

Module yeux

Cartes d'animation pour le module de prévention do it yourself «Protégez vos yeux comme les pros»

La vidéo montre comment installer sur place le «parcours yeux» reçu par la poste.
Scannez le code QR pour regarder la vidéo.



Cartes d'animation «Parcours yeux»: pratiques et faites pour vous!

Quelques infos pour vous faciliter la tâche et ne rien oublier

Nous tenons tout d'abord à vous adresser un grand merci pour avoir pris le temps d'aborder avec votre personnel le sujet de la protection des yeux. Vous trouverez dans le document «**Plan d'action**» des informations importantes pour garantir la bonne réalisation du module de prévention do it yourself.

Aidez-vous des **cartes d'animation** pour présenter le module à vos collaborateurs et collaboratrices. L'animation de celui-ci requiert un peu de courage et beaucoup d'enthousiasme et d'envie de se familiariser avec ce thème. Si vous ne vous sentez pas en mesure de le faire, vous pouvez confier cette tâche à une personne de l'entreprise plus apte à la mener à bien. Les cartes d'animation fournissent différents conseils et astuces pour communiquer le contenu du module à votre personnel.

Des **vidéos explicatives** vous faciliteront la présentation des différents thèmes. Pour les consulter, scannez les codes QR correspondants. Nous sommes convaincus qu'une bonne préparation vous offrira plus d'assurance et nous réjouissons de vous aider dans ce cadre. Comme vous, nos objectifs sont la **réussite de la manifestation** et la **prévention des accidents** pour **plus de sécurité dans votre entreprise**.

Soyez naturels et faites preuve de sympathie, d'authenticité et de franchise. Impliquez le personnel, discutez des différents thèmes avec lui et réagissez avec naturel et bienveillance. Mais lorsque le contenu est important, reprenez tout votre sérieux!

Un dernier point: ce que l'on apprend s'oublie vite. C'est tout à fait naturel. Il est donc important de réviser régulièrement ses connaissances.

Un dernier conseil: imprimez le set de cartes et servez-vous-en pour animer le module. Vous aurez ainsi plus d'assurance ainsi que des repères dans le cadre de la présentation.

Durée	Contenu
5 min	Thème 1: Bienvenue et accueil
8 min	Thème 2: Moi et la voyante
3 min	Thème 3: Des chiffres étonnants, des faits concrets
6 min	Thème 4: a) Comment fonctionnent les lunettes de protection
5 min	Thème 4: b) Vos yeux sont vulnérables
5 min	Thème 4: c) Votre vue est unique
6 min	Thème 5: Autre travail, autres lunettes de protection
7 min	Thème 6: Je tiens ma promesse!

Thème 1: Bienvenue et accueil

1^{re} partie de l'«échauffement» (5 min)

Important pour vous

Rien n'est plus angoissant que l'idée de perdre la vue et devenir aveugle. Il s'agit ici de faire prendre conscience aux participants et participantes de l'importance de cette thématique. Donnez-leur les explications ci-dessous.

- **La direction en personne** soutient cet événement.
- **Les lunettes de protection** protègent les yeux **au travail et durant les loisirs**.

Méthode

Saluez brièvement les participants et participantes.

Aujourd'hui, nous sommes une équipe et nous avons une heure passionnante devant nous.

Pour quelle raison? Voici le message personnel d'un membre de la direction.

Donnez la parole à ce dernier ou montrez la vidéo de la direction.

Nous savons donc ce qu'il faut faire.

Présentez les **objectifs**.

Abordez tout de suite la question des lunettes.

Posez des questions, réagissez aux réponses, engagez la discussion.

- Qui d'entre vous a apporté des lunettes de protection?
- Quelle importance accordez-vous aux lunettes de protection?
- Portez-vous des lunettes de protection au travail, pendant vos loisirs?
- Qui estime avoir déjà eu de la chance d'avoir mis des lunettes de protection?

Réponses possibles

- Accessoire de protection
- Énervant
- C'est une règle
- J'oublie souvent

Matériel

Écran et/ou vidéoprojecteur sur place

Diapo 1: Protégez vos yeux comme les pros

Diapo 2: Vidéo de la direction ou présence de l'un de ses membres

Diapo 3: objectifs

Suffisamment tôt avant la formation, la personne préposée à la sécurité doit rappeler aux participants et participantes d'apporter les lunettes de protection dont ils ont le plus souvent besoin (au travail et durant les loisirs).

