



## LA ROUTE POUR TOUS - Newsletter

Prévention & Sécurité Routières

Prevention & Road Safety

### Mai 2010

#### PREVENTION ACTIVE



T.M.S.

Les **troubles musculo-squelettiques (TMS)** sont la **première cause de maladie professionnelle** dont le nombre, depuis une décennie, **croît de 15 à 18 % par an**.

Toutes les professions sont concernées et touchées par ces pathologies.

Ces troubles affectent les muscles, les tendons, les nerfs des membres et la colonne vertébrale.

Les facteurs amenant aux TMS sont nombreux, dont :

- facteurs **biomécaniques** : sollicitations inadaptées et répétitives des articulations ;
- facteurs **environnementaux** : froid, chaleur, stress, vibrations, ... ;
- facteurs **organisationnels** : changement de poste fréquent, de matériel, de logiciels, manque de formations adaptées, manque d'entraide possible, de concertation, ... ;
- ...

Les **usagers** de la **route** ne sont pas épargnés par les **TMS**. Ces troubles sont aussi connus chez les conducteurs, cyclistes et piétons.

Les **douleurs** que génèrent ces pathologies **réduisent** de façon significative les **capacités de concentration** sur le poste de **conduite**. Les médicaments prescrits sont souvent marqués des **pictogrammes** du niveau 2 voire 3, rendant la **conduite** du véhicule par l'intéressé particulièrement **risquée**.



**Soyez très prudent**  
Ne pas conduire sans l'avis  
d'un professionnel de santé



**Soyez prudent**  
Ne pas conduire  
sans avoir lu la notice



**Attention, danger :  
ne pas conduire**  
Pour la reprise de la conduite,  
demandez l'avis d'un médecin

Christophe CIERPUCHA

[christophecierpucha@laroutepourtous.fr](mailto:christophecierpucha@laroutepourtous.fr) - <http://www.laroutepourtous.fr>

06.15.44.92.81. - 03.44.09.48.75.

Code SIRET : 513 847 947 00019 - code NAF : 7022Z



## LA ROUTE POUR TOUS - Newsletter

Prévention & Sécurité Routières

Prevention & Road Safety

Les douleurs et les difficultés à se mouvoir combinées aux effets dus à la prise de certains médicaments, rendent les différents trajets (domicile/travail - missions) pénibles pour l'intéressé.

Les **TMS** peuvent engendrer des **arrêts** de courte durée, prescrits par la médecine du travail. Mais des arrêts de **longue durée** peuvent être imposés pour des prescriptions de **repos** et/ou de **soins**, voire des **opérations**.

Dans tous les cas, l'**absentéisme** généré **perturbe** la **production**, le **fonctionnement** du poste du travail, imposant aussi le **remplacement** temporaire et provoquant de ce fait un **surcoût** de **gestion** et de **formation**.



Afin de **lutter efficacement** contre les troubles musculo-squelettiques, l'entreprise doit s'inscrire dans une **démarche** collective de **prévention**.



De nombreux **outils** aident à l'**analyse** des **risques** sur les différents postes de travail. Le poste de **conduite** est un **poste de travail**, que la conduite soit dans le cadre de missions ou lors des déplacements dits de trajet (domicile/travail).

Une nouvelle année scolaire est sur le point de s'achever.

Pour les quelques semaines à venir et après une année scolaire, certains enfants sont tentés de vouloir faire le trajet seul pour se rendre en classe.

L'enfant n'ayant pas la même perception des distances que ses aînés, il est indispensable de lui laisser le temps de s'adapter à l'analyse des situations et des distances.

Pour leur sécurité, il est important de respecter cette règle indiquant que chaque enfant **âgé de moins de 13 ans** doit être **accompagné** d'un **adulte**.

Encore **trop d'accidents d'enfants** sont à signaler sur le **chemin** de l'école.

**PREVENTION  
ACTIVE**



Christophe CIERPUCHA

[christophecierpucha@laroutepourtous.fr](mailto:christophecierpucha@laroutepourtous.fr) - <http://www.laroutepourtous.fr>

06.15.44.92.81. - 03.44.09.48.75.

Code SIRET : 513 847 947 00019 - code NAF : 7022Z



## LA ROUTE POUR TOUS - Newsletter

Prévention & Sécurité Routières

Prevention & Road Safety

### PREVENTION ACTIVE



**mariages**  
**barbecues**  
**célébrations - séjours**



**soirées entre amis**

**week-end - semaine**

Cette période de l'année annonce une longue période où les occasions de faire la **fête entre amis** sont nombreuses.

Les **mariages, célébrations, ...** sont des manifestations qui sont organisées le week-end, deux jours de pause qui achèvent une semaine de travail. En semaine, il est fréquent qu'une soirée « **barbecue** » soit improvisée pour s'entourer de ses amis, soirée succédant à une journée de travail génératrice de **fatigue**.

Dans l'**organisation** de ces événements, il est essentiel de ne pas négliger quelques **points importants**.

La **fatigue**, signe méconnu et généralement délaissé, est l'une des principales **causes d'accidents** de la **route** à hauteur :

- ⚠ **30 %** des accidents sur **autoroute** ;
- ⚠ **20 %** des accidents sur la **route**.

Tout en préparant l'arrivée des **invités**, il est vivement recommandé de se soucier de leur **retour**.

Le départ des convives doit être planifié tout en évitant les **plages horaires** particulièrement **accidentogènes** qui sont :

- ⚠ de 13 à 16 heures ;
- ⚠ de 2 à 5 heures.



Lors de ces plages horaires, le risque d'accidents est **5 fois** plus important.

La **fatigue** est **accentuée** par la prise d'**alcool**, qui provoque un endormissement **difficilement décelable** par les intéressés. L'alcool provoquant un sentiment de bien-être et un faux sentiment de confiance en soi.

*Le retour des invités est aussi important que l'accueil qui leur est réservé.*

Christophe **CIERPUCHA**

[christophecierpucha@laroutepourtous.fr](mailto:christophecierpucha@laroutepourtous.fr) - <http://www.laroutepourtous.fr>

06.15.44.92.81. - 03.44.09.48.75.

Code SIRET : 513 847 947 00019 - code NAF : 7022Z