

# benefit

## Une santé de fer

Les garde-frontières suisses chargés de lutter contre les criminels ont une santé de fer. Grâce à la Suva. → Page 4



## Encourager les équipes

Les cadres et les coachs sont là pour nous apprendre les règles du jeu. L'entraîneur de hockey sur glace Arno Del Curto nous dévoile ses méthodes. → Page 12



## Préparation hors piste

«White Risk»: une nouvelle plateforme de prévention des accidents d'avalanche pour les freeriders, les randonneurs et les raquetteurs. Les chiens d'avalanche arrivent souvent trop tard. → Pages 14/20



**suva**

Mieux qu'une assurance



//////////

# Plus de 2000 personnes

ont été emportées par une avalanche au cours de la dernière décennie. En moyenne, la mort blanche a fauché 25 vies chaque année. La nouvelle plateforme de prévention interactive «White Risk» fournit des informations complètes sur les avalanches et un outil pour la préparation des randonnées hors des pistes ([www.whiterisk.ch/fr](http://www.whiterisk.ch/fr)). Plus d'informations aux pages 14 et 20.



## Santé de fer et forme d'enfer

Leur santé et celle de leurs collègues dépendent de leur forme physique: les garde-frontières suisses. Ils barrent quotidiennement la route à des contrebandiers, des trafiquants d'êtres humains et autres faussaires. Le corps des garde-frontières s'est associé à la Clinique romande de réadaptation de la Suva pour affûter les performances physiques et promouvoir la santé de ses membres avec le programme «Cgfr – FIT FOR WORK». Vous en apprendrez plus sur les tests sportifs, la recherche de drogue et d'autres défis relevés quotidiennement par les garde-frontières en page 4.

A propos de défi: celui qu'a relevé Henrik Björkenstam est immense. Il a lutté – avec l'aide de son case manager – pour retrouver une existence normale après un grave accident de ski (page 18). Hélas, l'aide apportée par Ruedi Gubser arrive elle souvent trop tard. Ce conducteur de chien du Secours Alpin Suisse recherche des victimes d'avalanches (page 20). Les collaborateurs envoyés en mission à l'étranger sont assurés eux aussi contre les accidents professionnels et durant les loisirs. Les conseils fournis en page 14 simplifient les choses.

Tels sont, entre autres, les articles que vous découvrirez dans «benefit». Au fait, ce numéro est pour moi le dernier en tant que rédactrice en chef. Un nouveau challenge m'attend au sein de la Suva. J'ai rencontré une multitude de gens intéressants durant les six années écoulées, tous des clients de la Suva qui, au fil des vingt dernières éditions, nous ont fait partager des épisodes de leur existence qui sont autant de défis. Un grand merci et bonne continuation!

Gabriela Hübscher  
Rédactrice en chef «benefit»



## REPORTAGE

### 04 Gardiens de nos frontières

Les garde-frontières qui luttent contre les contrebandiers, les trafiquants d'êtres humains et les faussaires cultivent leur forme. Un programme de promotion de la santé de la Suva permet de mesurer et d'affiner leurs performances.

## FOCUS

### 10 Un spécialiste de la santé publique

Il a été vétérinaire et directeur de la santé publique et des affaires sociales du canton de Lucerne. Markus Dürri préside le Conseil d'administration de la Suva depuis le 1<sup>er</sup> janvier 2014. Un portrait du nouvel homme aux commandes de l'institution.

### 11 Nouveaux conseillers d'administration

## ACTUALITÉS

### 12 Apprendre de l'entraîneur

### 13 A la découverte d'un monde caché

### 14 Risques d'avalanche

### 14 En mission à l'étranger

### 14 Médecins de la Suva

### 15 Doping au travail

### 15 Réinsertion encouragée

## 16 CONCOURS

## 17 EXEMPLE D'ACCIDENT

## 18 BRAVO

## 20 PORTRAIT

A ce jour, Ruedi Gubser n'a retrouvé qu'une seule victime vivante: le maître-chien est en mission toute l'année avec «Meitli» pour le Secours Alpin Suisse. La mort blanche est malheureusement bien souvent plus rapide que lui.

## 22 SERVICE

# Gardiens de nos frontières

→ [www.cgfr.ch](http://www.cgfr.ch) → [www.crr-suva.ch](http://www.crr-suva.ch)

**Le Corps des gardes-frontière (Cgfr) lutte chaque jour contre la contrebande, le blanchiment d'argent, la traite des êtres humains et la falsification de documents. Ne pas être en forme peut signifier mettre sa vie et celle de son équipe en danger. Avec la Suva, le Cgfr s'engage pour entretenir la condition physique et la santé de ses collaborateurs.**

Texte: Gabriela Hübscher // Photos: Cyrill Kuster

Une «mule» en provenance d'Allemagne, qui tentait d'entrer en Suisse par un poste frontière non surveillé et dissimulait des boulettes remplies de cocaïne dans ses intestins, a récemment été appréhendée. Il ne s'agit pas d'un cas isolé: le Cgfr a arrêté 105 mules et saisi plus de 1700 kg de stupéfiants en 2012. Cette nuit-là, l'équipe de Markus Troxler, chef d'engagement, était en action à la pointe ouest de Bâle.

M. Troxler fait partie du Cgfr depuis sept ans. Sa plus grande prise à ce jour: 5,8 kg de cocaïne cachés dans une roue de secours. Ses premiers soupçons sont apparus en fouillant la valise du voyageur. «Les vêtements ne lui correspondaient pas. J'ai compris que quelque chose clochait.»

## Armés et en uniforme

Le Cgfr intervient aux postes frontières, dans les aéroports internationaux, sur les eaux frontière, dans les trains transfrontaliers et les zones frontalières. Ses membres font partie de l'Administration fédérale des douanes, ils sont armés et portent l'uniforme. Ils luttent contre la criminalité transfrontalière, la contrebande organisée,

la traite des êtres humains et la migration illégale. Une journée à la frontière nord près de Bâle.

## En quelques fractions de seconde

La gare CFF de Bâle au petit matin: arrivée du train en provenance de Lörrach. Les gardes-frontière Simon Fuhrer et Jürg Liebi observent la file des frontaliers aux visages indifférents et fatigués. S. Fuhrer arrête un jeune homme aux cheveux bruns. Pendant qu'il vérifie ses papiers et lance une requête dans le système suisse de recherches informatisées de police, son collègue demande au jeune homme s'il a des marchandises à déclarer et fouille son sac. Le Français n'est pas fiché et possède un permis de séjour frontalier.

Pourquoi avoir contrôlé ce jeune homme en particulier? «Je ne le connaissais pas», répond S. Fuhrer, membre du Cgfr depuis 33 ans. Il connaît les visages des frontaliers réguliers et décide en quelques fractions de seconde qui contrôler. Son expérience est un atout. «Avec le temps, on reconnaît les personnes qui ne devraient pas être là. Ceux qui voyagent le matin sont différents de ceux qui le font l'après-midi ou pendant la nuit.» S. Fuhrer



Quelques secondes pour décider lesquels des 40 000 véhicules qui traversent chaque jour le poste frontière de Bâle-Weil doivent être contrôlés.



Heinz Muther au poste frontière autoroutier de Bâle-Weil: «Les criminels préparent toujours une histoire.»

n'omet jamais de mémoriser les personnes recherchées. Sur cette liste figurait également le voleur qui devait tomber dans les filets des gardes-frontière quelques jours plus tard dans la gare SNCF de Bâle.

### Recrudescence de la violence

«Nous devons être prêts à tout n'importe quand», explique le supérieur de S. Fuhrer, Franz Kaufmann, évoquant les défis quotidiens des gardes-frontière. F. Kaufmann et S. Fuhrer ont embarqué dans le train international reliant la gare CFF à la gare badoise de Bâle, trajet sur lequel sont régulièrement arrêtés des passagers avec des objets volés. S. Fuhrer contrôle les papiers d'un homme blond coiffé en brosse, un Hongrois résidant en Suisse et travaillant en Allemagne. «Nous ne savons jamais sur qui nous allons tomber et comment la personne va réagir au contrôle.» Votre travail est-il dangereux? «Depuis les années 1970, les criminels n'évitent plus les contrôles, et cherchent même souvent la confrontation», répond F. Kaufmann. Et les statistiques le prouvent: de 154 en 2010, le nombre de cas de violences et de menaces à l'encontre des gardes-frontière est passé à 235 en 2012. Quelque 1931 armes ont également été saisies en 2012, soit 47 % de plus qu'en 2011.

