

benefit

Polluants de
construction

Les diagnostics,
indispensables
avant tout
assainissement

Prévention

Des pauses
actives contre
les contraintes
physiques
excessives

La culture de prévention en entreprise

Des échelles moins instables pour plus de
sécurité: Julia Willi tient en main la solution
pour l'entreprise Georg Fischer.

suva

**«Peu importe ce que
l'on vit, il y a toujours
un cadeau derrière.
Si on ne le voit pas tout
de suite, il faut être
patient, on le trouvera
plus tard.»**

Baptiste Delalay, 32 ans



Sur le terrain

Réaliser ses rêves

«En août 2011, j'ai fait une mauvaise chute à moto au Bouveret. Quand je me suis réveillé à l'hôpital, le médecin m'a annoncé que je ne remarquerais plus. Mais, j'ai tout de suite pensé qu'il me restait les bras et la tête. C'était ma manière de dédramatiser.

À la Clinique romande de réadaptation à Sion, j'ai pris conscience que la paraplégie allait au-delà de la chaise roulante et que je ne remonterais plus sur les toits comme ferblantier. Finalement, c'est un livre qui m'a ouvert les yeux sur mon avenir: «Conversations avec Dieu».

L'ouvrage parlait de ce que j'étais en train de vivre à l'intérieur, de mes émotions, de mes ressentis. Il a constitué le début de mon chemin dans la spiritualité. Je me suis alors lancé dans le développement personnel pour devenir coach de vie.

Parallèlement, j'ai créé, avec deux amis, une association à but non lucratif, Para No Limit. Notre objectif: transmettre une image plus positive, plus dynamique du handicap. Une image montrant qu'il est permis d'avoir des projets et de réaliser des rêves même après un grave accident. Notre premier projet m'a permis de décoller à 4000 mètres en parapente biplace.

Cette année, j'aurai 33 ans. Avec Para No Limit, je souhaite rendre la nature encore plus accessible aux personnes comme moi. Parce qu'aujourd'hui, j'en suis convaincu, on peut tout faire. Différemment, mais on peut tout faire.»

Baptiste Delalay, 32 ans

Réinsertion

Après un accident, la Suva offre un accompagnement et un soutien dans le cadre de la réadaptation.

Plus d'informations:

suva.ch/reinsertion







Progresser ensemble

Apprendre, est-ce pour vous une richesse ou une difficulté? Les entreprises d'aujourd'hui misent sur le savoir pour rester dans la course: chez Georg Fischer, tout le personnel apprend à partir d'informations sur les accidents et presque-accidents, par exemple. Rendez-vous à la page 6 pour en savoir plus.

Baptiste Delalay, lui, a dû apprendre beaucoup de nouvelles choses. En fauteuil roulant depuis un accident de moto, ce jeune Valaisan n'a eu d'autre choix que d'abandonner son métier de ferblantier. Après avoir accepté les circonstances, il s'est totalement réorienté. Il nous raconte son histoire au début de ce numéro.

Le printemps approche à grands pas: vous trouverez ci-contre quelques conseils pour la randonnée. À la page 15, nous vous recommandons aussi d'emporter avec vous lors de vos excursions en pleine nature une carte à tiques, simple et efficace contre les morsures.

Les fans de football sentent eux aussi les saisons changer et commencent déjà à s'entraîner. Pour prévenir les absences pour cause d'accident dans votre entreprise, découvrez notre kit de football en page 11.

Je vous souhaite un début de printemps sous le soleil et en sécurité.

Stefan Joss, rédacteur en chef

Impressum

Éditeur: Suva, case postale, 6002 Lucerne
suva.ch; benefit@suva.ch

Rédacteur en chef: Stefan Joss

Conception, mise en page et illustrations: tnt-graphics AG

Rédaction: Jean-Luc Alt, Amire Berisha, Deborah Burri, Alois Felber, Regina Pinna-Marfurt

Traductions: team services linguistiques de la Suva

Photographie: Erwin Auf der Maur, Simone Mengani, Dominic Steinmann, Samuel Trümpy

Commandes: suva.ch/benefit-f

Changements d'adresse: Suva, service clientèle, case postale, 6002 Lucerne,

058 411 12 12, service.clientele@suva.ch

Magazine imprimé en Suisse avec un bilan neutre en CO₂: myclimate.org

Abonnez-vous à «benefit»: suva.ch/benefit-f

Conseils de saison

La randonnée de montagne en toute sécurité

- 1 Planification adéquate:** renseignez-vous sur le degré de difficulté et les passages compliqués de votre itinéraire. Y a-t-il des alternatives si le temps se gâte ou si vous fatiguez?
- 2 Prévisions météo:** ne vous lancez jamais dans une randonnée si le temps est incertain. La foudre, de mauvaises conditions de visibilité et les sols glissants sont dangereux.
- 3 Condition physique:** ne vous surestimez pas. Choisissez uniquement des itinéraires correspondant à votre condition physique et faites des pauses.
- 4 Stabilité:** les chaussures de trekking ou de randonnée permettent d'éviter de déraiper ou de se tordre la cheville. Concentrez-vous sur le chemin et arrêtez-vous pour admirer la vue ou prendre des photos.
- 5 Soleil en altitude:** même s'il fait plus frais, plus on grimpe, plus le soleil est fort. Un indice de protection solaire 50, un couvre-chef et des lunettes de soleil sont indispensables.

suva.ch/randonnee



Même à vitesse élevée

Le vélo électrique en toute sécurité

Le vélo électrique fait fureur: il permet de parcourir de longues distances sans effort et de se passer de voiture pour certains trajets. Mais il n'est pas sans risque, car on a tendance à en sous-estimer la vitesse. En 2023, d'après les chiffres du BPA, 595 personnes ont été victimes d'un accident grave à vélo électrique et seize ont perdu la vie.

