

## EDITO

Cette nouvelle newsletter aborde le dernier trimestre de l'année. Toujours dans le souci de vous apporter la meilleure qualité de service, au plus près de vos bassins d'emplois, nous occupons depuis la rentrée de nouveaux locaux à Chancelade, dans le village médical, après avoir quitté nos locaux de Marsac. Par ailleurs, votre nouveau centre de Terrasson devrait être en mesure de vous accueillir en tout début d'année prochaine, et sur Vergt, notre médecin du travail tient désormais ses consultations dans la toute nouvelle maison de santé. Nous venons aussi de recruter un médecin du travail et une nouvelle infirmière en santé au travail. Comme vous pourrez le lire, dans cette newsletter, nous avons organisé, avec différents partenaires institutionnels ou associatifs, plusieurs rendez-vous d'information et de prévention ces derniers mois, au ModuL'@b, votre nouveau lieu d'accueil et de documentation, au 1er étage de notre siège social, route de Lyon.

Par ailleurs, le contexte national de réforme de la santé au travail m'amène à être actuellement très actif sur un plan local, régional et national.

La santé et la sécurité au travail ainsi que la responsabilité des dirigeants d'entreprises dans ce domaine m'obligent à veiller au futur de la bonne évolution de nos prestations et à l'efficacité de notre service de santé.

Philippe FRANCOIS  
Président du Conseil d'Administration



## Le mal de dos a trouvé son public

Votre Service de Santé au Travail organisait, le 25 septembre, avec la Caisse Primaire d'Assurance Maladie, le Sameth et l'association Kinés 24, une journée d'information afin de sensibiliser tous les acteurs de l'entreprise



Magalie Guichard, ergonome, a donné des conseils sur les postures pour le travail sur écran

autour du mal de dos.

Bien connaître son corps pour préserver et entretenir son dos, aménager son poste pour le travail sur écran, savoir soulever des charges sans se faire mal au dos, limiter les facteurs professionnels conduisant à certaines pathologies lombaires, lutter contre les TMS, trouver des solutions sur-mesure pour le maintien dans l'emploi des salariés lombalgiques... autant de réponses apportées par les acteurs de la prévention et de la santé au travail autour d'ateliers et de conférences qui ont connu une belle participation.



Le Dr Taté-Richier, médecin du travail et Cécile Dutilleul coordinatrice du Sameth ont abordé la lombalgie et le maintien dans l'emploi



Bertille Paquot, infirmière a évoqué la manutention dans la Grande Distribution

## Trois Questions à...

Sophie SELO, Technicienne Hygiène et Sécurité, référente Qualité de Vie au Travail

### Qu'est-ce que la QVT?

La Qualité de Vie au Travail est une démarche propre à chaque entreprise qui concerne tous les salariés. C'est l'ensemble des actions qui permettent de concilier l'amélioration des conditions de travail et la performance globale de l'entreprise.

### La QVT, comment ça marche ?

Dix champs permettent d'agir sur la QVT : l'engagement de tous, l'information partagée, les relations de travail, les relations sociales, l'organisation du travail, le contenu du travail, l'environnement physique du travail, les possibilités de réalisation et de développement personnel, la possibilité de concilier vie privée et vie professionnelle, le respect de l'égalité professionnelle.

Un état des lieux initial permet de faire émerger et de prioriser des axes de travail co-construits qui seront expérimentés et évalués.

(suite p2)

## Prévention

### Alcool et travail, un cocktail détonnant

Nouveau temps d'échange autour de la problématique des addictions avec Le Service de Santé au Travail de Périgueux et l'ANPAA 24.

Vincent OLIVIER, animateur de prévention à

l'ANPAA 24, a rappelé le processus de l'addiction jusqu'à la maladie chronique, les dépendances physiques et psychiques.



Le Dr Vanessa TATÉ-RICHER, médecin du travail, diplômée en addictologie, a expliqué comment identifier, prévenir et traiter les conduites addictives. Elle a apporté des réponses tant sur la démarche de prévention, que sur la mise en place de mesures collectives, la gestion des situations individuelles, rappelant que la pierre angulaire restait le règlement intérieur de l'entreprise pour bien encadrer les droits et devoirs de chacun. Georges, salarié, abstiné depuis plus de 20 ans est venu apporter son témoignage sur sa rencontre avec l'alcool, «quand un alcoolique souffre, c'est 5 personnes de son entourage qui souffrent avec lui»

aime-t-il rappeler. Avec pudeur, il a évoqué son parcours de vie, sa dépendance physique, son déni envers cette maladie et aujourd'hui sa renaissance. D'autres ateliers sur cette thématique seront proposés d'ici la fin de l'année.