Le Cgfr n'a d'autre choix que d'adapter constamment son plan de formation. Depuis quatre ans, l'ensemble

du Corps participe au programme de promotion de la santé «Cgfr - FIT FOR WORK» développé par la Clinique romande de réadaptation de la Suva à Sion (CRR). Avec ce programme, la santé des collaborateurs est devenue un objectif stratégique pour le Cgfr (voir pages 7 et 8).

### Peu de compréhension

L'adhésion de la Suisse à l'espace Schengen en 2008 n'a ni simplifié ni allégé le travail du Cgfr. «Les voyageurs ne comprennent pas toujours pourquoi les contrôles douaniers continuent malgré l'accord», explique S. Fuhrer. Mais ces formalités restent nécessaires parce que la Suisse n'est pas membre de l'UE, ce que nombre de voyageurs étrangers peinent à admettre.

Gare badoise de Bâle: les gardes-frontière descendent du train pour contrôler des voyageurs entrant et sortant du pays. Outre des bureaux, la gare est dotée de locaux de fouilles et de rétention, ainsi que de toilettes sans fenêtre ni système de chasse d'eau interne où les mules restituent les drogues avalées. F. Kaufmann, suppléant du chef de poste, y a déjà vu bon nombre de choses désagréables. «Cela fait aussi partie du métier», dit-il. Tout comme la fouille de ces touristes criminels qui restent plusieurs jours cachés dans les bois sans se laver.

### Impossible de faire des contrôles systématiques

Poste frontière autoroutier de Bâle-Weil, midi: le garde-frontière Heinz Muther fait signe au conducteur d'une camionnette immatriculée à Genève de se garer sur le bas-côté. Celui-ci explique à H. Muther avoir aidé un ami à déménager en Allemagne. Dans la camionnette se trouvent deux caisses en bois fermées que son ami lui a données. Il prétend n'avoir aucune idée de leur contenu. Le garde-frontière demande à l'homme de les ouvrir. Rien à signaler: juste des outils.

Le poste frontière autoroutier de Bâle-Weil voit passer entre 30 000 et 40 000 véhicules par jour. Un tour de service dure huit heures et plus sans interruption. «Il est impossible de faire des contrôles systématiques», raconte H. Muther. Quelque 2000 gardes-frontière surveillent les 1881 kilomètres de frontière que compte le pays, avec 18 axes d'entrée principaux et plus de 700 routes et chemins carrossables, sans compter l'ensemble des zones frontalières.

### Des criminels confondus grâce à des détails

Les gardes-frontière n'ont que quelques secondes pour décider ou non de contrôler un véhicule. «Certains de mes collègues ont vraiment le nez creux», explique H. Muther. Et c'est souvent l'intuition qui aide les gardes-frontière à prendre une décision. L'agent arrête brièvement

### Pour des collaborateurs en forme

Le programme «Cgfr-FIT FOR WORK» a été développé par la Clinique romande de réadaptation de la Suva à Sion (CRR). Celle-ci entretient d'étroites relations avec le Swiss Olympic Medical Center, qui conseille et évalue les gardes-frontière sur mandat de la Suva. Les données sportives et médicales recueillies sont analysées séparément par la Suva. Les supérieurs ne reçoivent que les données sportives de leurs collaborateurs. «Cette prestation peut aussi se révéler intéressante pour d'autres sociétés de services où les capacités physiques sont primordiales», explique Manu Praz, chef du projet à la CRR. Le concept réunit la promotion de la santé et la prévention des accidents dans un cadre professionnel. Outre le Cgfr, la police valaisanne et l'Association faîtière des propriétaires forestiers valaisans utilisent un programme similaire. // hga



Ce genre de programme de promotion de la santé vous intéresse pour votre entreprise? Beat Eggel (beat.eggel@crr-suva.ch) est à votre disposition pour tout renseignement complémentaire. //



Ils ne savent jamais à quoi s'attendre: les gardes-frontière Simon Fuhrer (au premier plan) et Jürg Liebi contrôlent les passagers d'un train.

## Lorsque la condition physique devient un objectif



«Ne pas être en forme peut signifier mettre la vie de ses collègues en danger», constate Urs Bartetzko, de la section Formation d'application du Cgfr. Les horaires irréguliers et le poids des équipements de sécurité et de contrôle qu'ils portent ne facilitent pas le travail quotidien des gardes-frontière. «Ils doivent aussi toujours rester maîtres de la situation, même en cas de complications.» C'est pourquoi l'ensemble du Corps participe depuis quatre ans au programme de promotion de la santé «Cgfr-FIT FOR WORK» de la Suva. Les gardes-frontière se présentent à intervalles réguliers dans l'un des onze Swiss Olympic Medical Center sélectionnés pour le programme. Outre une visite médicale, ils subissent différents examens sportifs, par exemple un test de lactates par paliers servant à évaluer leurs performances et leurs progrès.

La garde-frontière Ursula van Rijs s'est récemment prêtée aux tests du programme «Cgfr-FIT FOR WORK». Après une longue période «sur le front», elle travaille aujourd'hui en tant que spécialiste des migrations au sein du Commandement à Berne. «Il est d'autant plus important pour moi de rester en forme si je veux retourner sur le terrain un jour.» Triathlète accomplie, cela ne devrait pas lui poser de problème. Ses résultats sont d'ailleurs supérieurs à la moyenne de ses collègues. «Le test incite d'autres membres du Corps à faire plus de sport», renchérit Sarah Rüfenacht, diagnosticienne de la Praxisklinik Rennbahn AG, qui a effectué le test avec U. van Rijs.

Urs Bartetzko dresse un bilan positif au terme des quatre premières années: «Après un scepticisme initial, parce que la forme physique devenait soudain mesurable et avançait au rang d'objectif, les mentalités ont changé.» Les supérieurs fixent désormais des objectifs simples et durables à leurs collaborateurs, comme par exemple venir au travail en vélo une fois par semaine. Et l'évolution se révèle positive pour ceux qui ont participé pour la deuxième fois au test. «Le plus important est que les collaborateurs prennent conscience qu'une bonne condition physique n'est pas seulement un impératif émanant de l'employeur, mais qu'elle est utile.» Le Cgfr a atteint cet objectif. // hga

certaines conducteurs, leur demande s'ils ont des marchandises à déclarer et leur pose quelques questions. «Les criminels préparent toujours une histoire, mais échouent souvent dans les détails.» Ils déclarent par exemple rentrer de vacances, mais n'ont pas de bagages. «Ce n'est pas toujours aussi simple, mais ça arrive.»

L'ancien tailleur de pierres a été témoin de nombreuses péripéties au cours de ses dix années de service au Cgfr: un demi-porc caché sous le capot, trois pigeons vivants sous la banquette arrière, un sac rempli de serpents venimeux, un pistolet chargé dissimulé sous un sandwich, 10 kg de marijuana dans un sac de tente ou encore un couple de septuagénaires faisant de la contrebande de haschich dans son camping-car pour arrondir sa rente. Une chose est sûre: «L'imagination des contrebandiers est sans limite.»