Voici quelques conseils pour plus de sécurité:

- 1 Attention à la distance de freinage**
Plus vous roulez vite, plus cette distance augmente. Ne relâchez pas votre vigilance et ralentissez dans les situations à risque.
- 2 Freiner brusquement est dangereux**
Si vous freinez brusquement, il y a de fortes chances que la roue avant se bloque et que vous chutiez. Si vous manquez d'assurance ou venez d'acquérir un vélo électrique, suivez un cours de technique de conduite.
- 3 Système antiblocage (ABS) intégré**
Si vous achetez un vélo électrique, nous vous recommandons de choisir un modèle équipé d'un ABS. Il permet d'éviter que la roue avant ne se bloque et que vous ne passiez par-dessus le guidon.



Testez la distance de freinage

Vous circulez rapidement à vélo?
Notre graphique interactif vous
montre la distance de freinage.
suva.ch/velo-electrique



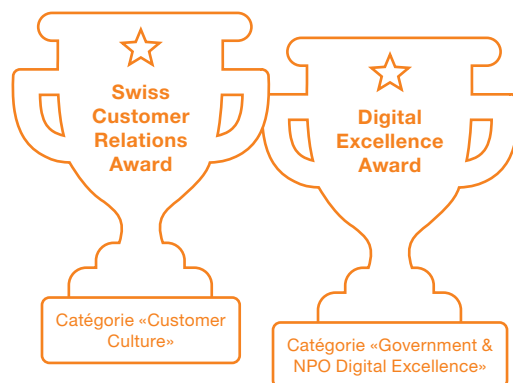
Informations internes

Deux prix renommés pour la Suva

En novembre 2024, la Suva s'est vu décerner deux distinctions de poids qui vous profitent directement à vous, notre clientèle. Le Digital Excellence Award récompense notre transformation numérique, grâce à laquelle nous vous garantissons un traitement des cas plus efficace pour ainsi allouer plus de ressources aux cas de réinsertion complexes. Le Swiss Customer Relations Award distingue notre

orientation clientèle: le customer service center parvient à répondre à quatre de vos demandes sur cinq de façon satisfaisante dès le premier contact. Nous avons à cœur de continuer à optimiser nos processus et structures, car c'est votre confiance qui nous motive.

En savoir plus sur ces prix:
suva.ch/prix





La caméra UV révèle des lésions cutanées invisibles à l'œil nu: impressionnant!

Protection anti-UV

Se préparer pour l'été

Vous souhaitez montrer de manière parlante à votre personnel tous les dangers du rayonnement UV et les mesures pour s'en protéger? Réservez notre module de prévention: il peut être réalisé par vos soins ou avec un ou une spécialiste de la Suva. Dans ce dernier cas, une caméra UV est utilisée pour mettre en évidence les lésions invisibles de la peau.

Réserver le module de prévention:

suva.ch/modules-de-prevention-uv



Avec le quiz 12x12, douze minutes par mois suffisent pour promouvoir durablement la sécurité.

Quand la sécurité devient ludique

Le quiz 12x12 de la sécurité au travail

Motivez votre personnel à s'investir pour la sécurité au travail de manière ludique avec ce quiz interactif en ligne pour les travaux forestiers ou les transports routiers. En tant que quiz master, votre rôle consiste à inviter les membres du personnel, à sélectionner les questions, à analyser les résultats puis à suivre les progrès. Vos collaborateurs et collaboratrices peuvent répondre aux questions facilement depuis un smartphone, voir leur classement et se lancer des défis.

Favoriser durablement la sécurité:

suva.ch/12x12



Martina Schmid,
responsable du
personnel, RIGI
BAHNEN AG

mySuva

«Aperçu des cas» et sécurité des données

Sous «Aperçu des cas», vous pouvez retrouver tous les cas déclarés et gérer les documents correspondants de façon simple et intuitive. Via mySuva, vous pouvez aussi poser des questions en lien avec un cas ou transmettre des pièces en quelques clics.

Madame Schmid, comment utilisez-vous l'«Aperçu des cas» dans votre entreprise?

Il nous est très utile: mySuva récapitule à un seul endroit toutes les informations sur les cas déclarés. Je trouve très pratique que l'aperçu par personne ait une structure claire, car cela nous permet d'avoir toutes les informations nécessaires sous la main, même pour des cas compliqués ou plus anciens.

Qu'en est-il de la protection des données?


Elle est capitale, car nous travaillons avec des données de santé sensibles, et mySuva respecte les plus hautes normes de sécurité. Seules les personnes autorisées peuvent accéder à l'«Aperçu des cas», ce qui me garantit que nos informations sont protégées.

Recommandez-vous donc l'«Aperçu des cas»?

Absolument. Il nous aide à gérer les cas de façon efficace et sûre. En l'associant à d'autres services comme l'aperçu des chiffres-indices, nous optimisons nos processus internes. Par exemple, nous avons relevé beaucoup de chutes et faux pas et, à titre de mesure de prévention, nous avons réservé le parcours d'embûches de la Suva.

suva.ch/mysuva

Plus de 67 000 entreprises assurées sont déjà enregistrées sur mySuva et utilisent ce portail pour collaborer en toute simplicité avec la Suva. **Sautez le pas, vous aussi!**

A photograph of two elderly individuals, a man and a woman, walking side-by-side in a factory or industrial setting. The man on the left is wearing a dark blue long-sleeved shirt and dark blue jeans. The woman on the right is wearing a light pink jacket and blue jeans. They are both smiling and looking towards the right. The background is a blurred industrial environment with various machinery and structures.