Cette demande a déjà été formulée dans l'e-mail d'invitation.

Thème 2: Moi et la voyante

2^e partie de l'«échauffement» (8 min)

Important pour vous

Il s'agit à présent de sensibiliser les participants et participantes à ce sujet:

- Quels risques, situations et activités peuvent menacer nos yeux?
- Portez-vous des lunettes de protection? Où, quand ou pour quelles activités?

Méthode

Passez le clip de la «voyante».

Question aux participants et participantes:

- Auriez-vous des exemples spontanés de situations ou d'activités à risque pour vos yeux, au travail ou durant vos loisirs?

Saisissez les réponses sur l'affiche, sous «Activités».

- Réponses possibles:
perçage, ponçage, fraisage, piquage, pulvérisation, bétonnage, utilisation de liquides, soleil, jardinage, vernissage, soudage, produits chimiques, peinture, sport (VTT, sports de neige, randonnée, unihockey, etc.)
- Notez toutes les activités citées sur les cartes à afficher fournies et collez-les sur l'affiche, sous «Activités».

Demandez: dans quelles situations ou pour quelles activités portez-vous **toujours** des lunettes de protection?

- Attribuez chaque activité à la rubrique correspondante sur l'affiche.

Demandez: dans quelles situations ou pour quelles activités portez-vous **parfois** des lunettes de protection?

- Attribuez chaque activité à la rubrique correspondante sur l'affiche.

Demandez: qu'est-ce qui vous incite à porter des lunettes de protection?

- C'est une règle, donc je n'ai pas le choix.
- Ce serait trop dangereux «sans».
- J'ai déjà fait de mauvaises expériences sans lunettes.
- Notez les affirmations sur des cartes à afficher et attribuez-les à la rubrique correspondante. (Toujours demander aussi pour les loisirs.)

Demandez: pourquoi ne portez-vous **pas** de lunettes de protection?

- Ce n'est pas toujours nécessaire.
- Ce n'est pas obligatoire ou c'est facultatif.
- C'est plus simple ou c'est pénible de changer sans arrêt.
- Il m'arrive d'oublier mes lunettes.
- Notez les affirmations sur des cartes à afficher et attribuez-les à la rubrique correspondante. (Toujours demander aussi pour les loisirs.)

Effectuez une comparaison avec les règles de l'entreprise définies/clarifiées avant la formation, et présentez toutes les activités soumises à ces règles.

Matériel

Conseils en vue de l'animation
voir code QR:



Diapo 4: avec clip «Faut-il une voyante?»

Diapo 5: avec description des tâches

Affiche en vue de l'attribution des différentes réponses
Cartes à afficher
De quoi écrire

Diapo 6: avec les différentes questions

Affiche en vue de l'attribution des activités aux diverses rubriques
Placer les cartes à afficher sous la rubrique correspondante de l'affiche

Diapo 7: «Règles édictées par l'entreprise XY...»

Thème 3: Des chiffres étonnants, des faits concrets

(3 min)

Important pour vous

Passez aux chiffres pour aborder ensuite les différents postes. L'expérience montre que les collaborateurs et collaboratrices ont tendance à sous-estimer le nombre d'accidents.

Méthode

Dites que le taux élevé de port de lunettes de protection vous étonne et qu'il y a encore beaucoup d'accidents malgré tout. Un accident professionnel sur dix touche les yeux. Chez les personnes en formation, c'est même quasiment un sur cinq.

Et maintenant: place au quiz!

Statistiques des accidents touchant les yeux en Suisse:

- **Combien en recense-t-on par jour?**
120, soit cinq rien que pendant cette heure-ci
- **Combien par an?**
45 000, presque autant qu'au football
- **Plus d'accidents au travail ou durant les loisirs?**
- **Pourcentage d'accidents avec des éclats?**

Statistiques des accidents touchant les yeux dans l'entreprise

- Si vous disposez des chiffres précis concernant les accidents ayant touché les yeux ces huit dernières années, il est impératif de les communiquer.

Conclusion: dans la plupart des cas, porter des lunettes de protection permet de prévenir des blessures aux yeux.