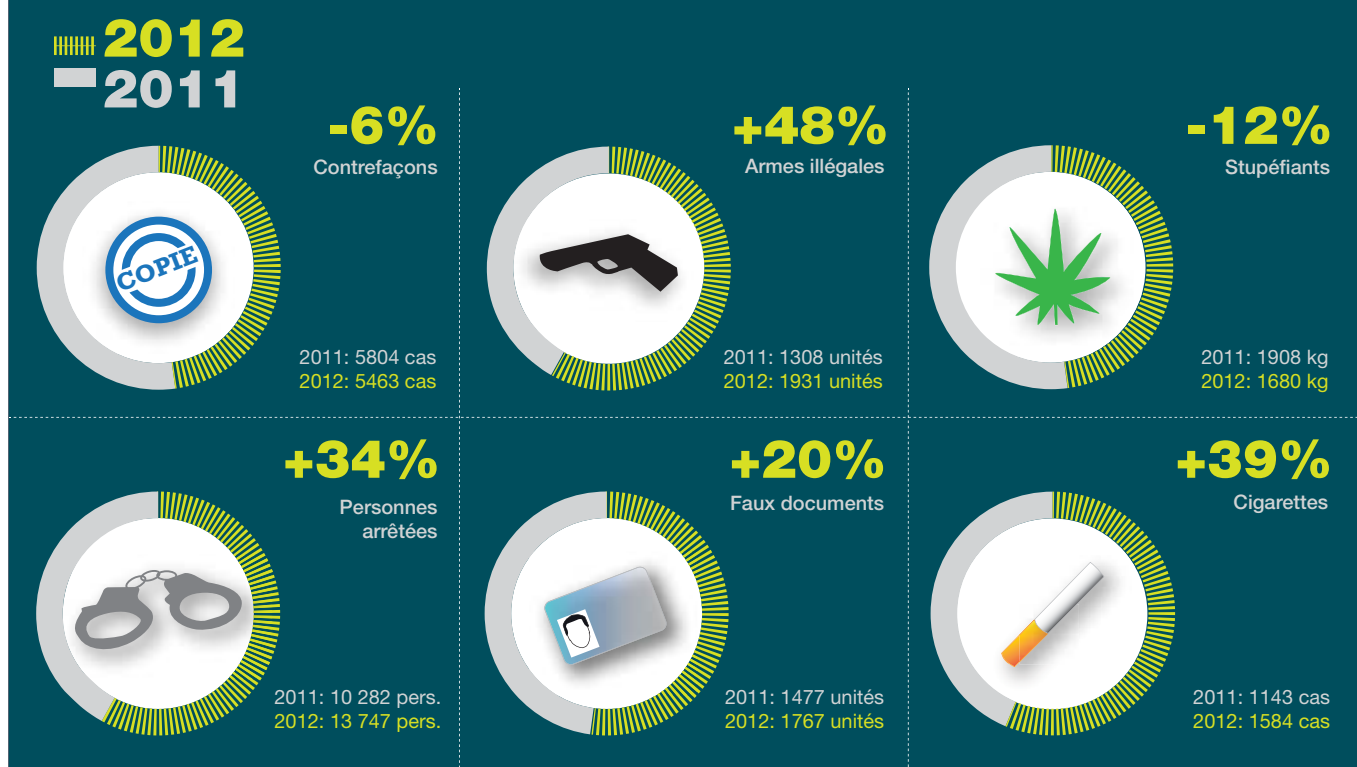
Moins inventifs, les faussaires possèdent quant à eux un vaste savoir-faire. H. Muther s'est spécialisé dans l'identification de documents falsifiés: passeports et cartes d'identité, visas et permis de séjour, tampons et permis de conduire. «Beaucoup utilisent de vrais passeports appartenant à des personnes qui leur ressemblent.» En 2012, le Cgfr a saisi plus de 1700 documents falsifiés.



L'imagination des contrebandiers est sans limite. Heinz Muther connaît les meilleures cachettes.



## Interventions du Cgfr: comparaison 2011 – 2012



## «Je plains parfois les gens»

Poste frontière de Bâle-Lysbüchel: la nuit est encore calme pour l'équipe de M. Troxler. «Cela peut changer très vite», explique-t-il quelques heures à peine avant d'appréhender la mule évoquée au début de ce reportage. Avec ses collègues, il contrôle les voyageurs arrivant de France. «Je préfère travailler de nuit, précise-t-il. C'est plus intéressant que de contrôler le tourisme alimentaire le jour.»

Un jeune couple se présente. La femme produit une carte d'identité française, l'homme un passeport ivoirien. Ils disent venir chercher quelqu'un à la gare de Bâle. M. Troxler examine les documents d'identité sous une lampe à UV. Ils sont authentiques, mais l'homme n'a pas de visa. Après interrogation, il déclare être français, mais que sa carte d'identité lui a été volée et qu'il a oublié de se munir de la déclaration établie par la police. L'homme ne pouvant prouver sa citoyenneté française, il est obligé de rester en France alors que sa compagne entre seule sur le territoire suisse. «C'est difficile pour lui et je plains parfois les gens, confie M. Troxler, mais la loi est la même pour tous.»

## Jeu du chat et de la souris

La nuit est froide et calme. M. Troxler nous parle de son récent détachement en Grèce. La pression migratoire à la frontière turque est devenue énorme et il y a temporairement travaillé pour l'agence européenne Frontex en tant que spécialiste des pièces d'identité.

Il part prêter main-forte à son équipe qui a pris position à l'extrémité ouest de Bâle. «Les contrôles mobiles se résument souvent au jeu du chat et de la souris, nous dit-il. Parfois, c'est payant.» La nuit devait lui donner raison. //



Les chutes de plain-pied sont moins fréquentes chez les personnes qui pratiquent un entraînement centré sur la coordination. Offres de promotion de la santé dans l'entreprise: [www.suva.ch/mouvement](http://www.suva.ch/mouvement).

# Un spécialiste de la santé publique

→ [www.suva.ch/fr](http://www.suva.ch/fr)

**Markus Dürr, directeur de la santé publique et des affaires sociales du canton de Lucerne de 1999 à 2009, préside le Conseil d'administration de la Suva depuis le 1<sup>er</sup> janvier 2014. Cet ancien acteur politique du PDC a pris le relais du radical Franz Steinegger à la tête du plus grand assureur-accidents de Suisse.**



Il veut rapprocher la Suva du grand public: Markus Dürr, le nouveau président du Conseil d'administration. // Photopress

Markus Dürr est un habitué des messages percutants. En tant que conseiller d'Etat en charge de la santé publique et des affaires sociales du canton de Lucerne, il a eu tout loisir de communiquer avec le public. Ce qu'il a toujours fait avec plaisir, tient-il à souligner. Markus Dürr a toujours communiqué de manière ouverte et avec une précision chirurgicale, si bien que les médias reprenaient généralement ses déclarations telles quelles. Des verdicts tels que «il faut que les enfants se rendent à l'école à pied» ou «la grippe aviaire est un produit de l'hystérie des médias» lui ont valu une écoute nationale. Ce qui a aidé à renforcer la position des cantons dans le domaine de la politique de santé, à laquelle il a conféré un profil clair en tant que président, de 2004 à 2007, de la Conférence des directrices et directeurs cantonaux de la santé.

A 66 ans, un nouveau chapitre s'ouvre pour Markus Dürr, le vétérinaire de Malters, qui reconnaît que lorsqu'il était conseiller d'Etat, il n'en savait pas assez sur le vaste éventail des activités de la Suva, même si celle-ci ne lui était bien évidemment pas totalement étrangère. Depuis sa nomination, en novembre 2009, au Conseil d'administration de la Suva, au sein duquel il représente la

Confédération, il a eu tout loisir de combler ce déficit. «A l'époque, j'avais déjà été surpris de constater à quel point le public en sait peu sur la Suva», déclare Markus Dürr. Encore un point auquel le nouveau président du Conseil entend remédier, tout en sachant que, dans ses nouvelles fonctions, il ne peut pas agir comme un directeur de la santé publique. Lorsqu'il était membre de l'exécutif lucernois, il avait l'habitude de dire ce qu'il pensait.

En tant que président du Conseil et représentant de la Confédération, il est en premier lieu un médiateur, même si, à ses yeux, il est indispensable qu'il continue d'exprimer sa propre opinion. «Par exemple lorsqu'il s'agira de tirer le meilleur parti de la nouvelle donne créée par la révision de la LAA lorsque celle-ci aura été menée à bien», estime Markus Dürr. Il est ravi d'assumer cette nouvelle charge, qu'il qualifie de plus «politique» de ses mandats actuels. Or la politique est sa vocation, même s'il garde un excellent souvenir de ses 22 années de pratique de la médecine animale. «Un vétérinaire de campagne doit savoir retrousser ses manches», affirme-t-il. Une qualité qui, à l'avenir, continuera d'être très utile à Markus Dürr, du moins au sens figuré. // mjh

# Nouveaux conseillers d'administration

Outre Markus Dürr, son nouveau président, le Conseil d'administration de la Suva a nommé Vasco Pedrina et Thomas Daum en qualité de vice-présidents. Neuf nouveaux membres du Conseil ont également pris place parmi les quarante représentants des travailleurs, des employeurs et de la Confédération. Photos: Alma Johanns

