

Prévention **des A**ccidents **et M**aladies **de l'A**ppareil **L**ocomoteur

Sensibiliser et mobiliser tous les acteurs
Observer les contraintes, dépister les risques
Améliorer collectivement les situations à risques
Proposer aux opérateurs des outils de régulation physique
Intégrer l'action PAMAL dans une démarche globale et durable

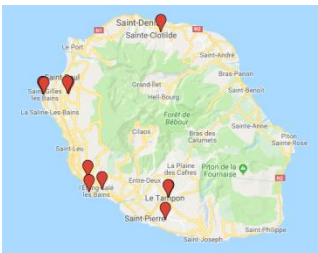
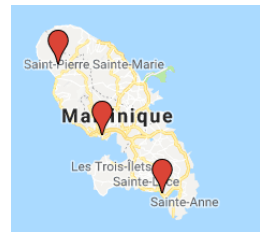


Présentation de KFP

- Fédération de 25 associations départementales ou régionales regroupant 300 kinési-préventeurs.
- Un Conseil scientifique chargé d'harmoniser et de valider les compétences et les pratiques du réseau
- Des congrès diffusant les bonnes pratiques
- Des partenaires institutionnels (mutuelles, caisses d'assurances maladie, sociétés savantes, services de l'état, collectivités)



Le réseau





Pour en savoir plus..



www.kinefranceprevention.fr

L'acronyme PAMAL



Prévention : primaire, secondaire et tertiaire, des risques environnementaux et personnels.

des **A**ccidents : du travail liés aux manutentions, gestes et postures, accidents de plain pied mais également domestiques.

et **M**aladies : professionnelles (tableaux 57, 98) mais également personnelles.

de l'**A**ppareil **L**ocomoteur : ramenant à la globalité systémique corporelle.

- Les 2/3 des accidents du travail et les 3/4 des maladies professionnelles concernent l'appareil locomoteur et représentent l'essentiel des coûts sociaux et économiques liés aux problèmes de santé/sécurité au travail.
- Les causes de ces accidents et maladies sont multiples : organisationnelles, environnementales, psycho-sociales et individuelles.



Objectifs

1. Permettre aux participants d'agir sur la part personnel du risque physique
2. Permettre aux managers d'agir sur la part environnementale du risque physique
3. Réduire les ATMP liés au risque physique
4. Prévenir les restrictions et inaptitudes médicales aux postes, pour TMS
5. Améliorer la Qualité de Vie au Travail
6. Améliorer la performance des équipes en agissant sur le lien travail/santé/performance



