

PME Vital: Programme pour la santé en entreprise

◆ Sandrine Kurth, IST



Sandrine Il Le Retour! Parce que vous l'avez reconnue, n'est-ce pas? Mais la dernière fois on avait oublié de vous dire qu'en plus de tout le reste, notre collègue est aussi engagée dans la promotion de la santé en entreprise. La voici donc directrice co-rédactrice d'un numéro de Spécial-IST! (CAB)

Un programme destiné à promouvoir la santé dans les PME a démarré en juillet 2001 et s'échelonne sur 3 ans. Il vise à améliorer les conditions de travail et à développer les ressources des employés dans le but de favoriser leur santé. L'objectif à plus long terme est de donner aux PME suisses les moyens de devenir des entreprises modèles en terme de promotion de la santé.

Les pilotes et les partenaires «spécialistes»

L'Institut de médecine du travail de Baden (IFA)¹ et l'Institut de médecine sociale et préventive de l'Université de Zurich² ont pris l'initiative de mettre en place un programme de développement d'outils théoriques et pratiques destinés à promouvoir la santé dans les PME en Suisse. Dans une première phase, différents modules ont été créés en partenariat avec des spécialistes 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'IST et par Ralph Thomas, consultant indépendant³. Le projet est financé par la Fondation Promotion Santé Suisse.

Objectifs

Il s'agit 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. A 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 des postes de travail, 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.

Boîte à outils

Trois modules de base sont proposés, suivis de modules à choix (Fig.). Un site web sur l'ergonomie, développé par l'IST en collaboration avec le SECO, est proposé à chaque entreprise.

→ Sensibiliser les cadres à la promotion de la santé en entreprise (module de base 1)

D'entrée de cause, le programme propose aux cadres de l'entreprise un atelier sur la santé, sur ses outils de promotion, ainsi que sur les éléments qui la favorisent ou au contraire la pénalisent. Les participants sont invités aussi à réfléchir sur leur propre santé et à s'exprimer sur ce qui l'influence dans leur vie professionnelle 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.)

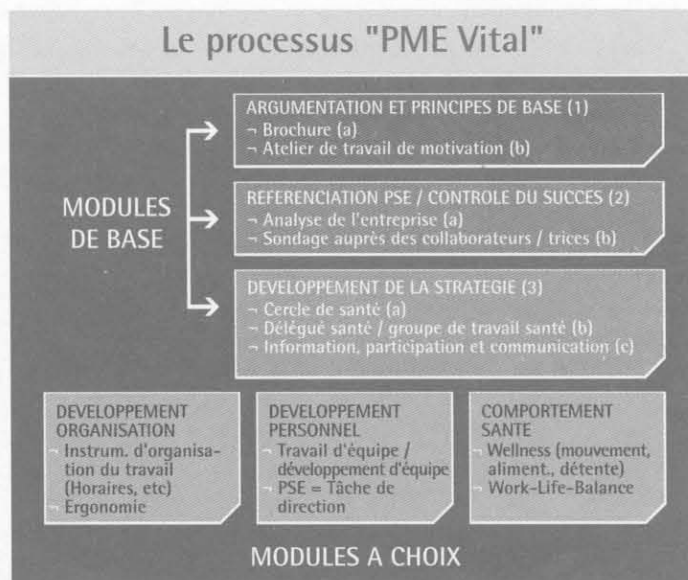
→ Analyser l'entreprise par questionnaires (module de base 2)

L'ensemble des employés reçoivent un questionnaire 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?

Désirent-ils bénéficier de conseils sur leur alimentation et leur bien-être?

Souhaitent-ils plutôt 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 prestations déjà offertes en matière de promotion de la santé.

→ Rechercher des solutions créatives en groupe : les cercles de santé (module de base 3)

La troisième étape clé de la démarche santé est de former un groupe représentatif des différents métiers de l'entreprise et composé de personnes issues de différents niveaux hiérarchiques. Le groupe se réunit de 4 à 7 fois à raison de deux heures par session. Les cercles de santé visent à élaborer trois types de listes avec des actions prioritaires à mettre en œuvre dans l'entreprise:

1. un recensement des troubles physiques perçus et leurs liens avec les conditions de travail;
2. un inventaire des contraintes et des charges relatives au travail;
3. une vision à long terme d'une entreprise attentive à la promotion de la santé (par brainstorming).

→ Choisir des modules répondant à certaines contraintes au travail (modules à choix)

L'entreprise peut (doit!), dans une deuxième phase, choisir de suivre des ateliers correspondant à certains des besoins identifiés en matière de promotion de la santé. Les thèmes proposés sont les suivants:

Développement de l'organisation (groupes semi-autonomes, horaires, etc.)

Développement du personnel (travailler en équipe, promotion de la santé comme tâche de l'encadrement)

Développement des comportements de santé (activité physique, alimentation, détente, équilibre entre la vie privée et la vie professionnelle)

Qui sont les entreprises modèles ?

Actuellement, tous les outils ont été testés dans huit entreprises alémaniques. Avec un décalage lié aux impératifs de traduction, ils sont encore en phase de test dans 3 entreprises de Suisse romande, qui se sont proposées et ont été choisies pour

donner leur avis quant à leur pertinence, leur qualité et les apports au niveau du contenu. Au Tessin, le test a été reporté temporairement.

En Suisse romande:

Groupe Habillage Haute Horlogerie SA
Morandi Frères SA
Transports publics régionaux Nyon-Ouest vaudois

En Suisse alémanique:

Alcan Rorschach
Hôtel Ermitage-Golf
Fontina-Rössler
Imbodehuus
KVB Krankenkasse
Kontakt System
Max Schweizer AG
Stollenwerkstatt

Actualité en Suisse romande en septembre 2003

Les trois premiers modules de base ont été testés chez Morandi Frères SA et au Groupe Habillage Haute Horlogerie SA. Les transports publics régionaux Nyon-Ouest vaudois ont testé les deux premiers modules et débutent actuellement le troisième, c'est-à-dire les cercles de santé.

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 ».

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 à Lausanne. Ce fut l'occasion pour les entreprises de s'exprimer sur le projet et d'émettre des critiques, ainsi que de formuler certains souhaits. La rencontre a été très utile et va être renouvelée. |

¹ www.arbeitsmedizin.ch

² www.unizh.ch/ispm

³ www.ralphthomas.ch

Direction de projet et partenaires

- IfA Institut für Arbeitsmedizin, Baden sandra.kuendig@arbeitsmedizin.ch
- Institut de médecine sociale et préventive Zurich katharina.lehmann@ifspm.unizh.ch
- SUVA Caisse nationale suisse d'assurance en cas d'accidents
- Radix Zurich
- Radix Tessin
- Institut universitaire romand de Santé au Travail, Lausanne sandrine.kurth@hospyvd.ch
- Ralph Thomas, psychologue du travail, Bienne ralphthomas@bluewin.ch

On garde quand même les pieds sur terre !

Les cercles de santé sont l'occasion rêvée pour les employés de l'entreprise de participer concrètement à l'amélioration de leurs conditions de travail en inventant et en créant des mesures favorables à la santé dans un sens global: bien-être physique, psychologique et social. Bien entendu, chacun est prié de ne pas s'envoler (employés, mais surtout spécialistes!) puisqu'au final il s'agit d'établir un catalogue de thèmes et d'idées d'améliorations à l'intention de la Direction et du Comité Santé et Sécurité s'il existe. Les priorités doivent être définies en fonction de la faisabilité et du coût des améliorations proposées.