## REPRÉSENTANTS DE LA CONFÉDÉRATION

**Dominique Babey\***  
Berne

**Reto Babst**  
Lucerne

**Monika Büttler**  
Zurich

**Markus Dürr\***  
Malters

**Gabriele Gendotti**  
Faido

**Philippe Maeder**  
Adliswil

**Markus Notter**  
Zurich

**Barbara Schaerer**  
Berne

## REPRÉSENTANTS DES TRAVAILLEURS

**Renzo Ambrosetti**  
Unia, Berne

**Doris Bianchi**  
Union syndicale suisse,  
Berne

**Vincent Brodard**  
Syndicat du personnel  
des transports SEV,  
Berne

**Judith Bucher**  
Syndicat suisse des  
services publics SSP,  
Zurich

**Alain Carrupt\***  
syndicom, Berne

**Bernadette Häfliger Berger**  
syndicom, Berne

**Natalie Imboden**  
Unia, Berne

**Matthias Kuert Killer**  
Travail. Suisse, Berne

**Peter Kyburz**  
SEC Suisse, Zurich

**Catherine Laubscher Paratte**  
Unia, Neuchâtel

**Rudolf Marti**  
Immobilier et  
tourisme, Kallnach

**Urs Masshardt**  
Hotel & Gastro Union,  
Lucerne

**Vasco Pedrina\***  
Union syndicale  
suisse, Berne

**Kurt Regotz\***  
Syna, Olten

**Renato Ricciardi**  
Organizzazione  
Cristiano Sociale  
ticinese, Lugano

**Janine Wicki**  
Association du  
personnel transfair,  
Berne

## REPRÉSENTANTS DES EMPLOYEURS

**Thierry Bianco**  
suissetec, Zurich

**Thomas Bösch**  
Association bâloise  
de l'industrie chimique,  
Bâle

**Thomas Daum\***  
Ass. contre les risques  
à l'exportation, Zurich

**Peter Dietrich**  
Swissmem, Zurich

**Michael Gehrken**  
Ass. suisse des  
transports routiers  
ASTAG, Berne

**Kurt Gfeller\***  
Union suisse des arts  
et métiers, Berne

**Silvia Huber-Meier**  
Fédération de l'industrie  
suisse des denrées  
alimentaires, Berne

**François Matile**  
Convention patronale  
de l'industrie  
horlogère suisse,  
La Chaux-de-Fonds

**Markus Meyer**  
Association suisse  
pour la communication  
visuelle, Zurich

**Jost Murer**  
Ass. suisse des  
entrepreneurs, Zurich

**Jean-Claude Nussbaumer\***  
Ass. suisse des  
entrepreneurs, Zurich

**Roman Rogger**  
VSI - Commerce  
Suisse, Bâle

**Hans Rupli**  
Association suisse  
des entreprises de  
construction en bois,  
Zurich

**Georg Staub**  
swisstaffing,  
Dübendorf

**Urs Wernli**  
Union professionnelle  
suisse de l'automobile  
UPSA, Berne

**Markus Zemp**  
Association suisse  
des brasseries,  
Zurich

## NOUVEAUX MEMBRES DU CONSEIL D'ADMINISTRATION



**Monika Büttler**  
Zurich



**Gabriele Gendotti**  
Faido



**Markus Notter**  
Zurich



**Janine Wicki**  
transfair, Berne



**Bernadette Häfliger Berger**  
syndicom, Berne



**Matthias Kuert Killer**  
Travail.Suisse, Berne



**Renato Ricciardi**  
OCST, Lugano



**Markus Meyer**  
VISCOM, Zurich



**Markus Zemp**  
Ass. suisse des  
brasseries, Zurich

Neuf nouveaux membres ont pris place au sein du Conseil d'administration en janvier 2014. Cet organe surveille l'institution et fixe les primes d'assurance. Les huit membres de la Commission administrative assument les tâches d'un conseil d'administration au sens du droit des sociétés anonymes. Les partenaires sociaux et la Confédération sont représentés paritairement au sein des deux organes. La Suva fonctionne selon le principe de l'auto-gestion coopérative. // hga

\* Membre de la Commission administrative

# Apprendre de l'entraîneur

→ [www.suva.ch/regles](http://www.suva.ch/regles) 🎧 [www.suva.ch/podcast-benefit-f](http://www.suva.ch/podcast-benefit-f)

**Le supérieur dans la vie professionnelle a le même rôle que l'entraîneur dans le sport. Pour Arno Del Curto, entraîneur de hockey sur glace, il ne s'agit pas d'appliquer des règles vitales pour les maçons, les charpentiers ou les gardes-forestiers, mais il est toujours permis de s'inspirer auprès d'un professionnel.**

«Go, go, go!», Arno Del Curto encourage le HC Davos. Agé de 57 ans, cet entraîneur, avec cinq titres de champion suisse, est une personnalité du hockey national. Comment fait-il pour mettre en œuvre ses idées avec succès, et pendant des années, à travers son équipe?

D'emblée, il affirme que «tous les chemins mènent à Rome». Bien qu'il ait trouvé sa voie, il évite de donner des conseils aux autres. «Quiconque veut copier quelque chose est cependant le bienvenu.» Il nous confie qu'il s'agit de coacher non

seulement une équipe, mais chaque joueur de manière individuelle. Certains sont plus rapides, certains plus forts que d'autres. Il est évident qu'on ne peut pas coacher tout ce petit monde de manière identique.

## Ne pas être avare de compliments

Alors que pour Arno Del Curto, il ne s'agit «que» d'une activité sportive, le supérieur ordinaire tel que le contremaître a d'autres exigences à remplir, c'est-à-dire prévenir des accidents graves ou mor-

tels. Même si la situation initiale est différente, l'entraîneur et le contremaître doivent cependant atteindre des objectifs spécifiques. Arno Del Curto assume la responsabilité pour tous ses joueurs, tout en appréciant chacun individuellement. «Ils en sont conscients et respectent mes exigences.» Il va sans dire qu'il faut parfois élever la voix, «mais je peux aussi faire passer mon message de manière posée et précise. Les compliments y trouvent également leur place.»

## «NO EXCUSES»: le mot d'ordre

Selon Arno Del Curto, il faut toujours être bien préparé et sincère. Il faut aussi montrer l'exemple. «Si tu ne parviens pas à faire passer ce message auprès de ton équipe, tu as déjà perdu.»

Les joueurs ont besoin d'un entraîneur qui les encourage afin de fournir régulièrement des performances maximales. Arno Del Curto sait que l'on peut éliminer les erreurs et lutter contre le manque de motivation, mais cela demande un travail soutenu. En conséquence, le mot d'ordre «NO EXCUSES» figure en majuscules sur la porte de sortie. Arno Del Curto: «Je n'accepte pas d'excuse en cas d'échec. Jamais.» Quoi qu'il en soit, une chose est claire: toute baisse de vigilance dans le domaine sportif ou professionnel peut avoir des conséquences décisives ou graves. // mpf



Les joueurs respectent son «style exigeant»: Arno Del Curto, entraîneur du HC Davos. // Cyrill Kuster

## La méthode Del Curto

- Une bonne préparation et de nombreux compliments
- Défendre son équipe et assumer les responsabilités
- Être à l'écoute de chacun
- Montrer l'exemple

# A la découverte d'un monde caché

→ [www.suva.ch/amiante](http://www.suva.ch/amiante) → [www.suva.ch/nanoparticules](http://www.suva.ch/nanoparticules)

**Fibres d'amiante et nanoparticules: des résultats approfondis sur les structures et particules fines sont de la plus haute importance pour la prévention contre les maladies professionnelles. Grâce à sa très forte résolution, un nouveau microscope permet d'acquérir de nouvelles connaissances.**



Le géologue Markus Schafer analyse des échantillons de nanoparticules avec le TEM. // Dominik Wunderli

La Suva s'engage dans la prévention des maladies dues à l'amiante. En l'occurrence, il s'agit notamment d'identifier des particules susceptibles de comporter de l'amiante et de mesurer leur concentration dans l'air. «Cependant, certaines fibres sont tellement fines qu'elles ne peuvent même plus être identifiées avec un microscope électronique à balayage», indique Patrick Steinle, chef de team au sein de la division protection de la santé au poste de travail.

## Détermination univoque des particules

Pour identifier les structures les plus fines et ainsi mieux comprendre l'effet de substances nocives, la Suva a fait l'acquisition d'un microscope électronique à transmission (Transmission Electron Microscope, TEM; voir encadré), qui peut rendre visibles des particules jusqu'à un million de fois plus petites qu'un millimètre. Markus Schafer, géologue à la Suva, travaille avec le TEM: «Il est ainsi possible d'opérer une diffractométrie, c'est-à-dire que même des particules chimiquement identiques peuvent être différenciées avec une sorte d'empreinte

digitale.» Cette méthode permet à la Suva de distinguer plus exactement les substances nocives et, partant, d'affiner les mesures au poste de travail dans le

## Le TEM

Le microscope électronique à transmission (Transmission Electron Microscope, TEM) est l'un des microscopes les plus modernes actuellement. Il travaille avec des faisceaux d'électrons et peut reproduire directement des objets, rendant visibles des particules mesurant jusqu'à un milliardième de millimètre (un nanomètre). Jusqu'à présent, il n'était pas possible d'analyser avec une telle précision les structures de particules ou d'agglomérats. La Suva utilise cet appareil afin de pouvoir caractériser de façon univoque des fibres d'amiante et également de mesurer dans l'air des nanoparticules susceptibles d'être dangereuses pour la santé. // **dkf**

cadre de la prévention contre les maladies professionnelles. «Nous devons garantir que l'air au poste de travail n'est pas dangereux pour la santé», souligne Markus Schafer. L'amiante possède des propriétés dangereuses. Les personnes qui inhalent des fibres libérées lors de travaux de transformation, d'entretien et de rénovation peuvent souffrir des décennies plus tard d'un cancer du poumon ou d'une tumeur de la plèvre ou du péritoine.