Participants

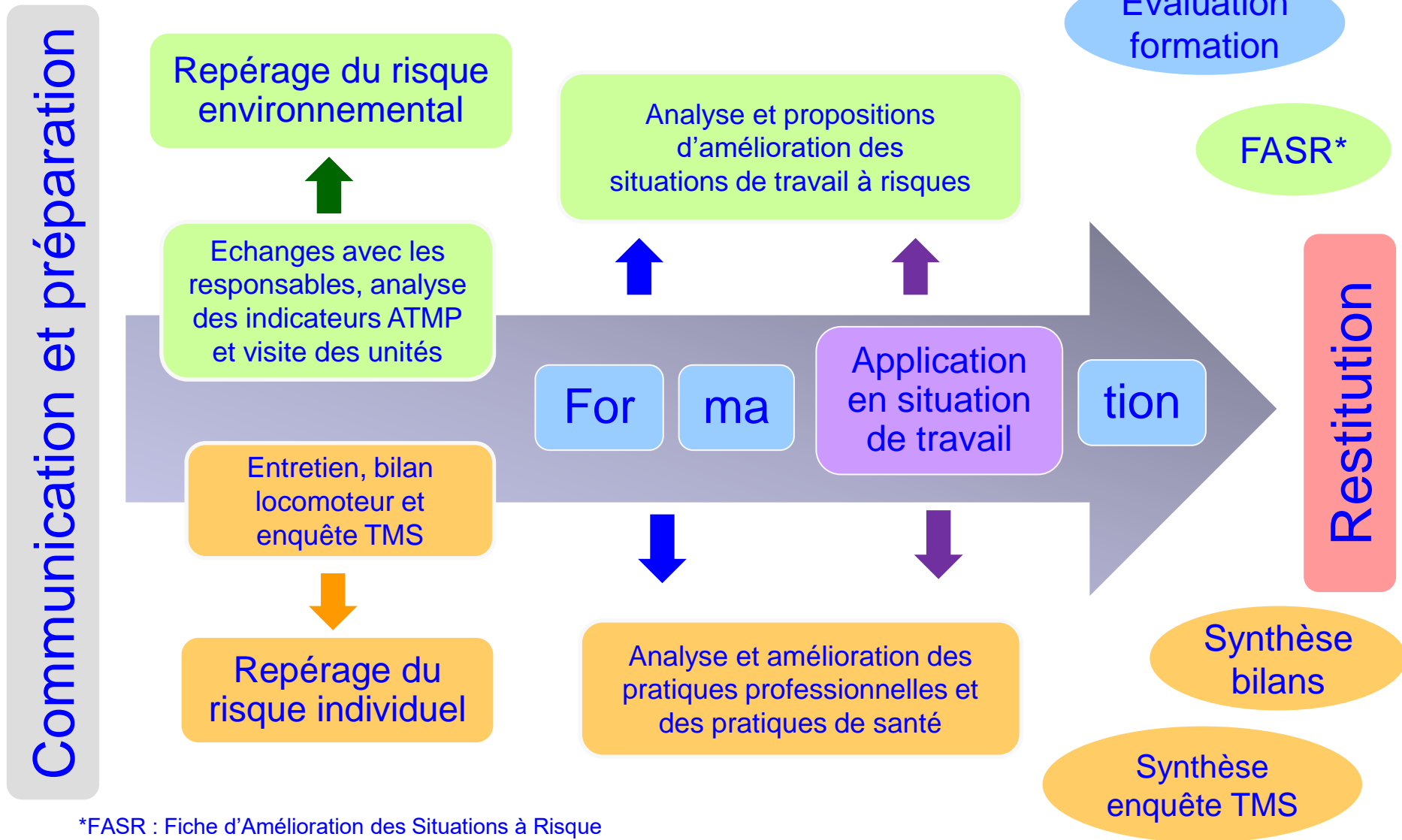


- 5 à 10 salariés, ayant assisté à une réunion d'information (ou atelier découverte) et volontaires pour participer à la formation
- La durée des séances de la formation collective est proportionnelle au nombre de participants
- La présence dans le groupe « pilote » d'un responsable HSE, ou IDEST, ou élu CHSCT est souhaitable



- Des kinési-préventeurs, formateurs PAMAL certifiés par Kiné France Prévention
- Ayant suivi un parcours de formation au sein du réseau KFP
- Ayant bénéficiés de tutorats en entreprise
- Conseillers et accompagnés par l'équipe KFP
- Utilisant les supports et outils validés par KFP
- Mutualisant leurs retours d'expérience à l'occasion des journées nationales PAMAL et des congrès KFP





*FASR : Fiche d'Amélioration des Situations à Risque

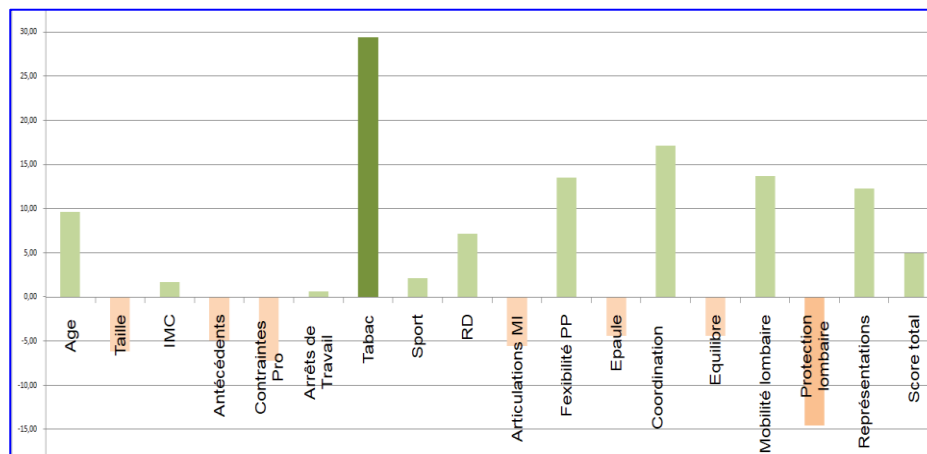
1. Présentation au Codir, au CHSCT
2. Réunion de préparation avec les responsables RH/HSE et les responsables des unités concernés
3. Présentation de l'action aux salariés des unités concernées
4. Constitution d'un groupe de volontaire



1. Visite globale des unités concernées : observation des locaux, équipements, postes et situations de travail..
2. Etude de documentation : DUERP, fiches de poste, indicateurs ATMP..
3. Réalisation d'enquêtes : Questionnaire Nordique (TMS), FIFARIM (manutentions)..