Matériel

Diapo 8

Diapo 9: Montrer si possible les statistiques concrètes des accidents dans l'entreprise

Thème 4: a) Comment fonctionnent les lunettes de protection

(6 min)

Important pour vous

Il s'agit maintenant d'identifier les travaux dans le cadre desquels des lunettes adaptées protègent les yeux de la poussière, de l'eau, etc.

Méthode

Montrer le clip «Quelles lunettes de protection portez-vous?»:

- Pourquoi n'utilise-t-on pas toujours les mêmes lunettes de protection?
- Pour quelles activités les lunettes de protection fermées sont-elles particulièrement efficaces?
 - Réalisation de travaux au-dessus de la tête (p. ex. perçage, piquage, fraisage ou travaux générant de la poussière)
- Pourquoi les lunettes de protection fermées sont-elles plus efficaces?
 - Elles ne laissent pas passer la poussière, les éclats ni les copeaux.
- Montrer les exemplaires disponibles sur place et les faire passer aux participants et participantes.

Pour mémoire: Comme indiqué dans le quiz de la diapo 8: dans 90 % des accidents occasionnant des blessures aux yeux, des copeaux, des éclats, des poussières ou des liquides atterrissent dans l'œil.

Passez le clip «Portez-vous des lunettes de protection durant vos loisirs?».

- Pourquoi porte-t-on ces lunettes?
- Que remarque-t-on d'autre?
- Pour quelles activités de loisirs porte-t-on également des lunettes de protection?
 - Perçage, fraisage, etc. comme au travail
- Un masque de ski est-il comparable à des lunettes de protection?
- Est-il indispensable d'en porter un lors d'une compétition de ski?
 - Non.
- Pourquoi le porte-t-on volontairement?
 - Il offre une meilleure sécurité. Qu'en est-il au travail?
- Le port d'une visière est-il obligatoire pour jouer au hockey?
 - Oui.
- Est-ce que cela a toujours été le cas?
 - Non, la visière n'est obligatoire que depuis 2015. Elle a été introduite à la suite de graves blessures aux yeux.

Montrez le clip «Connaissez-vous cette activité?».

- Comment nettoyez-vous le poste de travail?
- Quels sont les risques liés à cette activité?
 - Les copeaux et la saleté volent dans tous les sens.
 - Risques pour moi et mes collègues → exactement comme avec une tondeuse (ou une débroussailleuse)
 - Il faut donc toujours porter des lunettes de protection.
- La saleté et les copeaux peuvent rester dans les cheveux et les vêtements. Conséquences possibles?
 - Des éclats peuvent être projetés dans l'œil alors que l'on change de vêtements.

Clip «Cristiano Ronaldo protégerait-il ses yeux s'il faisait du jardinage?»

Matériel

Diapo 10: avec clip «Quelles lunettes portez-vous?»

Diapo 11: avec clip «Portez-vous des lunettes de protection durant vos loisirs?»

Diapo 12: avec clip «Connaissez-vous cette activité?»

Diapo 13: avec clip «Cristiano Ronaldo protégerait-il ses yeux s'il faisait du jardinage?»

Thème 4: b) Vos yeux sont vulnérables

(5 min)

Important pour vous

Les participants et participantes doivent voir de leurs propres yeux que les lunettes de vue classiques ne remplacent pas les lunettes de protection. Ils doivent prendre conscience de la vulnérabilité de leurs yeux et savoir comment les protéger au moyen de lunettes adéquates.

Méthode

Demandez: qui parmi vous porte des lunettes de vue et les utilise comme lunettes de protection?

- Les lunettes de vue sont-elles autorisées comme lunettes de protection?
- Qu'est-ce qui vous empêche de remplacer les lunettes de vue par des lunettes de protection?
- Et pour les activités de loisirs? Est-ce que les lunettes de vue protègent?

Faisons un test: qui me prête ses lunettes?

- Placer un verre de lunette dans le testeur, sur un morceau de bois
→ coup de marteau
- Placer des lunettes de protection fermées dans le testeur, sur un morceau de bois
→ coup de marteau
- Attendre la réaction des participants et participantes
- Faire passer les lunettes de protection
- Les lunettes de protection défectueuses ou très rayées doivent systématiquement être remplacées. Indiquer éventuellement où et à qui elles doivent être restituées (voir diapo 19).