## La Suva active dès le début

Les nanoparticules synthétiques constituent un nouveau défi. Les nanotubes de carbone, qui sont utilisés dans l'industrie, font notamment l'objet de discussions: «On suppose qu'ils peuvent être nocifs», explique Patrick Steinle. Ici aussi, le TEM offre des possibilités d'analyses plus fines qu'auparavant. Certes, aucun cas de maladie due à des nanoparticules n'a été enregistré jusqu'à présent, mais des éléments laissent à penser que certaines particules pourraient être problématiques. «Depuis le début, nous suivons de très près l'évolution des nanoparticules», indique Markus Schafer. // **dkf**

# Risques d'avalanche

→ [www.facebook.com/suvasuisse](http://www.facebook.com/suvasuisse) → [www.suva.ch/avalanches](http://www.suva.ch/avalanches)



Nous vous invitons à suivre les camps «White Risk» en ligne. Une quarantaine de freeriders, de randonneurs et de raquetteurs sont actuellement sur le terrain avec des pros. Ils ont gagné une place gratuite dans un camp en donnant une idée pour faire connaître la plateforme de prévention des avalanches «White Risk». La Suva a posté les meilleurs textes, films et photos sur son site Internet et sur Facebook. Les camps proposés sont organisés en association avec le WSL Institut fédéral pour l'étude de la neige et des avalanches SLF. La préparation et la capacité à adapter son comportement en fonction des conditions sont deux éléments pouvant permettre d'éviter des accidents mortels. Les avalanches représentent 25 morts par année en moyenne. // hga

## En mission à l'étranger

[www.suva.ch/waswo-f/1673/19](http://www.suva.ch/waswo-f/1673/19)

Chaque année, des milliers de ressortissants suisses travaillent provisoirement à l'étranger. Ils demeurent assurés selon la LAA contre les accidents professionnels et non professionnels. Diverses conventions de sécurité sociale permettent de simplifier la procédure pour les employeurs, pour autant que certaines conditions soient remplies: avant un détachement dans un état membre de l'UE ou de l'AELE, l'employeur doit annoncer ses collaborateurs auprès de la caisse de compensation (ou de la Suva pour les détachements hors UE/AELE). La couverture d'assurance prend effet avec l'établissement de l'attestation de détachement, même lors d'une mission temporaire à l'étranger. La Suva recommande d'informer les collaborateurs détachés sur la couverture d'assurance dont ils bénéficient, mais aussi sur d'éventuelles divergences des prescriptions de sécurité. Les employeurs peuvent se renseigner auprès de l'agence Suva (tél. 0848 820 820) ou de leur caisse de compensation AVS en cliquant sur le lien ci-dessus. // mpf

## Médecins de la Suva

📍 [www.suva.ch/medecin-arrondissement](http://www.suva.ch/medecin-arrondissement) → [www.suva.ch/waswo-f/2953](http://www.suva.ch/waswo-f/2953)



La Suva emploie ses propres médecins pour traiter les cas avec compétence. Une courte vidéo illustre maintenant leur activité: les médecins d'arrondissement apportent leur soutien à des postes internes et examinent également les assurés pour se faire une idée de leur état de santé et de leur capacité de travail. Ils ne dispensent pas de traitement, mais surveillent le suivi médical et demandent si

nécessaire des examens par d'autres spécialistes. Ils conseillent les personnes accidentées pour le retour à la vie active, mais ne décident pas si une rente est justifiée. Ils constituent donc des intermédiaires entre patients, médecins traitants et assurance. En tout, 60 médecins d'arrondissement répartis en six groupes médicaux travaillent à la Suva. // mpf

# Doping au travail

📄 [www.suva.ch/podcast-f](http://www.suva.ch/podcast-f) «Dopage au poste de travail» → [www.suva.ch/progres-f](http://www.suva.ch/progres-f)



Se doper pour être plus efficace au travail ou améliorer sa concentration? L'étude commandée par la Suva et présentée lors du 12<sup>e</sup> Forum national confirme que les Suisses recourent de temps en temps à des «petits coups de pouce» pour rester performants. Sur les 10000 personnes interrogées, 64 % ont pris, au moins une fois, des substances douces comme le café, des vitamines ou des fortifiants. Seuls 4 % ont consommé, au moins une fois et sans motif médical, des médicaments sur ordonnance ou des drogues. Chez les étudiants, ce chiffre grimpe à 14 %. «Des mesures urgentes ne sont pas nécessaires. Mais nous estimons qu'une diminution du stress devrait permettre d'éviter les conduites dopantes au travail», conclut Claudia Pletscher, médecin-chef de la médecine du travail à la Suva. // gnc

## Réinsertion encouragée

📄 [www.fmb-ge.ch](http://www.fmb-ge.ch)

L'accord paritaire genevois réunit la Suva, la Fédération genevoise des métiers du bâtiment, les assureurs pertes de gain Groupe Mutuel, Helsana et Zürich Assurances, l'OCAS Genève, les syndicats Syna, Sit et Unia. Sa mission: accompagner les travailleurs de la construction lors d'une maladie ou d'un accident débouchant sur une absence de longue durée afin de leur permettre de retrouver un emploi durable – soit auprès de leur employeur actuel, soit en leur offrant la possibilité de suivre une formation.

### Un projet humain et financier

Le premier objectif de cet accord est le retour dans le monde du travail afin d'éviter l'exclusion. Les travailleurs de la construction possèdent des niveaux de qualification variés et pour certains, il devient difficile d'intégrer un nouvel emploi après un accident ou une maladie. Cette population peut donc vite se désocialiser, ce d'autant plus que le travail reste le meilleur endroit pour tisser des liens sociaux.

Le deuxième objectif est financier. Le bénéficiaire d'une rente – parce qu'il n'a pu réintégrer le monde du travail – représente une charge financière importante pour l'institution qui verse la rente (Al, Suva) et pour le 2<sup>e</sup> pilier. De plus, il ne contribue plus au paiement des charges sociales.

### Des efforts qui portent leurs fruits

Créé en 2009, cet accord permet d'intervenir rapidement et d'élaborer, avec ces assurés, un plan de retour ou de maintien en emploi. Sur les 111 cas analysés jusqu'à ce jour, environ deux tiers des personnes ont accepté de collaborer; elles sont aujourd'hui en formation et (ou) ont retrouvé un emploi. Seuls 11 travailleurs touchent une rente, entière ou partielle. Ces excellents résultats vont dans le sens de la 5<sup>e</sup> révision de la loi sur l'assurance-invalidité qui vise une diminution des rentes octroyées et le maintien en emploi. Surtout, ils devraient encourager d'autres branches à suivre cet exemple. // gnc

### Impressum

Editeur: Suva, case postale, 6002 Lucerne  
Tél. 041 419 51 11, fax 041 419 58 28  
[www.suva.ch/fr](http://www.suva.ch/fr); [benefit@suva.ch](mailto:benefit@suva.ch)  
Rédaction: Gabriela Hübscher (hga)

Contributions à la présente édition:  
Stéphanie Berger (sbj), podcasts  
Karin Diodà (dkf), rédactrice spécialisée  
Alois Felber (afe), rédacteur spécialisé  
Nadia Gendre (gnc), rédactrice  
Robert Hartmann (hat), rédacteur spécialisé  
Jacques Poget, chroniqueur  
Pascal Mathis (mpf), rédacteur spécialisé  
Jan Mühlethaler (mjh), chef du secteur communication d'entreprise  
Irma Steinmann (si5), mise en pages  
Alma Johanns, photographe  
Cyrill Kuster, photographe  
Dominik Wunderli, photographe  
Roger Zürcher, illustrateur

### Commandes:

Suva, service clientèle  
Case postale, 6002 Lucerne  
Tél. 041 419 58 51, fax 041 419 59 17  
[service.clientele@suva.ch](mailto:service.clientele@suva.ch)  
[www.suva.ch/waswo-f](http://www.suva.ch/waswo-f)  
Reproduction souhaitée avec mention de la source.  
«benefit» paraît quatre fois par an.

Impression avec bilan neutre  
en CO2: [www.myclimate.org/fr](http://www.myclimate.org/fr)

### Le modèle Suva

#### Les quatre piliers de la Suva

- La Suva est mieux qu'une assurance: elle regroupe la prévention, l'assurance et la réadaptation.
- La Suva est gérée par les partenaires sociaux. La composition équilibrée de son Conseil d'administration, constitué de représentants des employeurs, des travailleurs et de la Confédération, permet des solutions consensuelles et pragmatiques.
- Les excédents de recettes de la Suva sont restitués aux assurés sous la forme de primes plus basses.
- La Suva est financièrement autonome et ne perçoit aucune subvention de l'Etat.

