CPOM

Années 2020 - 2021

1829 adhérents – 21 380 salariés

L'équipe (en ETP):

- 1,7 médecin du travail
- 3 IST
- 2 IPRP
- 4,8 assistantes médicales
- 1 assistante de direction
- 1 directrice

Les axes du CPOM

Les axes retenus pour le CPOM sont:

Les TMS

La prévention de la
désinsertion professionnelle

Contexte de mise en œuvre du CPOM

CPOM de l'AMTER

Un temps médical qui est fortement défavorable avec incidences sur tous les acteurs du SPST

Un CPOM qui s'est mis en œuvre pendant la crise sanitaire

Un projet de service nouveau

Prévention TMS

Objectifs : PREVENTION DES TROUBLES MUSCULO SQUELETTIQUES:
donner la priorité à la prévention primaire et développer la culture de prévention

Actions dédiées de sensibilisation	2020	2021
Nombre d'animations et sensibilisation	7	5
Nombre de personnes sensibilisées	43	50

Les plaquettes remises et expliquées lors du suivi de santé et actions en milieu de travail

Nouveau

Conseils supplémentaires pour bien vivre son télétravail

- Respectez le rythme de travail habituel : gardez les mêmes horaires, organisez votre journée en tenant compte des exigences personnelles et professionnelles
- Utilisez des oreillettes ou un casque si l'usage du téléphone est fréquent
- Pensez à bouger toutes les heures
- Réalisez des mouvements d'étirements
- Hydratez-vous régulièrement
- Même en étant à la maison, vous êtes au travail

Refonte

CULTURE SUR BUREAU

- Température de travail sédentaire 23/24°C
- Eclairage : 250 et 500 lux maximum
- Chaise ergonomique
- Privilégiez un fauteuil confortable avec accoudoirs réglables et repose-tête de préférence
- Gardez votre dos droit en

POUR VOTRE CONFORT...

- Privilégiez un fauteuil confortable avec accoudoirs réglables et repose-tête de préférence
- Gardez votre dos droit en

POUR SOULAGER VOS JAMBES... LE REPOSE PIED...

- Permet une meilleure position du bassin
- Utilisez-le si vos pieds

LE RISQUE TMS

Les TMS sont des affections touchant les tissus mous : les muscles, les tendons, les nerfs ou plus généralement les articulations. Les zones les plus touchées sont le rachis, les membres supérieurs et parfois inférieurs.

Les risques pour la santé

Les TMS les plus chroniques sont les tendinites, les épicondylites, les lombalgies et les syndromes du canal carpien (figure 1).

Figure 1 - Principales zones d'atteintes des TMS

Figure 2 - Sinistralité 2013, nombre de maladies professionnelles reconnues, en lien avec les TMS

Facteurs de risque et déterminants des TMS :

- Biomécaniques** : Gestes répétitifs, travail statique, efforts excessifs, positions articulaires extrêmes...
- Organisationnels** : Délais de réalisation trop courts, travail monotone ou temps de récupération insuffisants...
- Individuels** : Âge, sexe, poids, activité physique, antécédents médicaux.

LA PRÉVENTION

Pour limiter le risque lié à l'activité physique :

- Identifier et agir sur les déterminants (éléments qui définissent la gestuelle au poste ou dans la situation de travail)

Efforts physiques

- Diminuer le poids des charges.
- Améliorer les prises.
- Limiter les transports manuels.
- Mécaniser les manutentions...

Dimensions du poste de travail

Adapter l'espace de travail, le matériel, la gestuelle afin de supprimer ou limiter les amplitudes articulaires extrêmes...

Caractéristiques temporelles

- Donner de l'autonomie en créant des zones tampons.
- Permettre la latitude décisionnelle.
- Diminuer la pression temporelle...

CARACTÉRISTIQUES DES VIBRATIONS

Les vibrations mécaniques sont des mouvements d'oscillations rapides. Cette onde mécanique est définie par sa fréquence et son accélération tridimensionnelle (horizontale, transversale, verticale). Elle est exprimée en m/s². Les vibrations sont communiquées par un équipement (véhicule, outillage) au corps entier ou aux membres supérieurs.