- Evaluation des facteurs de risques personnels
- Tests de capacités physiques et de savoir-faire posturo gestuels.
- Dépistage et ré-harmonisation des limitations fonctionnelles
- Recommandation de mouvements préventifs et conseils de santé.
- Possibilité de réaliser des enquêtes épidémiologiques et des bilans de contrôle à distance





- Comprendre le fonctionnement de l'appareil locomoteur
- Développer l'écoute corporel et le « prendre soin de soi »
- Pratiquer des mouvements préventifs et compensatoires
- Améliorer les gestes et pratiques de métier
- Améliorer les situations à risque

- Auprès des salariés qui participent à la formation
- En binôme avec un manager de proximité et/ou un préventeur de l'établissement
- Observation les situations à risque, recherche d'amélioration
- Confronter les stratégies gestuelles et les pratiques professionnelles, proposer des améliorations
- Réaliser des vidéos qui seront utiliser sur les temps de formation collective (pour les disputes de métier)
- Reporter les infos sur la FASR



- Le kinési-préventeur recommande les mouvements préventifs et compensatoires adaptés à chaque salarié (grâce au bilan) et à chaque activité/poste de travail (grâce à la visite)
- Utilisation du livret et d'une fiche d'aide à la pratique lors de la formation et entre les séances
- Pratique au poste et chez soi entre les séances de formation
- Possibilité de mettre en place des séances de pratique collectives (Réveil corporel en début de poste, étirements en fin de poste..) animées par des référents formés

**Formation
collective**

**Application en
situation de travail**



- Analyse des contraintes et des stratégies à partir des vidéos.
- « Disputes de métiers » entre salariés, pour faire émerger des améliorations de pratiques professionnelles.
- Essais de nouvelles stratégies entre les séances.
- Apprentissage de quelques gestuelles fondamentales sur des situations à risques (port de charge) en tenant compte des variabilités inter opérateurs.
- Recommandations sur les stratégies gestuelles (en générales plusieurs pour une même situation) qui font consensus.

**Formation
collective**

**Application en
situation de travail**



1. Présentation de la **Fiche d'Amélioration des Situations à Risque** en CHSCT, en réunion d'information...
2. Ouverture de la FASR lors des visites préparatoires
3. Implication des participants dans la construction de la FASR, lors des séances de formation
4. Validation collective de la FASR lors de la synthèse
5. FASR Soumise au HSE après la formation
6. FASR Restituée en CHSCT, Copil TMS.. et transmise au médecin du travail, après la formation