Uwe Margraf,
Alexandra Abatzis,
Patrick Bergdorf et
Julia Willi (de g. à d.).

Culture de prévention

Toujours en mouvement
pour apprendre ensemble



Chez Georg Fischer, apprendre fait partie intégrante de la culture d'entreprise. Quatre collaborateurs de l'entreprise nous montrent comment ils apprennent des événements et transmettent le savoir acquis.

Texte: Stefan Joss; photos: Samuel Trümpy



Apprendre ensemble: le conseil de Patrick Bergdorf

«Nous apprenons des informations issues d'autres sites de production. Nous nous sommes rendu compte qu'une machine d'étiquetage pouvait être dangereuse. Nous l'avons donc équipée d'une protection supplémentaire, que nous avons intégrée dans un projet pilote.»



Uwe Margraf et Julia Willi examinent la protection ajoutée à la machine d'étiquetage des cartons.

Uwe Margraf, Julia Willi, Alexandra Abatzis et Patrick Bergdorf nous reçoivent sur le site de production de GF Piping Systems à Schaffhouse, une division du groupe industriel Georg Fischer (GF). L'activité bat son plein: des bras robotisés s'agitent au-dessus de nous, des chariots élévateurs autonomes se déplacent. Les employés vérifient les machines. Le bruit est constant. C'est ici que l'on produit des éléments de raccords de diverses couleurs et dimensions.

Oui à l'esprit d'initiative

«À cause des machines et des outils, de petites flaques d'huile ou d'eau se forment parfois sur le sol», explique Uwe Margraf, préposé à la sécurité des sites de Schaffhouse et Subingen. «Nous utilisons des petites échelles partout. Dans le passé, elles ne tenaient pas assez bien sur les sols.»

Un jour, quelques membres de l'équipe ont pris l'initiative de remplacer les pieds d'une échelle. «Cela a suffi à la rendre stable: c'était incroyable», se souvient-il. Il a décidé d'intervenir: quelques mois plus tard, toutes les échelles du site de production étaient dotées de nouveaux pieds.

GF encourage activement l'initiative personnelle et ne lésine pas sur les moyens pour améliorer la sécurité: elle enregistre les accidents et en tire des leçons (voir entretien à droite).

«Chaque jour quelque chose de nouveau»

Après des études en promotion de la santé et en prévention, Julia Willi travaille depuis deux ans et demi comme spécialiste en gestion de la santé en entreprise (GSE) dans le centre de compétences en santé GF Health. «Avec notre GSE, nous misons sur la promotion de la santé et la prévention», déclare-t-elle.

Et pour elle, quelle est l'importance d'apprendre? «J'aime apprendre chaque jour quelque chose de nouveau.» Apprendre fait partie de son travail. «Chaque semaine, notre équipe fait le point sur les mesures en cours et les aspects à optimiser.»

L'équipe GSE interdisciplinaire est un élément important de GF Health. En 2021, à la demande d'un certain nombre, elle a organisé la tenue d'un cours de la Suva sur le stress et le sommeil, qui s'appelle aujourd'hui «Sommeil et gestion du stress».



Apprendre ensemble: le conseil d'Alexandra Abatzis

«Organiser un repas en commun lorsqu'un membre de l'équipe donne une présentation sur un thème spécifique est un bon moyen de renforcer la cohésion, de favoriser l'échange de connaissances et d'améliorer les résultats.»

«La formation couvrait les bases. Comme prévu, le personnel travaillant par équipe a souhaité des informations plus spécifiques», se rappelle Julia Willi. «Nous avons donc conçu un cours sur l'alimentation, l'activité physique et l'équilibre entre travail et vie privée. Un succès!» En 2022, un cours a été proposé pour les cadres sur la gestion des absences, en 2023 un événement sur la santé mentale et, en 2024, un parcours d'approfondissement sur le stress, la fatigue et l'alimentation. «Dans un souci de continuité, nous proposons chaque année le cours sur le travail par équipe aux nouvelles recrues.»

Performance, learning, caring

Alexandra Abatzis, Head Learning and Development, coordonne et met au point l'offre de formation du groupe industriel au niveau mondial. Les cours mêlent théorie et échange d'expériences en vertu du mot d'ordre «apprendre ensemble les uns des autres». Les jeux de rôle font également partie intégrante des cours, car ils permettent d'appliquer directement les acquis et d'avoir des retours. «Les cours sont appréciés: souvent, la demande est supérieure à l'offre», explique-t-elle.

En 2021, GF a introduit de nouvelles valeurs à l'échelle mondiale: performance, learning et caring. «La valeur caring caractérise notre entreprise. Nous voulons que les collaborateurs et collaboratrices se connaissent autant que possible et qu'ils se fassent mutuellement confiance», poursuit-elle. La sécurité psychologique est à la base de l'expérimentation. «Le fait que notre personnel prenne l'initiative de monter de nouveaux pieds est l'expression de >

Optimisation de la sécurité

Uwe Margraf, vous êtes préposé à la sécurité des sites de Schaffhouse et Subingen. Que faites-vous en cas d'accident?

Nous prenons des mesures immédiates, telles que secourir la victime, boucler le lieu de l'accident. Puis nous dressons le procès-verbal, qui sera enregistré dans un outil dédié. Durant les réunions que nous avons régulièrement avec les responsables de division, nous discutons des événements récents et définissons des mesures visant à mieux prévenir encore à l'avenir un tel accident.