Qu'est-ce qui arrive à l'œil en l'absence de lunettes de protection?

- Placer du Sagex dans le testeur → coup de marteau

Faites le lien avec les loisirs:

- Pourquoi Marco Odermatt porte-t-il un masque de ski?
 - Sécurité/avantage/meilleure vision.
 - Ce n'est pas obligatoire.
- Pourquoi les vététistes portent-ils des lunettes?
 - Idem

Variantes pour une protection optimale. Demandez: qui porte des surlunettes?

- Montrer des surlunettes sur place
- Tester les surlunettes comme précédemment
- Attendre la réaction des participants et participantes
- Faire passer les surlunettes

Témoignage explicatif

- Les surlunettes protègent parfaitement les lunettes de vue.

Qui a droit à des lunettes de protection à verres correcteurs?

- Si des lunettes de protection doivent être portées en permanence, l'employeur prend en charge les verres correcteurs de celles-ci.

Matériel

Testeur «verres de lunettes»,
Verres correcteurs, Lunettes
de protection, Carrés de
Sagex, Surlunettes, Lunettes
de plongée

Conseils en vue de l'animation:



Conseils en vue de l'animation:



Conseils en vue de l'animation:



Diapo 14: avec témoignage

Diapo 15: «Qui prend en charge le coût des lunettes de protection à verres correcteurs?»

Thème 4: c) Votre vue est unique

(5 min)

Important pour vous

Les participants et participantes doivent prendre conscience du fait qu'il vaut toujours la peine de protéger ses yeux, car ils sont irremplaçables. Ils doivent aussi être conscients qu'un **handicap visuel** entraîne toutes sortes de difficultés (au travail et durant les loisirs). Ils doivent comprendre qu'un handicap visuel complique même les tâches les plus simples.

Méthode

Montrer la diapo 16:

- Qui parmi vous a déjà été blessé au genou?
- Qui a des ligaments croisés ou des ligaments latéraux artificiels?
- Comment vit-on avec des ligaments croisés artificiels?
- Quelqu'un a-t-il une prothèse de genou ou de hanche?
- Peut-on travailler ou faire du sport avec une prothèse de genou?

Donner un œil de verre (prothèse oculaire) aux participants et participantes.

- Qu'est-ce que vous ressentez?
- Est-ce que cela vaut la peine de se dire ce qui suit?
 - J'ai oublié mes lunettes ...
 - Vite, vite, ça ira ...
 - Jamais eu de problème jusqu'ici ...
 - Porter des lunettes, c'est désagréable ...

Quelles sont les répercussions de la perte d'un œil?

Montrer le clip de la diapo 17

Simuler un handicap visuel:

Indiquer aux participants et participantes que l'on va simuler différents handicaps visuels au moyen de ces lunettes.

- Expliquer la procédure avec les deux lunettes de simulation différentes. On doit toujours se mettre à deux: l'un porte les lunettes, tandis que l'autre dispose de deux petites balles (présenter brièvement les exercices → voir code QR)
- Lancer et rattraper les balles (avec et sans lunettes)
- Échanger les rôles
- Tester de la même façon la deuxième paire de lunettes

Demander aux participants et participantes:

- Qu'avez-vous ressenti?
- Êtes-vous surpris?
- Conséquences au travail? Et durant les loisirs?
- Pourriez-vous exercer votre métier avec un tel handicap visuel?
- Au final, se presser peut faire perdre beaucoup de temps.

Matériel

Diapo 16: avec clip
«Ligament croisé/genou/
hanche artificiel(le)»

Sortez les prothèses oculaires de la boîte et donnez-les aux participants pour qu'ils puissent les regarder et les toucher.

Important: assurez-vous de tous les récupérer et les remettre dans la boîte.

Diapo 17: avec clip «Infos d'Herbert, victime d'un accident»

Conseils en vue de l'animation:



Deux paires de lunettes différentes sont disponibles pour simuler un handicap visuel.

Les balles sont fournies.

Thème 5: Autre travail, autres lunettes de protection

(6 min)

Important pour vous

- Les participants et participantes ont conscience du fait qu'ils doivent utiliser différents types de lunettes de protection en fonction des activités exercées.
- Ils savent quelles lunettes ils doivent porter au travail. → Si nécessaire, ils peuvent en obtenir une nouvelle paire.
- Les droits et les obligations sont connus.