**Formation
collective**

**Application en
situation de travail**



Unité/Service	Poste/Situation	Description/astreintes/contraintes	Propositions d'améliorations	Suivi (Non Retenu, En Attente, Partiellement Réalisé, Réalisé)	Observations (ce qui reste à faire ou autre)
Accompagnement PAPH	Accompagnement PAPH	Accompagnement des personnes âgées en voiture : TMS dos : lombalgies, sciatique hernie discales.	Vérifier les capacités physiques de la personne (un minimum d'appui niveau membres inférieurs pour éviter les situations de « porté » respect de la réglementation code du travail décret Mise à disposition d'une ceinture de transfert	Réalisé	Achat voiture, Disque à disposition, capacité de la personne vue en évaluation à domicile
Aide à domicile	Aide à domicile NORD	Relever un patient parkinsonien d'un fauteuil : le patient s'accroche Lombalgies...	Mise à disposition d'une ceinture de transfert	Réalisé	Le domicile a été équipé avec un appareillage adapté
Aide à domicile	Ensemble des aides à domicile	Actions de transfert pour des personnes sans capacités physiques et sans aides techniques	Évaluation régulière des besoins par l'encadrement afin d'éviter que l'agent qui intervient à domicile ne se retrouve en difficulté, en dérive de tâche voire en infraction au regard du code du travail : situations régulièrement évoquées par les agents. Essayer de faire du lien avec les infirmières du ccas et les agents pour mettre en place des solutions adaptées : binôme pour les activités à risques physiques importantes	Partiellement réalisé	Point à améliorer : évaluation systématique par l'encadrement. Néanmoins, en cas de difficultés il est de la responsabilité des agents à domicile de faire remonter les éléments factuels afin de réévaluer la situation (action réalisée)
Aide à domicile	Ensemble des aides à domicile	Stress ++++ contrainte psychosociale : Perte de temps entre les domiciles (embouteillages, place de parking à trouver etc...) Pause repas trop courte : mauvaise alimentation (risque TMS) pas le temps de rentrer. Les rapports ne sont toujours à jour, on ne connaît pas la pathologie des gens (sans sel, sans sucre, AVC ...) Certaines situations ne sont pas acceptables en matière d'hygiène et de sécurité (peur, insécurité). Les fiches navettes : pas de retour des problèmes rencontrés On ne sait toujours pas ce qu'il faut faire chez les gens	1. Gestion des flux de déplacement : Regroupement des secteurs sud et nord mais redécouper en plus. 2. Equipes : Une du matin, une de l'après-midi évite les coupures, un temps de repas du midi supérieur, communication régulière, réunion mensuelle ou outils de communication développer, évaluation régulière, compte rendu de réunion	Réalisé et non retenu pour certaines actions	Pas sectorisation supplémentaire et pas équipe matin et après-midi (non réalisable) Fiche navette : réponse faite mais parfois pas de réponse immédiate car le responsable doit attendre les retours des personnes sollicitées
Aide à domicile	Chaussures de service (EPI)	Risque de chute et de mauvaises postures stabilité	Que le bon actuel qui sert à acheter blouse et imperméable serve aussi à l'achat de chaussures adaptées. Déterminer des critères de confort et sécurité nécessaires pour l'achat (ex : fermer à l'avant et l'arrière, semelle anti-dérapante norme spécifique ...)	Non retenu	Chaussures : critères de sécurité vus en entretien pour nouveaux arrivants Non retenu pour les bons pour les titulaires
Aide à domicile	Faire les carreaux	Problématique d'épaule et risque de chute : gestes répétitifs et en dehors des angles de confort	Programmation du travail Alternance gestuelle Mouvements PAMAL Achat d'une raclette ergonomique Vérifier si escabeau adapté (norme) avant de monter.	Réalisé	Evaluation des risques faite à domicile et rappel des règles de sécurité auprès des agents en réunion de service
Aide à domicile	Patiente T---D---	Transfert lit Montauban ou Montauban lit/ ou lit fauteuil. Personne sans appui : respect de la réglementation du port de charge	Réaménagement de la pièce : positionnement entre le Montauban et le lit. Utilisation d'un lève personne (sange spécifique pour mise aux toilettes) avec infirmières. Vérifier par l'ergo du CCAS la mise en place d'un verticalisateur.	Réalisé	Lève personne non adapté au vu de sa pathologie. Ergo libéral fait des préconisations Manutention à 2 AAD/DE
Aide à domicile	Retourner les matelas (toutes les semaines)	Demande spécifiques de certains usagers : matelas 2 places lourd lit non électrique. Risque membres supérieurs et dos	Revoir les fiches navettes régulièrement (un double laissé à l'intention de l'usager ?)	Réalisé	Retourner le matelas : généralement 1 fois dans l'année. Demande non remontée au service via les fiches navettes pour des demandes plus régulières. Les fiches navettes sont des outils de communication interne au service, il n'est pas envisagé de les transmettre aux usagers

1. Evaluation à chaud et synthèse en présence d'un cadre
2. Transmission de la synthèse des évaluations et de la FASR aux responsables concernés
3. Restitution en Codir, CHSCT..
4. Sensibilisation des managers
5. Recyclage
6. Formation de référents PAMAL
7. Evaluation QVT à distance
8. Bilans de contrôle à distance



Interventions	Nombre	Durée	Durée moyenn	Participants	Participants par Intervention
Réunions présentation-préparation	285	405	1,42	1208	4,24
Visite préparatoires	264	1016	3,85	1576	5,97
Bilans individuels	7212	3967	0,55	7212	1
Formations collectives	873	10083	11,55	7080	8,11
Applications en situation de travail	427	1554	3,64	2011	4,71
Restitutions	388	547	1,41	1494	3,85
Recyclages	217	1139	5,25	1695	7,81
Total		18711		22276	