Testez vos connaissances!

# Quand le travail devient un art

→ [www.suva.ch/concours](http://www.suva.ch/concours) → [www.swisskillsbern2014.ch](http://www.swisskillsbern2014.ch) → [www.suva.ch/apprentis](http://www.suva.ch/apprentis)

**Question:**

**Combien y a-t-il d'accidents professionnels par an chez les apprentis en Suisse?**



**Réponse:**

- A**  
15 000
- B**  
20 000
- C**  
25 000

**1<sup>er</sup> prix:** bon d'achat d'une valeur de 250.- dans un magasin de bricolage

En septembre prochain, vous aurez peut-être l'occasion de prouver que vous êtes les meilleurs: plus d'un millier de concurrents s'affronteront à Berne dans le cadre des premiers Championnats Suisses des Métiers. Les lauréats seront choisis parmi les jeunes professionnels des secteurs de l'artisanat, de l'industrie et des services avec plus de 80 métiers au total. La Suva sera présente en tant que partenaire de prévention. Sa campagne «Apprentissage en toute sécurité» est spécialement dédiée aux jeunes. Son but: réduire de moitié le nombre d'accidents chez les apprentis dans un délai de dix ans. Chaque année, un apprenti sur huit est actuellement victime d'un accident dans les entreprises assurées à la Suva.

Un groupe de 39 jeunes a déjà fait parler de lui d'une autre manière en 2013: les suisses sont arrivés en tête des équipes européennes au Concours Mondial des Métiers à Leipzig et se sont placés au deuxième rang du classement mondial avec neuf médailles d'or, trois médailles d'argent et cinq médailles de bronze. // hga

❖ Clôture du concours: 28 mars 2014



**2<sup>e</sup> prix:**  
Samsung Galaxy Tab 2



**3<sup>e</sup> prix:**  
trousse de secours pour le sport et le bricolage



**4<sup>e</sup> - 10<sup>e</sup> prix:**  
quatre bons «Win for life»

**Solution du concours «benefit» 4/2013**  
→ [www.swissdec.ch/fr](http://www.swissdec.ch/fr)

Quel avantage m'apporte la transmission par voie électronique des salaires à la Suva?

- A Je m'épargne de la paperasse sans pour autant gagner du temps.
- B Je gagne du temps et ne remplis plus aucun formulaire papier.
- C Je n'ai aucun avantage. Seule la Suva est gagnante.

La réponse B est correcte. Les utilisateurs d'un système de comptabilité salariale certifié swissdec saisissent une seule fois les données dans le système. Celles-ci sont ensuite transmises en ligne sans traitement supplémentaire ni paperasse.

❖ Les gagnants ont été informés par écrit. Leurs noms sont publiés sur [www.suva.ch/concours](http://www.suva.ch/concours).



# Accident mortel en montagne

→ [www.suva.ch/exemples-accidents](http://www.suva.ch/exemples-accidents) → [www.suva.ch/regles](http://www.suva.ch/regles) 📻 [www.suva.ch/podcast-benefit-f](http://www.suva.ch/podcast-benefit-f)

Une pelle hydraulique dérape et fait plusieurs tonneaux dans un talus en pente raide. Le conducteur meurt écrasé par l'engin après avoir été projeté hors de la cabine.



Cette pelle hydraulique de plusieurs tonnes n'était pas conçue pour un terrain en pente comme celui-ci.

L'accident s'est produit sur un chantier en montagne. Un conducteur de pelle hydraulique avait été chargé de dégager un talus en contrebas d'un chemin d'alpage qui venait d'être élargi. Désireux de fournir un travail soigné, il décide d'essayer d'enlever des branchages gênants en bas de la pente. Pour ce faire, il quitte le chemin et manœuvre la pelleteuse le long d'un talus escarpé.

## Mort écrasé par l'engin

Cette manœuvre est fatale: bien que le conducteur ait abaissé la lame, l'engin dérape sur le sol humide des sous-bois et devient totalement incontrôlable. Il fait plusieurs tonneaux avant de s'immobiliser sur le côté à une cinquantaine de mètres en dessous du chemin. Les premiers secours arrivés sur le lieu de l'accident ont retrouvé le conducteur mort à l'extérieur de la pelleteuse. L'homme, qui n'avait pas bouclé sa ceinture de retenue, a été écrasé par l'engin après avoir été projeté hors de la cabine.

Comment cet accident mortel a-t-il pu se produire? Comme le montre l'enquête d'accident, la pelleteuse hydraulique à chenilles de 16 tonnes qui s'est retournée n'était pas adaptée pour travailler sur un terrain en pente raide. C'est pour cette raison que l'engin a rapidement perdu son adhérence lorsque le conducteur est sorti du chemin.

## Respecter les règles vitales

L'une des causes de l'accident réside dans le non-respect d'une règle vitale pour le génie civil et les travaux publics, à savoir: «Nous respectons les consignes d'utilisation des engins de chantier» (dépliant Suva 84051, règle n° 5). Observer cette règle aurait permis de sauver une vie. // afe

## Conseils pour éviter ce type d'accident

**Assumez vos responsabilités en tant qu'employeur ou supérieur: planifiez soigneusement chaque intervention, donnez des instructions précises et assurez-vous que vos collaborateurs disposent des connaissances nécessaires pour utiliser et manœuvrer correctement les engins utilisés.**

### Mesures complémentaires

#### Employeurs et supérieurs

- Assurez la planification et la surveillance des interventions.
- Dans les terrains en pente, utilisez uniquement des engins appropriés (par ex. une pelle araignée).
- Définissez la zone d'intervention autorisée aux engins de chantier.
- En cas de comportement dangereux, dites **STOP** et exigez la mise en place ou le rétablissement des conditions de sécurité requises.

#### Collaborateurs

- Respectez les consignes d'utilisation des engins de chantier.
- Utilisez les systèmes de retenue à disposition (ceintures et arceaux de sécurité).
- En cas de doute ou d'hésitation concernant un engin de chantier, dites **STOP** et ne reprenez le travail qu'après la mise en place ou le rétablissement des conditions de sécurité requises.

# Stoppé net par un arbre

→ [www.suva.ch/accident](http://www.suva.ch/accident) → [www.suva.ch/waswo-f/3814](http://www.suva.ch/waswo-f/3814)

Le diagnostic est brutal: traumatisme crano-cérébral et quatorze fractures. L'accident de ski dont a été victime Henrik Björkenstam l'a mis à rude épreuve. Pendant quelque temps, sa guérison est incertaine mais grâce au Case Management, il se remet d'aplomb à temps pour la naissance de sa fille.



Guérison rapide: l'hiver qui suit son grave accident, Henrik Björkenstam est de nouveau sur ses skis. // zvg

«Et là, il y a un arbre sur ma trajectoire.» Assis à une table, Henrik Björkenstam raconte la journée de mars 2012 durant laquelle il a été victime d'un accident de ski, comme si rien de particulier ne s'était passé. A l'époque, il vient de donner son congé et débute une pause de deux mois. Il a déjà un nouveau travail en vue et durant cette même période, sa femme et lui apprennent qu'ils vont devenir parents prochainement pour la première fois. Et soudain, tout bascule.

C'était un lundi après-midi. Henrik Björkenstam profitait avec un ami des dernières descentes d'une journée à ski en France lorsque tout à coup ses skis se bloquent. Il raconte comment l'accident s'est passé. Un obstacle se trouvait sur sa trajectoire. Agé de 35 ans à l'époque, Henrik Björkenstam, originaire de Suède, percute un arbre sur le bord de la piste, perd momentanément connaissance, est d'abord acheminé vers un hôpital proche avant d'être transféré à l'Hôpital de l'île à Berne. Le diagnostic des médecins est brutal: traumatisme crano-cérébral avec hémorragie mineure et épanchement de liquide cérébro-spinal. A cela s'ajoutent quatorze fractures au crâne, au visage et aux bras et plusieurs lésions des liga-

ments. Par chance, Henrik Björkenstam portait comme à son habitude un casque et a eu le réflexe de protéger sa tête avec ses bras au moment crucial. «Sans cela, les médecins pensent que je n'aurais pas survécu.»

## Deux mois, deux ans, jamais?

Commence alors une période de réadaptation astreignante, dont l'issue est incertaine. «Les os se ressoudaient, mais j'ignorais combien de temps il me faudrait

---

## Le Case Management de la Suva

Le Case Management prend en compte la situation exceptionnelle dans laquelle se trouve la personne accidentée après un grave accident. Non seulement la personne accidentée, mais aussi ses proches, son employeur et la Suva ont tout à y gagner. Des informations complémentaires destinées aux patients, aux supérieurs et aux proches sont disponibles sur [www.suva.ch/reinsertion](http://www.suva.ch/reinsertion). // mpf

---

pour guérir de mon traumatisme crânien.» La convalescence pouvait durer deux mois comme deux ans, voire ne jamais aboutir. Au début, Henrik Björkenstam souffrait de vertiges violents et pouvait seulement faire de brèves promenades.

