



## MEDICALEMENT VOTRE TMS



Les TMS, qu'est ce que c'est ? Douleur au poignet ? Gêne dans la mobilité du cou ? Mal au dos chronique ? Ca vous parle ? Normal ! Les troubles musculo-squelettiques représentent plus des 3/4 des maladies professionnelles. C'est le premier problème de santé professionnelle dans l'UE des 27, touchant massivement les femmes.

- Ils sont dus à la répétition de gestes, à des efforts extrêmes, à des postures inadaptées : ils sont d'origine **biomécanique**.
- Ils peuvent être de nature **organisationnelle** (postes de travail inadaptés) ou psychosociaux quand ils découlent de l'anxiété ou du stress généré par une surcharge de travail ou de nouvelles cadences.
- Les conséquences individuelles et collectives sont très lourdes. En France, pour 2006, les 32 500 TMS professionnels indemnisés ont représenté une perte de 7 millions de journées de travail et 710M€ de frais.
- Traditionnellement développés dans les **industries** de l'agroalimentaire, la métallurgie et le BTP, les TMS apparaissent maintenant dans les activités de **services**. Tous les pays industrialisés sont concernés, même ceux qui ont massivement délocalisé les chaînes de fabrication. Les TMS sont un enjeu de société.

Certaines entreprises ont pris des mesures de prévention (Fleury Michon, Soviba, Scania) : meilleure ergonomie des postes de travail, aménagement de temps de pause ... et information maximum des salariés.

Romanens



TRAVAIL D'EQUIPE ... OU PAS !?



### ALERTE SANTE



#### Retrait de lots

↳ lots 001 à 010 de NOVALAC AR Digest 800g, lait en poudre du laboratoire MENARINI, pour suspicion de présence de salmonelle !

Les lots suivants du laboratoire GIFRER-BARBEZAT :

- ↳ lot 381 de DOSISEPTINE 0,05 POUR CENT, solution en récipient unidose 5ml x 20
- ↳ lots 300III et 371 de Physiologica -S. Physio PTT Enfant 5ml x20
- ↳ lot 99223 de DOSOXYGENEE 10 VOLUMES, solution en récipient unidose 5 ml x 20
- ↳ lots 99151 et 83062 d'EOSINE AQUEUSE A 2 POUR CENT, solution 2 ml x 10
- ↳ lot 95121 de Sérum Physiologique 5 ml x 40 Bebisal France

Redon



### TRUCS & ASTUCES



#### ANTISTRESS

Pour vous relaxer, rien de plus simple !  
Faites rouler une balle de tennis sous vos pieds. Servez-vous de tous vos orteils pour la faire bouger sous la plante de vos pieds, d'avant en arrière. Peu à peu cela décrispiera vos muscles.



Cherrier



### QUE DIT LA LOI ?



Stress au travail :

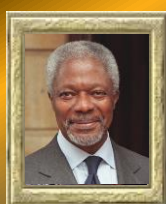
Une obligation de prévention

Le stress des employés est avant tout un problème de l'employeur. En effet, celui-ci est invité, par le Code du Travail, à prendre toutes mesures pour garantir la santé mentale et physique de son personnel (Art. L230-2). Pour autant, 28 % des salariés européens déclarent leur santé affectée par des problèmes de stress (1). Ce qui en fait le 3ème problème de santé au travail derrière le mal de dos et les troubles musculo-squelettiques.

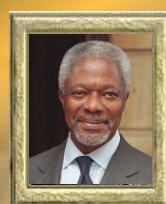
Renforcer la résistance des salariés

- ↳ Lutter contre le stress grâce aux techniques de développement personnel : Prendre du recul sur la situation et apprendre à gérer le stress.
- ↳ Se former à la gestion des conflits ou à la détection précoce des agents agresseurs.
- ↳ Changer l'organisation et les conditions de travail de l'entreprise.
- ↳ Favoriser la communication des salariés entre eux et avec la hiérarchie et stimuler le travail d'équipe.
- ↳ Solliciter le concours des acteurs de la prévention internes et externes à l'entreprise (médecin du travail, agent CRAM, inspecteur du travail...)

Redon



### PAROLE DE SAGE



" Les graines d'un vieillissement en bonne santé se sèment tôt. "

Kofi Annan

Vignes