18711 heures d'interventions
21276 participants

Résultats de nos actions


1. Enquête à 2 ans, auprès de 400 salariés ayant participé à une action PAMAL : 250 réponses, opinion excellente, bonne mise en pratique des savoir-faire, amélioration de la qualité de vie et des conditions de travail
2. Bilans de contrôle à 3 ans sur 250 salariés : diminution des facteurs de risques individuels de TMS
3. Suivi des indicateurs ATMP : Nos commanditaires nous attribuent une part dans les réductions constatées
4. Suivi des FASR : 60% des propositions d'amélioration des situations à risque font l'objet d'un suivi , dont 30% qui sont mises en œuvre dans l'année suivante.

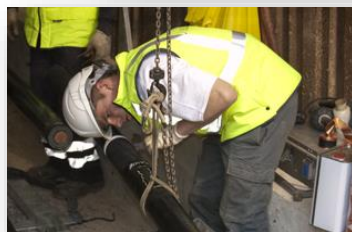


Exemple 1 : programme PAMAL* Rte

* Prévention des **A**ccidents et **M**aladies de l'**A**ppareil **L**ocomoteur



Etablissement/CM	Unité/GMR	Service/équipe	Effectif
CM Nanterre	GMR Sud Ouest Paris	Equipe Maintenance Spécialisée Cables	14
CM Nantes	GMR Anjou	Equipe Entretien Lignes	17
CM Nantes	GMR Anjou	Service appui	25
CM Nantes	GMR Atlantique	Equipe Entretien Lignes	18
CM Nantes	GMR Atlantique	Equipe Maintenance Spécialisée Postes	20
CM Nantes	GMR Bretagne	Equipe Entretien Lignes Quimper	14
CM Nantes	GMR Bretagne	Equipe Entretien Lignes Rennes	13
CM Nantes	GMR Sologne	Equipe Entretien Lignes	19
CM Toulouse	GMR Béarn	Equipe Entretien Lignes	23
CM Toulouse	GMR Gascogne	Equipe Maintenance Spécialisée Postes	21
CM Toulouse	GMR Pyrénées	Equipe Entretien Lignes	20
CM Toulouse	GMR Languedoc Roussillon	Equipe Entretien Lignes	17
CM Nancy	GMR Bourgogne	Equipe Entretien Lignes	19
CM Lyon	GMR Dauphiné	Equipe Entretien Lignes	15
CM Toulouse	GMR Massif Central Ouest	Equipe Entretien Lignes Limoges	14
CM Nanterre	GMR Sud Ouest Paris	Equipe Entretien Lignes	18
 7 établissements	18 unités	22 équipes ou services	376



1. Score des **évaluations à chaud** (18,5/20)
2. Score des **questionnaires QVT** à 1an très positif
3. **Présentéisme** aux séances de réactivation : 60%
4. **Suivi des FASR** : 60% des situations suivies, 30% des propositions validées.
5. Evolution des **scores de risques individuels** à 2 ans : 20% de réduction
6. **Réduction AT** (Nb d'accidente et Nb ITT) : Réduction moyenne de 20% avec forte variation d'un équipe à l'autre
7. **Excellent retour du management** sur l'impact du programme sur l'implication des équipes et les relations sociales

Exemple 2 : Ville de Quimper Programme PAMAL 2011/2017



actualités
Keleler

PAMAL : une formation qui fait ses preuves



En 2011, le programme de formations PAMAL (Prévention des Accidents et Maladies de l'Appareil Locomoteur) est lancé auprès des services concernés par des manutentions ou des contraintes posturales.

Ces formations menées en partenariat avec l'association « Kiné ouest prévention » font intervenir 5 kiné-formateurs. Cette approche tient compte des risques liés aux métiers (matériel, organisation...) et aux comportements individuels concernant notre premier outil de travail, notre corps.

En 2017, PAMAL est la 2^e formation sécurité la plus sollicitée avec 1 357 heures de formation et 759 agents formés. Les participants évoquent des effets positifs sur la santé, la qualité de vie et les conditions de travail, même s'ils admettent qu'une meilleure application des acquis dans la sphère professionnelle comme privée est encore possible.

Des situations repérées lors d'observations terrain par les kinés-formateurs ou remontées par les agents pendant la formation donnent lieu à la rédaction de Fiches d'Amélioration de Situations à Risques. Sur les 74 situations de travail ayant fait l'objet de propositions d'amélioration, 70% ont été réalisées.