### En de bonnes mains grâce au Case Management

A ce moment, le Case Management de la Suva est déjà déployé. Le case manager Manuel Frey prend en main la situation exceptionnelle dans laquelle se trouve Henrik Björkenstam. A la sortie de l'hôpital, Manuel Frey lui rend visite pour la première fois, dans la région de Soleure. «J'ai organisé la réadaptation, liquidé les démarches administratives et mis en place le suivi, comme il est d'usage dans de telles situations.»

Henrik Björkenstam a dû garder son bras dans le plâtre durant près de trois mois. Pendant ce temps, Manuel Frey a géré la situation afin qu'il puisse se concentrer pleinement sur sa guérison. Pour Henrik Björkenstam, cette prise en charge a été très importante: «J'avais du temps pour me consacrer à ma réadaptation. Je pouvais garder mon énergie pour les rendez-vous chez le médecin et le physiothérapeute ainsi que pour effectuer les exercices prescrits.»

### Retour sur les pistes

Henrik Björkenstam a eu de la chance dans son malheur: il se remet bien de son traumatisme cranio-cérébral et les autres blessures guérissent rapidement. Le poste de travail qu'il convoitait lui file entre les doigts, car l'employeur ne pouvait pas attendre si longtemps. Mais en septembre déjà, six mois seulement après son grave accident, il commence un nouveau travail, peu avant la naissance de sa fille. Aujourd'hui, Henrik Björkenstam travaille comme responsable de vente chez HaslerRail, un fournisseur ferroviaire pour lequel il est souvent en déplacement en Amérique du Nord et au nord de l'Europe.

«Heureusement, tout est bien qui finit bien», déclare aujourd'hui Henrik Björkenstam avec du recul. Il est reconnaissant du soutien que lui a fourni la Suva, qui a grandement facilité sa réinsertion après l'accident. Il apprécie à présent d'être en bonne santé, mais aussi de pouvoir faire du jogging, du vélo et même du ski. «Même si je n'étais pas rassuré la première fois que je suis repassé devant un arbre», avoue-t-il en souriant.

Texte: Pascal Mathis

## Des sportifs, pas des moutons!

Canyoning, rafting, saut à l'élastique, ski hors piste, chaque sport crée de nouvelles sensations fortes... forcément accompagnées de leur lot de risques. En clair: comme toute activité humaine, le sport provoque des drames.

Logique! Inventer un nouvel appareil, c'est inventer aussi l'accident qu'il provoquera, constat aussi valable pour le sport que pour la voiture, l'avion ou la scie circulaire. S'élancer à la conquête d'un sommet, d'une rivière ou simplement d'une pente de neige vierge, c'est donc admettre qu'on n'en reviendra peut-être pas. Or le client veut zéro risque pour soi et 100 % de responsabilité... pour autrui si malgré tout un pépin survient. Mais on a beau faire et beau dire, le risque reste réel, la responsabilité partagée et la réglementation limitée dans ses effets préventifs.

Exemple: concoctée après l'accident de canyoning qui fit 21 morts en 1999, la loi sur le commerce des sports à risque, entrée en vigueur le 1er janvier, impose autorisations, certificats, formations et contrôles.

Guides de montagne, profs de ski et organisateurs sont passibles d'amendes et de poursuites pénales. L'état administratif doit bien sûr «professionnaliser la profession» et obliger à réfléchir à deux fois avant d'entraîner des clients à l'aventure.

Mais le résultat est aussi de déresponsabiliser les participants, qui se sentent «couverts» par la loi. Tendance lourde de notre société qui définit l'individu moins comme un citoyen éclairé et responsable que comme un consommateur protégé, voire assisté. La meilleure clause de la «Loi sur les guides de montagne et les organisateurs d'autres activités à risque» est celle qui leur impose d'«expliquer aux clients les risques particuliers» de l'activité choisie.

Informé, impliqué, responsabilisé, mots-clés de la prévention des accidents. Traiter des sportifs, adultes consentants, comme de petits enfants sans discernement, c'est en faire, petit à petit, des moutons: en sécurité dans leur enclos – mais tondus.



Jacques Poget, chroniqueur, ancien rédacteur en chef de 24heures et président du jury du Prix Suva des Médias



Chaque hiver, Ruedi Gubser s'engage avec sa chienne Flame au secours des victimes d'avalanche. Mais ils arrivent souvent trop tard.

# Une course contre la montre

→ [www.whiterisk.ch/fr](http://www.whiterisk.ch/fr) → [www.secoursalpin.ch](http://www.secoursalpin.ch) 📍 [www.suva.ch/podcast-benefit-f](http://www.suva.ch/podcast-benefit-f)

**Le maître-chien Ruedi Gubser s'engage chaque hiver au sein du Secours Alpin Suisse. Sa chienne Flame est, outre les appareils techniques, l'aide la plus fiable dans sa recherche de victimes d'avalanches, pour lesquelles, hélas, les secours arrivent souvent trop tard.** Texte: Gabriela Hübscher // Photo: Cyrill Kuster

Certaines se volatilisent comme englouties par la montagne: les personnes portées disparues que Ruedi Gubser a retrouvées jusqu'ici avaient déjà péri. Toutes sauf une, un ancien pilote de brousse. «La seule personne que j'aie retrouvée vivante», déplore Ruedi. Le vieil homme avait été victime d'un accident de montagne en été. Quand Ruedi l'a retrouvé, il avait stabilisé lui-même sa jambe cassée avec une attelle, pansé sa blessure à la tête avec des feuilles et était parvenu à se traîner vers un sentier.

Ruedi Gubser est conducteur de chiens d'avalanche auprès du Secours Alpin Suisse depuis 17 ans. Aucune des victimes qu'il a extraites de la neige n'a survécu. «Chacun développe sa propre stratégie pour gérer la mort», pense Ruedi, qui trouve du réconfort à parler avec ses collègues. «Je crois que lorsqu'une personne meurt, son heure était venue. A trop y réfléchir, dit-il, on perd toute détermination à persévérer». Père de trois enfants, il espère ne jamais devoir dégager le corps d'un enfant. «J'aurais alors besoin du soutien d'un Care team».

Ce menuisier reconverti en paysagiste pratiquait autrefois la varappe. Les expériences qu'il a vécues l'ont incité à devenir sauveteur à son tour.

**«La plupart du temps, nous arrivons trop tard.»**

## Le sauveteur et sa «gamine»

Depuis plus de dix ans, il forme un duo soudé avec son border collie. Sa «gamine», comme il l'appelle affectueusement, a acquis une discipline stricte au prix d'un entraînement intensif. «Je connais Flame par cœur», dit Ruedi sous l'œil attentif de la chienne. Elle a les yeux vairons, l'un bleu, l'autre marron, comme son maître. Lynn, âgée d'une année, marchera bientôt sur ses traces. Son dressage a commencé et elle participera aux opérations de sauvetage dans deux ans. «Un nouveau défi pour moi», déclare le maître-chien de 45 ans. En attendant, il apprend encore à interpréter le comportement de Lynn.

## De faibles chances de survie

Domicilié et travaillant à Walenstadt (SG), Ruedi Gubser est toujours prêt à intervenir pour le Secours Alpin Suisse. Il couvre en six minutes le trajet qui le sépare de son domicile, où il est embarqué avec sa chienne par un héli-

coptère de la Rega. Il faut au moins un quart d'heure aux sauveteurs pour arriver sur le lieu de l'accident. «Les victimes ont plus de chances de survie si leurs compagnons d'infortune peuvent les localiser grâce à un détecteur de victimes d'avalanches (DVA). Bien souvent, regrette-t-il, nous arrivons trop tard car les chances de survie sous les masses de neige sont faibles». Mais les recherches sont indispensables, Ruedi le sait, «afin que les proches puissent faire leur deuil», dit-il.

Flame apporte une aide précieuse. Avec son flair aiguisé, elle peut détecter un corps enfoui à quatre mètres sous la neige. Elle travaille de façon autonome et ratisse la zone d'avalanche, en progressant toujours contre le vent. «Je vois tout de suite quand elle a flairé une piste», assure Ruedi. Dès que Flame a repéré une victime, elle se met à gratter pour la déterrer. Son maître procède ensuite au body-check et dispense les premiers secours. Il essaie toujours de ramener les victimes à la vie, souvent en vain.

