

Exercices d'échauffement pour les collaborateurs du chantier

Losinger Construction SA, 1030 Bussigny
p.frison@losinger.ch, www.losinger.ch

Activité de l'entreprise

L'entreprise fait partie du groupe français Bouygues. En Suisse, cette entreprise active dans les domaines des travaux publics et du bâtiment emploie 887 personnes. Le projet présenté concerne les collaborateurs sur les chantiers, soit environ 221 personnes.

Projet: exercices d'échauffement avant de débuter le travail

Tous les jours, les collaborateurs effectuent un programme de gymnastique de dix minutes comprenant dix exercices de mobilisation et de musculation pour s'échauffer avant le travail. Les exercices sont dirigés par les contremaîtres correspondants.

Calendrier

Un projet pilote a été lancé en septembre 2008 sur certains chantiers de Suisse romande. Il a pris fin en février 2009. En mars 2009, les exercices ont été légèrement adaptés et étendus à l'ensemble du personnel présent sur les chantiers.

Objectifs

A court terme, il s'agit de réduire les accidents matinaux/absences (objectif: zéro accident du travail).

A long terme, les coûts des absences et arrêts maladie liés à des douleurs de l'appareil locomoteur doivent être réduits (25% des coûts).

Analyse / situation de départ

D'une part, les collaborateurs de longue date se plaignaient de plus en plus de douleurs au niveau de l'appareil locomoteur et, d'autre part, les statistiques d'accidents montraient que les accidents du travail arrivaient surtout dans la première moitié de la matinée.

Participation

Quelque 50 collaborateurs répartis sur 4 chantiers étaient concernés par le projet pilote. Au printemps 2009, le projet a été étendu à tous les chantiers et il concerne 221 collaborateurs en tout.

Résultats et efficacité

Depuis le lancement, il n'y a pas eu un seul accident du travail. Les collaborateurs accueillent très



favorablement cette nouvelle activité. Ils sont en général plus sensibles aux questions de santé et de sécurité, et ils se sentent mieux dans leur corps.

La gymnastique commune est un pilier important pour développer l'esprit d'équipe. La bonne humeur qui prévaut durant les exercices y contribue pour beaucoup.

Spécificités

La situation a été analysée en détail. Pour le développement et la mise en œuvre des mesures déduites de l'analyse, on a eu recours à des professionnels. Avant de lancer le projet de manière globale, un essai a été réalisé. Le programme de gymnastique est effectué tous les jours. Un prospectus décrivant les exercices a été conçu pour aider les collaborateurs à se rappeler des mouvements.