Et en cas de presque-accident?

Nous abordons les situations à risque avec une double approche. D'une part, avec le «Gemba walk» hebdomadaire: chaque vendredi matin, trois personnes font le tour de l'entreprise pour vérifier qu'il n'y a pas de câbles qui traînent, d'étagères endommagées, etc. D'autre part, avec les «safety observations» effectuées indépendamment et régulièrement par les divisions et axées sur le comportement des collaborateurs et collaboratrices. Par exemple, portent-ils des lunettes de protection? Si nous observons une situation à risque, nous la notons, nous en discutons et nous y remédions. Les observations de sécurité servent aussi à identifier les comportements positifs: si une personne porte systématiquement tout l'équipement de protection individuelle, nous la complimentons et en prenons note.



Une des tâches d'Uwe Margraf consiste à prévenir les accidents dans les sites de production.

Quelles autres mesures adoptez-vous pour prévenir les accidents?

Pour les situations susmentionnées, nous examinons si l'évaluation des dangers doit être revue. Et puis il y a les audits: une fois par an, chaque division est vérifiée par nos soins et chaque site de production en Europe est contrôlé par un autre site de production.

Comment informez-vous le personnel?

La communication est centrale: nous partageons régulièrement nos connaissances et expériences avec l'ensemble du site de production, mais aussi avec d'autres sites, afin que tous puissent en profiter.

Apprendre ensemble: le conseil d'Uwe Margraf

«La sécurité doit être visible, par exemple grâce à un coin de solutions sur le site de production, avec des tableaux d'affichage pour discuter de la sécurité. L'idée est de chercher des solutions, pas des coupables. Pour apprendre ensemble.»



Apprendre ensemble: le conseil de Julia Willi

«Intégrez différents points de vue en favorisant les échanges avec les collaborateurs et collaboratrices d'autres secteurs afin d'améliorer la qualité de votre travail de prévention.»

la culture d'entreprise et de la valeur caring.» Patrick Bergdorf, responsable des processus de post-production, le confirme. Il fait partie de l'équipe chargée du conditionnement et de l'expédition des éléments produits. «Admettre ses erreurs n'est jamais facile. Chez GF, le fait d'en parler est perçu de manière positive. Les responsables de l'entreprise nous encourage à rechercher des solutions avec eux.»

Selon Alexandra Abatzis, la valeur learning a gagné en importance face à la pression croissante à laquelle l'entreprise fait face et qui s'explique par les changements du marché, la numérisation, les nouveaux outils et les processus en constante évolution. «Pour maintenir notre performance à un haut niveau, nous devons toutes et tous être disposés à apprendre continuellement.»

Le point de convergence

Un événement obligatoire dédié à la santé mentale et physique et à la sécurité au travail a lieu sur chaque site une fois par an.

L'équipe GSE interdisciplinaire, composée de quatorze personnes, se réunit à intervalles réguliers: autour de la table, des membres de la sécurité au travail, des ressources humaines, du conseil au personnel, mais aussi des représentants et représentantes du personnel, de la production et de la logistique, du service sanitaire interne et des sapeurs-pompiers. «C'est un rendez-vous important», résume Uwe Margraf. On se met d'accord, on travaille main dans la main et on expose son point de vue sur la sécurité et la santé. «Je suis heureux de faire partie de cette équipe. Nous unissons nos forces pour prévenir les accidents, pour permettre à nos collègues d'évoluer et à l'entreprise de s'améliorer.» ●



Grâce aux nouveaux pieds, les échelles du site de production sont plus stables.

Qu'est-ce que la culture de prévention?

Une culture de prévention concrète s'articule en six dimensions liées entre elles, la communication en constituant l'élément central (voir figure ci-dessous). Investissez dans ces champs d'action pour promouvoir la sécurité et la santé au travail et durant les loisirs. **Cet article traite de la dimension de l'apprentissage:** le personnel et les supérieurs sont disposés à apprendre, à suivre des formations et à recevoir des instructions en matière de sécurité et de santé. Les accidents et

presque-accidents sont analysés et transformés en situations constructives; les histoires et expériences positives sont également partagées pour en tirer des enseignements. Les connaissances acquises dans les différents domaines contribuent à améliorer la sécurité au travail et la protection de la santé.

Plus d'informations sur les dimensions de la culture de prévention:

suva.ch/culture-de-prevention



Entre fair-play et fautes

Quand le football coûte cher

Chaque année, près de 38 000 accidents de football sont à l'origine de blessures douloureuses pour les joueurs et les joueuses, et de centaines de milliers de journées d'absence pour les entreprises. Mais on oublie parfois qu'ils occasionnent aussi des coûts pour les assureurs et pour les entreprises.

suva.ch/football

38 000

Près de 38 000 accidents de football se produisent chaque année.*



Les assureurs-accidents accordent chaque année 25 rentes d'invalidité à des victimes d'un accident de football.

3800 francs

Un accident de football coûte en moyenne 3800 francs à l'assureur, principalement en indemnités journalières, frais de traitement et rentes.



600–1000 francs

Un jour d'absence coûte entre 600 et 1000 francs à une entreprise.



8400–14 000 francs

Quatorze jours d'absence coûtent à l'entreprise entre 8400 et 14000 francs.

Un accident de football entraîne en moyenne quatorze jours d'absence.**

14



suva.ch/action-fair-play

Un accident sur trois est le résultat d'une faute. Le module de prévention «3 actions de fair-play pour réduire les accidents» aide à sensibiliser le personnel à l'importance de la sécurité et du fair-play pour éviter de se blesser au football.