## Les raquetteurs moins bien préparés

De nombreux raquetteurs sont emportés par des avalanches. Ruedi Gubser a constaté qu'ils préparent moins bien leurs sorties que les randonneurs à ski et emportent rarement un DVA. Les personnes qui évoluent hors des pistes sécurisées devraient avoir un équipement adapté et s'informer des conditions d'enneigement. Dans ce contexte, la Suva et l'Institut pour l'étude de la neige et des avalanches ont développé la plateforme interactive de prévention des accidents d'avalanche «White Risk», avec des informations sur le mécanisme et la prévention des avalanches et un outil de planification.

En 2013, le Secours Alpin Suisse est intervenu à 662 reprises, dont 19 fois avec des chiens d'avalanche. «Ma femme a toujours peur pour moi», reconnaît Ruedi Gubser. Tout sauveteur expérimenté qu'il est, il doit aussi évaluer avec précision chacun de ses pas dans la zone d'avalanche et, avant de commencer les recherches, assurer d'abord sa propre sécurité. Il ne faut jamais oublier, conclut-il, que «le risque zéro n'existe pas».



La plateforme de prévention interactive «White Risk» et l'outil de planification se trouvent à l'adresse [www.whiterisk.ch/fr](http://www.whiterisk.ch/fr) (voir page 14). L'appli «White Risk» est disponible gratuitement dans l'App Store et sur Google Play Store.

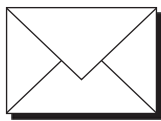
# Commander directement en ligne

→ [www.suva.ch/carte-commande-benefit](http://www.suva.ch/carte-commande-benefit)

Commandez les publications au moyen de la carte de commande électronique et profitez d'une livraison rapide.

## Newsletter

→ [www.suva.ch/newsletter-f](http://www.suva.ch/newsletter-f)



Abonnez-vous à notre Newsletter, qui vous permettra chaque mois d'en savoir plus sur certains sujets d'actualité, nos campagnes, nos offres et nos services.

## Campagnes et offres de prévention 2014



La Suva soutient l'engagement des entreprises en faveur de la sécurité au travail et durant les loisirs à travers des campagnes et des offres de prévention orientées vers le futur. Avez-vous déjà étudié les possibilités de profiter de l'offre de prévention 2014 de la Suva? L'un ou l'autre sujet présenté dans ce nouveau catalogue conviendra certainement pour organiser une action correspondant aux besoins de votre entreprise.

- ↘ Campagnes et offres de prévention 2014 // Brochure // 72 pages A5 // Réf. 88089.f
- ↘ [www.suva.ch/campagnes](http://www.suva.ch/campagnes)

## Zoom sur la sécurité Cinémathèque travail et loisirs



Interpellations, récits d'accidents, illustration des dangers: voici des exemples qui vous aideront à motiver vos collaborateurs pour les inciter à mieux respecter les règles de sécurité au travail et durant les loisirs. Vous trouverez des informations sur nos films de prévention dans cette nouvelle brochure et sur Internet.

- ↘ Zoom sur la sécurité – Cinémathèque travail et loisirs // Brochure // 16 pages A5 // Réf. 88095.f
- ↘ [www.suva.ch/films](http://www.suva.ch/films) (visionner et télécharger nos films)
- ↘ [www.suva.ch/waswo-f](http://www.suva.ch/waswo-f) (commander des DVD en ligne)
- ↘ [www.youtube.com/suvasuisse](http://www.youtube.com/suvasuisse) (visionner nos films et les intégrer sur un site Internet)

## Prévention contre l'amiante dans les entreprises électriques et lors des travaux de ramonage



Les techniciens des entreprises électriques et les ramoneurs courent le risque d'une exposition à l'amiante notamment avec le matériel d'isolation des transformateurs et des radiateurs électriques à accumulation ou les cloisons pare-feu. Il s'agit de sites contaminés mis au jour lors de la rénovation ou de la transformation d'ouvrages anciens. Si ces matériaux ne sont pas traités dans les règles de l'art, des fibres peuvent être libérées et inhalées et entraîner des maladies cancéreuses. La Suva a élaboré avec les branches concernées deux publications indiquant où l'on risque encore trouver de l'amiante aujourd'hui ainsi que les mesures de protection à prendre et quand recourir à des spécialistes en désamiantage.

- ↘ Identifier, évaluer et manipuler correctement les produits amiantés. Ce que vous devez savoir en tant que technicien d'une entreprise électrique // Brochure au format de poche, 40 pages // Réf. 84059.f
- ↘ Identifier, évaluer et manipuler correctement les produits amiantés. Ce que vous devez savoir pour les travaux de ramonage // Brochure au format de poche, 16 pages // Réf. 84055.f

Vous trouverez la liste complète des publications parues à ce jour sur le thème de l'amiante à l'adresse suivante:

- ↘ [www.suva.ch/waswo-f](http://www.suva.ch/waswo-f) > Amiante

## Affiches pour les entreprises



- ↘ En hiver, les chutes font davantage de blessés que les accidents de la route. // Format A4 // Réf. 55325.f
- ↘ Mettez toutes les chances de votre côté. Portez vos EPI. // Format A4 // Réf. 55328.f
- ↘ N'improvisez pas! // Format A4 // Réf. 55330.f
- ↘ Préparez vos sorties avec «White Risk». Ne tentez pas la mort blanche. // Format A4 // Réf. 55331.f

## Fiches thématiques

Les fiches thématiques traitent de thèmes spécifiques à la sécurité au travail. Elles se composent de deux pages et sont disponibles au format PDF.



### Nouvelles parutions

- ↘ Vêtements de signalisation pour les personnes travaillant sur la voie publique. Visibilité égale sécurité // 33076.f
- ↘ Installations sur toitures en fibrociment amianté // 33068.f
- ↘ Sécurité intégrée. Une offre de sécurité systémisée // 33078.f

### Coffrages en béton

- ↘ Les fiches thématiques sur les coffrages muraux, les coffrages de dalles, les plates-formes de bétonnage, les étais pour dalles, etc. ont été actualisées. 33007 // 33011 à 33014 // 33018 // 33033 // 33034

## En bref

### Protection de la santé Offre de cours 2014

- ↘ Formation en sécurité au travail et protection de la santé. Offre de cours 2014 // Dépliant // 6 pages A5 // Réf. 88045.f
- ↘ ou [www.suva.ch/cours](http://www.suva.ch/cours)

### Que font les médecins d'arrondissement de la Suva?

- ↘ Une nouvelle vidéo fournit des informations sur l'activité des médecins d'arrondissement de la Suva: voir l'article de la page 14.

### Nouveautés sur Internet

- ↘ Vous trouverez des renseignements et des liens vers les nouvelles pages de la Suva sur le thème de la sécurité au travail sur [www.suva.ch/nouvelles-pages-suvapro](http://www.suva.ch/nouvelles-pages-suvapro).

## Conseils pour travailler sur ordinateur



La majorité des personnes qui travaillent dans un bureau disposent aujourd'hui d'un bon écran et d'un mobilier réglable, mais ces conditions ne suffisent pas à éviter les douleurs. Il convient également de bien régler et de bien utiliser les équipements de travail. Vous trouverez les principaux conseils utiles à cet égard dans notre dépliant «Travail sur écran», qui a été entièrement remanié en collaboration avec le SECO. Il est destiné à être remis aux personnes qui travaillent dans un bureau.

- ↘ Travail sur écran. Conseils pour travailler confortablement sur ordinateur // Dépliant // 12 pages // Réf. 84021.f // Disponible en français, en allemand et en italien

La Suva propose également des cours d'une journée sur le thème de l'ergonomie au poste de travail informatisé. Ces cours s'adressent avant tout aux personnes chargées de l'agencement des postes de travail, du mobilier et du support informatique dans les entreprises.

- ↘ Informations sur [www.suva.ch/travail-sur-ecran](http://www.suva.ch/travail-sur-ecran)

## L'AFC expliquée en trois minutes

Les indépendants ou les membres de la famille travaillant dans l'entreprise sans salaire ne sont pas assurés à titre obligatoire contre les accidents et les maladies professionnelles. Pour ces personnes, il existe l'assurance facultative des chefs d'entreprise (AFC) de la Suva. Ce film présente un condensé des prestations proposées.

- ↘ Infos complémentaires: [www.suva.ch/afc](http://www.suva.ch/afc)

# Avalez la piste à feu doux



Vous risquez sinon de faire une chute fatale en freinant. Téléchargez maintenant l'application Suva «Slope Track» sur votre smartphone. Cette application enregistre la descente effectuée, le dénivelé ainsi que votre vitesse individuelle et attire l'attention sur certains dangers. Téléchargement gratuit dans l'App Store et sur Google Play Store.

**suvaliv**

Vos loisirs en sécurité