Méthode

Tous les participants apportent leurs propres lunettes de protection (travail ou loisirs).

Demandez: portez-vous toujours les mêmes lunettes de protection pour toutes les activités? Faut-il des lunettes de protection spécifiques pour certaines activités? Pourquoi en est-il ainsi? Avez-vous des exemples?

Les participants et participantes comparent les lunettes qu'ils ont apportées avec celles indiquées pour les différentes activités (voir affiche).

Devez-vous changer de lunettes?

- Si oui, ne vous inquiétez pas: la personne préposée à la sécurité passera vous voir prochainement et déterminera le modèle qu'il vous faut.
- Vous recevrez ensuite des lunettes de protection adaptées.

Si vos lunettes sont endommagées, indiquez-le lui afin d'en obtenir une nouvelle paire.

Un mot sur les loisirs: quelles lunettes utilisez-vous dans ce cadre?

- Montrez le clip et discutez-en.
- Quelles pourraient être les conséquences d'un accident durant les loisirs pour vous, vos collègues et votre famille?
- Y a-t-il une différence par rapport à un accident du travail?

Pour finir, abordez les droits et obligations du personnel et de l'employeur.

Matériel

Toutes les lunettes sont disponibles sur place.

Conseils en vue de l'animation:



Affiche F4 avec activités et lunettes

Diapo 18: avec coordonnées

Diapo 19: avec clip «Activités de loisirs et lunettes adaptées»

Diapo 20: avec obligations et règles → voir support dans le plan d'action, à la page 6

Thème 6: Je tiens ma promesse!

(7 min)

Important pour vous

- Les participants et participantes mènent une réflexion sur la manifestation d'aujourd'hui.
- Les droits et les obligations sont connus.
- **Les participants et participantes connaissent les trois principes et s'engagent à les respecter en apposant leur signature.**

Méthode

Connaître et suivre les règles

- Nous connaissons nos droits et nos obligations.
- Nous savons où et quand porter des lunettes de protection.

Quel est l'avis de Tiago?

- Que pensez-vous de la réponse de Tiago?
- Pour qui portez-vous des lunettes de protection?
- Qu'est-ce qui vous incite à porter des lunettes de protection?
- Que faites-vous lorsque le patron n'est pas là?

Les règles sont pertinentes et nous les connaissons. Les principes établis nous aident à mieux respecter les règles.

- Lien: affiche F4 avec principes
- Le membre de la direction a déjà signé l'affiche.
- Lire les principes à haute voix, en parlant distinctement.
- Nous respectons ces principes.
- Par votre signature, vous confirmez que vous les appliquerez.

Demandez: de quoi avons-nous besoin pour respecter les principes au quotidien?

- Nous nous soutenons mutuellement.
- Nous attirons l'attention des collègues qui ne portent pas de lunettes de protection et leur demandons de le faire.
- Nous sommes une équipe et prenons soin les uns des autres.
- Lunettes de protection adaptées
- Sanction ou pression
- Collègues

Signer l'attestation de formation

- Tous les participants et participantes signent l'attestation de formation.

Matériel

Diapo 21: Clip «Tiago le fait-il pour faire plaisir au patron?»

Affiche F4 avec principes

Stylo

Liste des participants et participantes de l'entreprise disponible sur place

Voir support dans le plan d'action, à la page 7

Comment nous prolongeons l'impact de la formation

(10 min par action)

Important pour vous

Vous avez déjà investi beaucoup de temps dans cette formation.

- Vous avez ainsi posé des bases idéales dans l'optique d'autres activités.
- Profitez de notre offre et planifiez des activités consécutives.

Toutes nos félicitations!

Cette formation vous a permis de poser des bases solides dans l'optique d'autres activités.

Il suffit de peu pour prolonger l'impact de ce «coup d'envoi» et amener les participants et participantes à prévenir les accidents au travail ainsi que durant les loisirs.

Mettez en œuvre les actions 4, 5 et 6 au cours des six prochains mois. La protection des yeux restera ainsi ancrée dans leur esprit et deviendra une évidence au quotidien, au travail comme durant les loisirs.

Vous trouverez toutes les informations à ce sujet dans le plan d'action.

Matériel

Toutes les informations concernant les «activités de rappel» sont disponibles [ici](#).