* La moyenne sur cinq ans a baissé en raison de la pandémie de coronavirus en 2020 et 2021. À cause des restrictions, les gens ont moins joué au football.

** Seules les absences à partir du troisième jour suivant la date de l'accident ont été prises en compte (jours indemnisés par l'assureur).



suva.ch/polluants-du-batiment

Règles et fiches thématiques sur la manipulation des matériaux contenant des PCB et des HAP.

Polluants de construction

Assainir sans risque

Si l'amiante est le polluant de construction le plus mortel connu en Suisse, il faut aussi faire preuve de prudence avec d'autres substances lors de travaux de transformation et de déconstruction, comme les PCB et les HAP. Avant d'activer la pelle mécanique, des diagnostics sont indispensables.

Texte: Deborah Burri; illustrations: tnt-graphics

Avec sa filiale Anliker Spezialitäten AG, le groupe ANLIKER dispose depuis 2015 d'une entreprise spécialisée dans la transformation et la déconstruction de matériaux de construction renfermant des polluants. Il serait faux de croire que ces substances nocives se limitent à l'amiante. Avec Hansueli Ziegler, directeur de Anliker Spezialitäten AG, nous avons parlé des PCB et des HAP. Une chose est sûre: il est impératif de manipuler les matériaux dangereux correctement.

Biphényles polychlorés (PCB)

Les polychlorobiphényles ou biphényles polychlorés, désignés par l'abréviation PCB, sont des substances chimiques synthétiques qui étaient utilisées dans différents produits et matériaux de construction jusqu'au milieu des années 1970, par exemple comme plastifiant dans les

masses d'étanchéité des joints et les peintures. En 1972, la Suisse a interdit l'utilisation des PCB en raison de leur nocivité pour l'être humain et l'environnement, d'abord dans les systèmes ouverts (peintures, masses d'étanchéité, substances et papier), puis de manière générale en 1986.

Hydrocarbures aromatiques polycycliques (HAP)

Dans les bâtiments construits avant 1990, il faut s'attendre à trouver des matériaux contenant du goudron. Le goudron est une substance annexe de la production de gaz à partir de charbon qui contient une forte concentration d'hydrocarbures aromatiques polycycliques (HAP) cancérigènes. En raison de son étanchéité et de ses propriétés hydrofuges et isolantes, le goudron a été utilisé par exemple dans des isolations en liège, des remblais et des colles de parquet. >



Les PCB et les HAP sont absorbés par inhalation de poussière contaminée, mais aussi par contact cutané avec des matériaux qui en contiennent.



Que faire si vous suspectez la présence de PCB ou de HAP

1

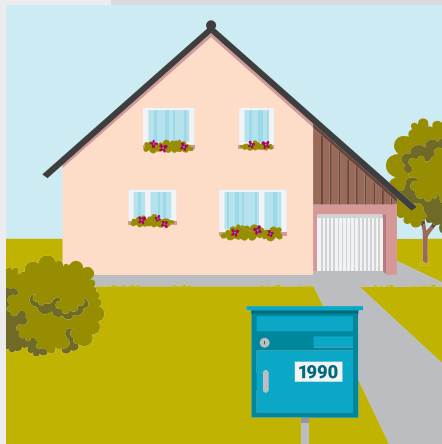
Vérifier l'année de construction

Si le bâtiment a été construit avant 1990, il peut renfermer des polluants comme les PCB, les HAP et, bien entendu, l'amiante.

2

(Re)connaître les zones critiques

Les PCB se trouvent surtout dans les anciennes masses d'étanchéité des joints, les peintures, les vernis et les crépis, et les HAP dans les matériaux de construction contenant du goudron (p. ex. isolations en liège, remblais et colles de parquet).

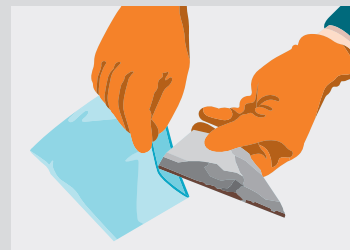


3

Identifier les polluants

Si vous suspectez la présence de polluants, vous devez procéder aux clarifications nécessaires avant le début des travaux:

- Sait-on quel matériau critique est concerné par la transformation? Vous pouvez en prélever un échantillon et l'envoyer à un laboratoire pour analyse.
- S'agit-il d'un projet d'assainissement total susceptible de concerner plusieurs matériaux critiques? Le cas échéant, vous devriez faire appel à un diagnostiqueur des polluants de construction pour examiner la situation sur place.



4

Intervention de personnes expertes

La manipulation des matériaux contenant des PCB et des HAP doit être confiée à une entreprise spécialisée. Des règles à ce sujet figurent dans les fiches thématiques sur suva.ch/polluants-du-batiment

En présence d'amiante, il est généralement nécessaire de faire appel à une entreprise de désamiantage reconnue par la Suva.

Pour en savoir plus: suva.ch/88327.f



Vous trouverez ici une liste de laboratoires d'analyse d'échantillons de matériaux, de spécialistes du diagnostic des polluants de construction ainsi que d'entreprises d'assainissement. forum-amiante.ch/intervenir



De multiples portes d'entrée dans l'organisme

Une prudence particulière s'impose lors des travaux d'assainissement et de déconstruction, qui peuvent entraîner la libération de grandes quantités de poussières nocives. Les polluants pénètrent dans l'organisme par les voies respiratoires. Mais les PCB et les HAP peuvent aussi être absorbés par la peau non protégée. De plus, les PCB sont difficilement dégradables: une fois dans l'environnement, ils peuvent s'accumuler dans la chaîne alimentaire, par exemple chez les poissons.