RISQUES LIÉS AUX VIBRATIONS

L'exposition régulière aux vibrations peut entraîner des problèmes de santé.

Corps entier

- Lombalgies.
- Microtraumatismes de la colonne vertébrale.

Système mains / bras

- Les atteintes vasculaires : Syndrome de Raynaud (doigts blancs).
- Les atteintes nerveuses...

Télétravail

Informatique

TMS

Manutention manuelle

Vibration

Prévention TMS

Action et Sensibilisation à la prévention des TMS lors:

Information

Sensibilisation

Suivi de santé

Étude de poste

Aménagement de poste

Démarche Ergonomique

CSE

FE - DUER

Actions en milieu de travail

Prévention TMS

Actions coordonnées AMTER / CARSAT (subvention)

Etude	Activité	Effectifs	Problématique	Subvention TPE pour:	Diagnostic
01/2020	Fabrication de brochettes pour Kebab	3	Manutention manuelle Posture Gestes répétitifs	Chargeur de baratte Table pour montage Table désosse	En attente: COVID forte baisse activité restauration Désosse sous traitée Table montage: mise à niveau
01/2021	Boulangerie	11	Gestuelle répétitive avec effort lors de la préparation crèmes et appareils	Pastry box (« magimix » de professionnels)	Réalisé
05/2021	Revendeur matériel boulangerie charcuterie boucherie	3	Manutention manuelle pas d'aide à la manutention mécanique	Chariot élévateur	En cours
07/2021	Boulangerie	1	Diviseuse manuelle avec effort physique et posture en torsion	Diviseuse hydraulique	En cours

Prévention TMS - Action spécifique

Action AMTER / CARSAT pour Boulangerie

Le poste de production consiste à fabriquer les différentes pâtes (brisée, sablée, pâte à choux etc.), les garnitures sucrées (crème pâtissière, crème citron, chantilly, sabayon ou autre) mais aussi salées (béchamel, appareil à quiche...) et des glaçages

CPOM de l'AMTER

Chaque préparation commence sur le plan de travail

Prévention TMS - Action spécifique

Action AMTER / CARSAT pour Boulangerie

Le pâtissier fabrique les différentes garnitures notamment la crème pâtissière (élément de base). Il en réalise 70 litres/semaine soit 7 «tours »

CPOM de l'AMTER

La cuisson sur le gaz dure 10 minutes avec remuage au fouet incessant (sinon risque de brûler la crème); le remuage est d'autant plus physique que la crème épaissit.

Prévention TMS - Action spécifique

Action AMTER / CARSAT pour Boulangerie

Solution: Un matériel de type « pastry box »

CPOM de l'AMTER

Réalisation les différentes crèmes et appareils

Réalisation autres préparations: pâte brisée, sablée, à choux (actuellement réalisée dans le pétrin)

Alimentation sur le dessus

L'extraction se fait directement par le devant

Financement 50% par l'assurance maladie

Prévention TMS - Action spécifique

Action AMTER / CARSAT pour Boulangerie

Suppression de port de charge

Améliorations suite achat « pastry box »

CPOM de l'AMTER

Suppression d'effort des membres supérieurs pour la réalisation des crèmes et appareils

Alimentation en ingrédients directement dans la Pastry box

Remplissage directement des poches à douilles pour le dressage

Suppression posture en antéflexion pour corner (racler) le fond du pétrin

Suppression risque brulure

Prévention TMS - Action spécifique

Suivi de prévention AMTER / Boulangerie

CPOM de l'AMTER

Retour d'expérience positif sur la mise en place et l'utilisation

Sensibilisation des personnels à la prévention des TMS: organisée par l'AMTER

Autres pistes de prévention:

Livraison sur palettes de la farine

Limitation des bacs de pétri à 10 baguettes 3,7 kg au lieu de 20

Diviseuse automatique

Sortie de la façonneuse à revoir

ENSEMBLE

CONSTRUISSONS

LA SANTÉ

LA SÉCURITÉ

DANS L'ENTREPRISE

www.amter-epernay.fr

Je vous remercie de votre attention

6 rue Frédéric Plomb
51200 Epernay
03 26 54 43 95