Employeurs et salariés peuvent aussi évoquer ces questions avec leur médecin du travail référent.

Le Dr TATÉ-RICHER, intervient autour de la prévention des addictions, pour de l'information et de la sensibilisation, un accompagnement, des conseils... du sur-mesure pour les entreprises et leurs salariés. Une demande, parlez-en à votre médecin du travail. Contactez votre Service de Santé au travail : 05 53 45 45 00

### ✓ Le saviez-vous ?

#### Exposition au bruit

Lorsque son niveau est supérieur à 80 dB, le bruit détruit les cellules sensorielles de l'audition, ce qui conduit à la surdité et/ou à la perception d'acouphènes. Cependant, des bruits plus faibles et non nocifs pour l'oreille peuvent être gênants et conduire à des désordres d'ordre psychologique : troubles du sommeil, irritabilité, nervosité excessive, accélération de la tension artérielle, troubles de la digestion, dérèglement du système cardiovasculaire, etc.

Parlez-en à votre médecin du travail et à votre infirmière en santé a travail. Nous pouvons vous accompagner pour des mesures de bruit.

### Que peut apporter la QVT à mon entreprise ?

C'est un pari gagnant/gagnant dont les effets sont propres à chaque entreprise et varient en fonction des axes de travail retenus. Bien menée une démarche QVT peut apporter de nombreuses améliorations au sein de l'entreprise telles que par exemple : une amélioration du climat social, une augmentation des performances de l'entreprise, etc... *Demandez notre plaquette QVT*

## Agenda, les RV du trimestre

Prenez date. Votre Service de Santé au travail vous propose les rendez-vous suivants :

► **Semaine de la santé auditive au travail, du 15 au 19 octobre.** Plaquettes d'information à l'accueil de votre service de santé au travail

► **Mois sans tabac, en novembre et village du mois sans tabac, le 14 novembre,** place A.Maurois à Périgueux.

► **Rencontre Benanança 4, mardi 4 décembre, de 17h30 à 19h,** route de Lyon à Périgueux. Un atelier autour du jeu et des pratiques managériales RH.

Retrouvez ces rendez-vous sur notre site : [sist24.org](http://sist24.org) et sur notre page Facebook  Service de Santé au Travail Périgueux

### Rire, c'est bon aussi pour l'entreprise

Le Service de Santé au Travail de Périgueux avait convié, dirigeants, cadres DRH, consultants, formateurs... à son troisième atelier **Benanança3** autour du rire en entreprise, facteur de bien-être au travail. Pour cette nouvelle rencontre, Philippe FRANCOIS, président et Laurent EECKE, directeur, avaient fait appel à Chantal FOURCAULT, animatrice en rire auprès de l'association «Envie de jeu».

«Le rire a des bienfaits, il permet de sécréter des endorphines qui ont un effet avéré sur le stress et la douleur, il renforce nos



défenses immunitaires, crée du lien social, stimule le travail en équipe, la créativité...» souligne Chantal. Expérience réussie. Ce nouveau temps d'échanges du cercle de réflexions Benanança a permis de tester un nouvel outil qui permet d'avancer sur la notion de bien-être au travail.

**Prochaine session à Périgueux, le mardi 4 décembre sur une nouvelle thématique, cette fois autour des pratiques managériales RH et du jeu.**

Inscriptions auprès du SIST - Tél. : 05 53 45 45 00 ou par mail : [v.desfrancois@simt24.org](mailto:v.desfrancois@simt24.org)

## Du nouveau pour les saisonniers

L'équipe du SIST a initié cet été des Actions de Formation et de Prévention\* à destination des saisonniers des secteurs de la grande distribution et de l'hôtellerie de plein-air sur le secteur de Terrasson.

Ces actions collectives centrées sur la prévention des risques professionnels en lien avec le secteur d'activité, viennent remplacer les Visites d'Information et de Prévention individuelles. Pour cette 1<sup>ère</sup> édition, ce sont 24 AFP, animées par un professionnel de santé, qui ont permis de sensibiliser 169 saisonniers. 94% des participants ont trouvé les AFP intéressantes !

\* Article D4625-22 du Code du Travail