On ne plaisante pas avec les HAP et les PCB

Le corps humain aussi peine à éliminer les PCB. Ils s'accumulent dans le tissu adipeux et, s'ils sont absorbés en grandes quantités, ils peuvent entraîner des problèmes de peau, endommager le foie, la rate et les reins ainsi qu'affaiblir le système immunitaire. En outre, les PCB peuvent nuire à la fertilité ou au développement du fœtus.

On sait que les substances contenant des HAP sont cancérigènes: le risque augmentant avec la durée et le degré d'exposition, le danger dépend donc de la dose.



Hansueli Ziegler, directeur de Anliker Spezialitäten AG

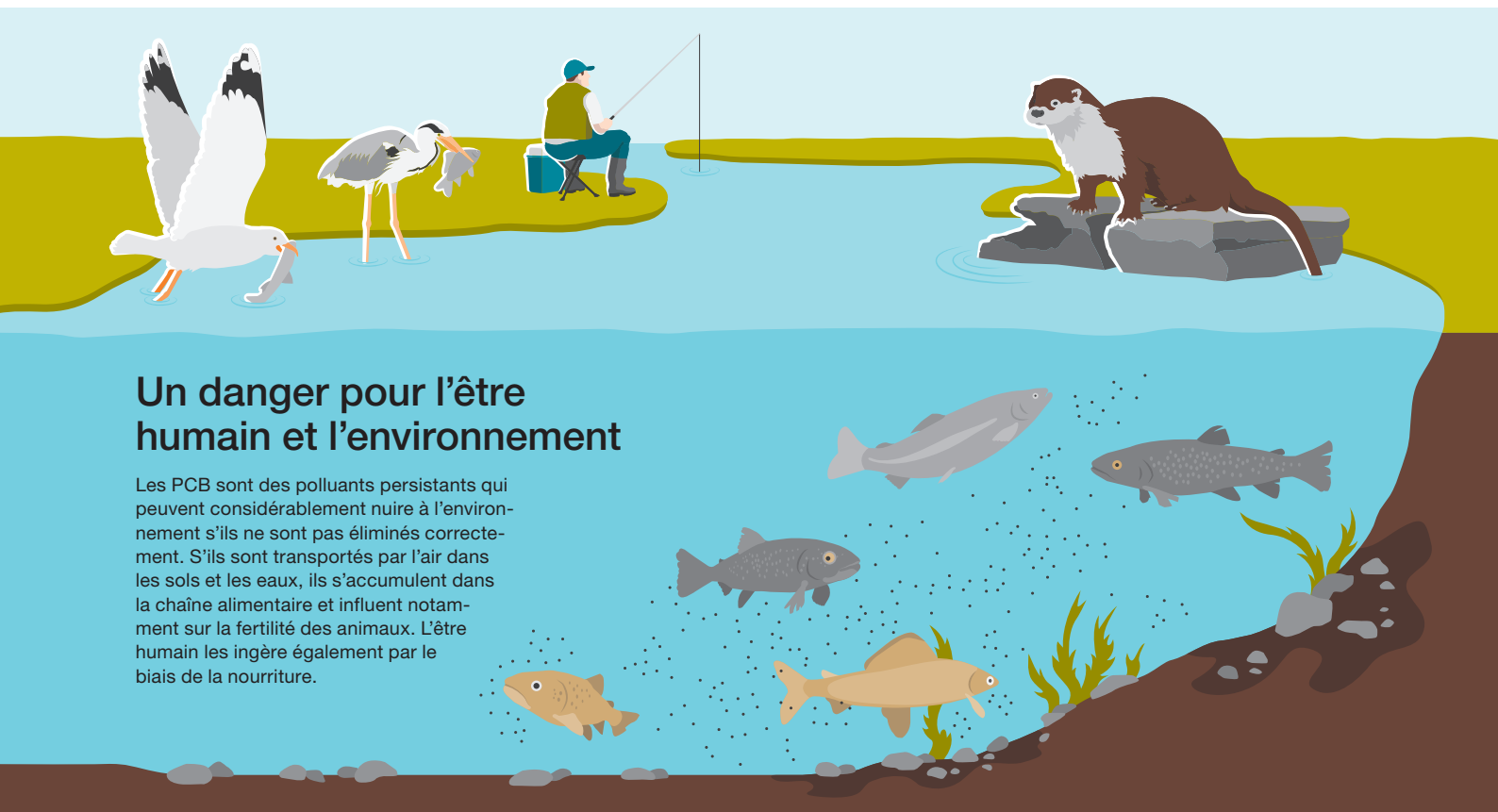
Identifier les PCB et les HAP

Vous vous demandez comment identifier ces polluants? Comme pour l'amiante, il n'est malheureusement que rarement possible de les repérer à leur odeur ou leur aspect. Mais il existe des indices pour vous mettre sur la piste. «Le type et l'année de construction, le moment où certains matériaux ont été remplacés et un dossier de construction bien documenté peuvent

renseigner sur la probable présence de PCB ou de HAP», explique Hansueli Ziegler. Une analyse professionnelle des polluants avec examen des échantillons prélevés peut fournir une réponse définitive.

