant qu'entreprise pilote?

**Bernard Rickli:** L'absentéisme pour des raisons de santé prend, dans notre entreprise, des proportions grandissantes. Toute mesure pouvant viser à améliorer cette situation mérite d'être explorée.

Qu'espérez-vous réaliser à long ter-

me grâce à ce projet axé sur la santé?

**B. R.:** J'espère dépasser les éléments exigés par les directives relatives à l'appel à des médecins du travail et autres spécialistes de la sécurité au travail (MSST) et sensibiliser nos collaboratrices et collaborateurs à de nouvelles mesures d'hygiène et d'ergonomie sur la place de travail ainsi que d'hygiène de vie: alimentation, stress, activités physiques, alcoolisme, dépendances aux drogues, dépendances aux médicaments.

Quel est le rôle de l'employeur en ce qui concerne la santé en entreprise?

**B. R.:** L'employeur doit mettre en place des

conditions de travail et des équipements collectifs ou individuels ménageant au maximum la santé de ses collaborateurs. Il doit alors propager en interne toute information reçue poursuivant ces buts.

Jusqu'où peut intervenir l'employeur dans la vie privée de ses employés?

**B. R.:** Nous estimons, avec ce type de démarche, aller à la limite de nos possibilités d'intervention. À notre avis une limite claire est faite en Romandie entre la sphère privée et la sphère professionnelle. Le personnel applaudit le discours, mais à condition que l'on n'agisse pas trop sur la vie privée!