



Séances d'échauffement sur les chantiers



Axe 3: Être leader dans nos métiers en matière de sécurité et de protection de la santé

- > Action 3.1 : Tendre vers un niveau élevé de prévention et le décliner sur tous les continents

 **Entité** : Bouygues Entreprises France-Europe

 **Unité Opérationnelle** : Pertuy Construction – Norpac – GTB Construction – DV Construction

Présentation de l'action

- > **Objectif** : Limiter les risques d'atteinte physique des compagnons, prévenir les risques de blessures musculaires et les risques d'apparition de troubles musculo-squelettiques.
- > **Descriptif** :



La pratique de l'échauffement sur les chantiers a été mise en place suite au constat de blessures musculaires fréquentes à la prise de poste et sur l'idée que l'activité des compagnons peut être comparée à celles des sportifs de haut niveau.

Cet échauffement musculaire a pour objectif de permettre un réveil à la fois musculaire et mental, afin de préparer le corps à travailler dans les conditions du chantier avec l'état d'esprit sécurité.

Afin de réaliser cette pratique dans des conditions optimales, Bouygues Entreprises France-Europe a conclu un partenariat avec le groupe GPS SANTE dont l'activité principale est la réalisation de prestations de service axées sur la prévention de la santé, le maintien et l'amélioration des capacités physiques.

Le dispositif de l'échauffement est mis en place sur les chantiers selon un processus commun à l'ensemble des filiales Bouygues Entreprises France-Europe dans le but d'harmoniser cette pratique.

L'échauffement se pratique tous les jours de la semaine, à la prise de poste des compagnons, pendant 10 minutes. Il est intégré au temps de travail. Il se compose

d'exercices adaptés à la condition physique des compagnons. Il est réalisé en tenue de travail, dans un souci d'être au plus proche des conditions réelles de leur activité.

Avant la mise en place de l'échauffement, une réunion de sensibilisation est organisée pour sensibiliser et expliquer aux compagnons cette démarche. Afin de sécuriser l'échauffement, des tests sont réalisés auprès de chaque compagnon lors de la mise en place sur le chantier, comprenant un bilan physique et un questionnaire de ressenti. Ces tests sont de nouveau pratiqués après une période significative permettant de mesurer à moyen terme l'efficacité du dispositif.

Depuis sa mise en place, les retours des chantiers sont très positifs. D'une part, l'échauffement est considéré comme un moment convivial par les compagnons, d'autant que les chefs de chantier et l'encadrement travaux le pratiquent également (indispensable pour la réussite de la démarche). D'autre part, les tests réalisés auprès des compagnons nous permettent aujourd'hui d'affirmer que l'échauffement a un impact positif sur la capacité physique de nos compagnons.

Cette pratique s'inscrit dans une démarche plus globale qui vise une meilleure prise en compte de la santé des compagnons et s'accompagne donc d'une sensibilisation à la pratique des bons gestes et postures au quotidien et à la pratique d'exercices d'étirements.

A terme, le but est de former des compagnons compétents qui pourront prendre le relais de l'éducateur sportif et animer les futures séances d'échauffement sur chantiers, en parfaite autonomie.

 **Partenaire(s) éventuel(s) :** Groupe GPS SANTE

 **Date de lancement :** Novembre 2007

Indicateurs : Nombre de chantiers où l'échauffement est mis en place
Diminution des AT avec lésion musculaire en début de journée
Amélioration de la capacité physique (souplesse, débit cardiaque, etc.)
Pourcentage de compagnons adhérant à la démarche