Comment procéder en cas d'assainissement et de déconstruction

En principe, si le bâtiment a été construit avant 1990 et que vous suspectez la présence de PCB ou d'HAP, vous devez toujours effectuer une analyse des polluants avant de réaliser des travaux de transformation ou de déconstruction. Si le résultat est positif, il convient de charger une entreprise spécialisée disposant d'un personnel formé ainsi que de l'équipement et du savoir-faire nécessaires de procéder à un assainissement approprié afin d'éviter la libération incontrôlée des polluants. Hansueli Ziegler met en garde: «La pollution intérieure après des travaux incorrectement exécutés peut être nettement plus élevée qu'avant l'assainissement». Cela met en danger les personnes travaillant sur place, mais aussi les futurs usagers du bâtiment et l'environnement. Les PCB, en particulier, peuvent se retrouver dans la chaîne alimentaire et nuire à la santé humaine. ●



Un danger pour l'être humain et l'environnement

Les PCB sont des polluants persistants qui peuvent considérablement nuire à l'environnement s'ils ne sont pas éliminés correctement. S'ils sont transportés par l'air dans les sols et les eaux, ils s'accumulent dans la chaîne alimentaire et influent notamment sur la fertilité des animaux. L'être humain les ingère également par le biais de la nourriture.

Ça Carte à tiques

Après une longue randonnée, vous découvrez par hasard une tique sous l'aisselle. Votre pouls s'accélère: il faut agir sans attendre. Plus vite la tique est retirée, plus le risque de transmission d'agents pathogènes est réduit.

suva.ch/tiques



La carte à tiques: pratique en balade

Légère, maniable et à peine plus grande qu'une carte de crédit, cette alliée utile est toujours à portée de main. Que vous la gardiez dans la poche de votre pantalon ou le portefeuille, la carte à tiques, avec son encoche précise, vous aide à retirer les tiques rapidement et en toute sécurité, sans les abîmer. Indispensable pour les fans de nature!

Une pincette: la meilleure solution pour chez soi

Vous avez découvert une tique? Pas de panique! Attrapez-la avec une pincette ou une pince à tiques près de la peau et retirez-la lentement sans tourner. Si vous n'avez rien sous la main, vos ongles feront l'affaire. Ensuite, désinfectez bien la zone concernée afin de prévenir toute infection. Si la tête reste dans la peau, il faudra la retirer dans un deuxième temps à l'aide d'une pincette.

La prévention pour éviter toute morsure

Couvrez-vous bien avec des vêtements fermés. Les tissus clairs permettent de mieux repérer les tiques pour les retirer avant qu'elles ne mordent. Utilisez également un produit anti-tiques. Vérifiez bien que vous n'avez aucune tique sur le corps ou vos vêtements. Si vous vous rendez dans une région à risque, faites-vous vacciner contre l'encéphalite à tiques.

→ Commande de matériel anti-tiques: sapro.ch



Paolo Binda, HSE manager chez The Swatch Group Assembly à Genestrerio (TI).



L'ergonomie comme mesure de prévention

Paolo Binda, HSE manager chez The Swatch Group Assembly SA, anticipe en misant sur la prévention des effets des contraintes physiques excessives. Avec le soutien de la direction, il a mis au point une série de mesures bénéfiques pour l'équipe d'assemblage des montres, par exemple des pauses actives supplémentaires.

Texte: Regina Pinna-Marfurt; photo: Simone Mengani



«Nous voulons instaurer des moments de détente pendant le travail pour contrebalancer les postures qui favorisent l'apparition de troubles musculosquelettiques.»

Paolo Binda

Mesures

«À partir de cette analyse, nous avons trouvé une méthode particulièrement efficace, en l'occurrence introduire le matin et l'après-midi une pause dédiée à des étirements pendant le temps de travail. Nous avons adapté les horaires en fonction. Pour améliorer immédiatement la posture lors de l'assemblage, nous avons également proposé quelques mesures ergonomiques simples, directement au poste de travail. Ensuite, nous avons formé des groupes de pairs afin de renforcer la conscience qu'à l'équipe de l'importance d'un aménagement ergonomique des postes de travail.

Nous voulions instaurer des moments de détente pendant le travail pour contrebalancer les postures qui favorisent l'apparition de troubles musculosquelettiques comme les inflammations (tendinites), les contractures aux épaules ou les douleurs dorsales. Après un certain scepticisme initial, nous recevons depuis deux ans des retours positifs de la part du personnel.»

Défi

«The Swatch Group Assembly est le plus grand assembleur de montres Swiss made. À Genestrerio, l'équipe assemble des modèles pour sept marques de Swatch Group. Pour la prévention des contraintes physiques excessives, le défi consistait à déterminer précisément le risque futur que comportent les gestes d'assemblage répétitifs. Avec la direction, nous avons donc analysé individuellement chaque étape de travail d'un point de vue ergonomique et demandé conseil aux spécialistes de la prévention de la Suva.»

Résultats

«Mon intention a toujours été claire: impliquer toujours davantage notre équipe dans la prévention et la protection de sa santé au poste de travail. Le personnel est un élément crucial de notre solution et du processus d'amélioration continue. Nous évaluons donc avec transparence toute remarque visant à optimiser ces mesures. Avec l'aide de la Suva, nous recherchons en permanence de nouveaux exercices pour varier les séries d'étirements.» ●



conseils de Paolo Binda

- 1 Réfléchir et agir en pensant à l'avenir est d'une importance décisive pour faciliter l'adoption de changements dans les processus de travail.
- 2 La sécurité est un travail d'équipe: tout le monde peut et doit mettre la main à la pâte.
- 3 La communication est la clé pour atteindre les résultats souhaités et instaurer une culture de sécurité dans une entreprise de production grâce à des exemples concrets et partagés.

Exercices de relaxation et de renforcement au poste de travail

Le module de prévention de la Suva «move@work» s'adresse au personnel de l'administration et du secteur industrie, arts et métiers. Sous la supervision d'un ou d'une spécialiste, le groupe participant apprend des exercices simples pour prévenir les sollicitations inappropriées et éliminer les tensions.

Recherchez «move@work» sur [suva.ch/modules-de-prevention](https://www.suva.ch/modules-de-prevention)



Règles vitales

Code QR vers les vidéos explicatives

Avez-vous déjà vu un code QR dans un support pédagogique ou un dépliant sur les règles vitales? Essayez-le: pour chaque règle, il vous redirige vers la vidéo explicative correspondante. Des vidéos sont disponibles pour tous les ensembles de règles actuels. Elles présentent les messages aux cadres et au personnel sous forme visuelle et expliquent ainsi les enjeux de façon

simple. La plupart des supports imprimés à ce sujet contient déjà des codes QR, et d'autres sont en train d'être retravaillés pour en ajouter. Toutes les vidéos se trouvent sur suva.ch.

Les règles vitales permettent de préserver des vies
Page web avec vidéos explicatives: suva.ch/regles

Services en ligne

Annoncer facilement des travaux de construction

Divers travaux de construction doivent être annoncés à la Suva: désamiantage, déconstruction d'ouvrages amiantés avec des pelleteuses, travaux souterrains, travaux d'abattage de roches. Vous pouvez désormais le faire facilement en ligne sur suva.ch ou via le portail clients my-Suva, deux options plus pratiques que les formulaires d'autrefois et permettant d'accéder à vos annonces à tout moment.

Travaux soumis à l'obligation d'annoncer

Vue d'ensemble:

suva.ch/annonce-travaux

Culture de prévention

Offre de coaching à long terme

Qu'en est-il de la culture de prévention dans votre entreprise? Que faire pour qu'elle soit durable? Avec notre nouvelle offre de coaching de projets de groupe, nous vous aidons à trouver les moteurs et freins à une culture de prévention efficace et à élaborer des mesures concrètes sur cette base.

Coaching pour une culture de prévention durable

Module de prévention avec spécialiste, payant:

suva.ch/modules-de-prevention

> Rechercher «Coaching»

Maison, travaux domestiques, jardin

Conseils pour être en sécurité chez soi

Notre chez-soi renferme plus de dangers que ce que nous pensons: à la maison, lors de travaux domestiques ou au jardin, les accidents sont vite arrivés. Nos nouvelles pages web sur la sécurité à domicile sont une mine de conseils utiles pour les prévenir et ainsi continuer à utiliser échelles, escaliers, couteaux ou outils de jardinage chez vous sans drame.

Conseils pour que la maison reste un endroit où l'on se sente bien

Pages web:

suva.ch/maison-jardin



Supports pédagogiques et FAQ Travailler en sécurité sur des échelles

Nous avons ajouté des éléments importants à l'offre d'information au sujet des échelles sur suva.ch. Outre une page web sur les échelles à plateforme légère, une présentation PowerPoint permettant de former le personnel à leur utilisation est disponible. Une autre page web répondant à des questions fréquentes permet de clarifier les doutes concernant les travaux avec des échelles.

Nouvelles publications sur les échelles

Page web échelles à plateforme:

suva.ch/echelle-a-plateforme

Instruction échelles à plateforme:

suva.ch/13104.f

FAQ: suva.ch/echelles-faq

Publications

Vous avez la possibilité de commander nos publications en ligne en indiquant le numéro de référence dans le champ de recherche sur suva.ch

Nouveautés ou rééditions sur suva.ch

Vous trouverez une liste de toutes les nouvelles publications et des publications remaniées sur la prévention des accidents et des maladies professionnelles sur suva.ch/publications

Chantier de désamiantage – Plan de travail

Nouvelle fiche thématique A4:

suva.ch/33105.f

Formation de «spécialiste en désamiantage»

Nouvelle page web:

suva.ch/tcdp

> Construction et maintenance

Transfert de personnes dans le secteur des soins

Questionnaire (A4) d'évaluation
des contraintes corporelles:

suva.ch/88305.f

Nous vous aidons à obtenir la conformité CE

Nouvelle page web:

suva.ch/conformity

Valeurs limites d'exposition aux postes de travail

Feuillelet d'information A5:

suva.ch/1903.f

Travaux dans une atmosphère appauvrie en oxygène

Feuillelet d'information A4:

suva.ch/66123.f



Coffrages de dalles

Fiche thématique A4:

suva.ch/33033.f

Bruit aux postes de travail

Feuillelet d'information A4:

suva.ch/44057.f

Vos obligations en matière de sécurité au travail et de protection de la santé

Nouveau factsheet A4:

suva.ch/88345.f

Raboteuses portatives

Liste de contrôle A4:

suva.ch/67015.f

Scies circulaires à main

Liste de contrôle A4:

suva.ch/67016.f

Fouilles et terrassements

Liste de contrôle A4:

suva.ch/67148.f

Votre avis au sujet de «benefit»

Ce numéro de «benefit» vous a-t-il plu?
Participez à notre sondage avant le
30 mai 2025 pour tenter de remporter
l'un des magnifiques prix mis en jeu.

Accéder au sondage:

suva.ch/sondage-benefit



1^{er} prix:
purificateur
d'air



2^e prix: casque
de cycliste



3^e prix:
thermos

Les accidents du travail gâchent les loisirs. Protégez-vous.

Conseils à suivre pour votre sécurité:
suva.ch/securite

La vie est plus belle sans accident.