Les effets se font ainsi sentir par une diminution de 40% des accidents de travail liés aux manutentions et aux mouvements corporels entre 2012 et 2017.

Aujourd'hui, la démarche propose également des « accompagnements individuels ». Destinés aux agents volontaires, en restriction médicale qui reprennent après un arrêt de longue durée, cet accompagnement est mené par un kiné-formateur sur prescription du médecin du travail.



Les représentants du personnel et de la collectivité au comité technique le 2 juillet 2018

Élections professionnelles

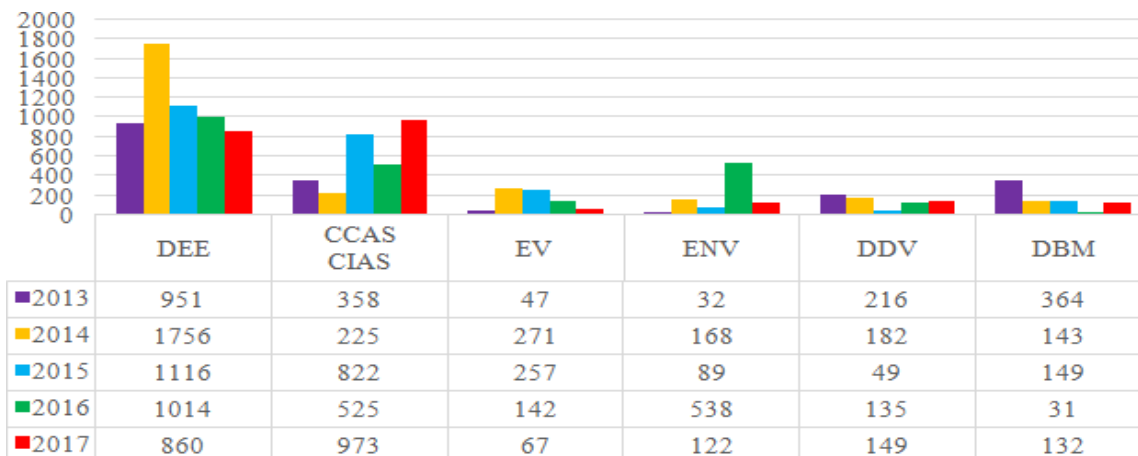
Rendez-vous le jeudi 6 décembre 2018 pour être vos représentants du personnel au sein des instances paritaires (comité technique, commissions administratives paritaires, commissions consultatives paritaires, comité d'hygiène, de sécurité et des conditions de travail).

Suivi de la FASR

- Pour les 74 situations ayant fait l'objet de propositions portant sur les postes, le matériel, l'organisation
- Suivi par les préventeurs de la collectivité en interrogeant les responsables des services et les agents
- **70% des préconisations ont été mises en place**

Programme PAMAL des collectivités de Quimper									
Tableur Unique d'Amélioration des situations à Risques									
N°	Date	Intervenant	Unité/Service	Poste/Situation	Description/vautes/contraintes	Propositions d'améliorations	Date	Suivi (Non Retenu, En Attente, Partiellement Réalisé, Réalisé)	Observations (ce qui reste à faire ou autre)
2	09/03/2013	PEPROT	EHPAD Autres risques [matériels, organisationnels, psychosocial]	Douche : Magnolias, Bruyères	DOUCHE DES RESIDENTS : Bac pas adapté (rebord, manque d'espace). Chaise de douche pas adaptée, absence de régulateur de température. Effort important à faire pour monter sur la chaise. Problème de descente pour les malades. Grimper dans les arbres « CONTRAINTES PHYSIQUES »	Travaux d'accessibilité : Chaise de douche à hauteur variable (elac) Robinet thermostatique	2016	Partiellement réalisé	Aux Bruyères, réaménagement d'une salle de bain commune réalisé en 2016 avec une douche en surbaas de sol et l'acquisition d'une chaise de acquisition d'une nouvelle nacelle PL.
35	31/03/2012	THALVIN	Espaces verts	Espaces verts Elagueurs		Utilisation d'une nacelle adaptée (PL) et pratique de mouvements personnalisés de prévention du livret	2017	Réalisé	
27	31/03/2012	THALVIN	Espaces verts	Jeux et mobilier	Manutentions manuelles de mobiliers extérieurs (banco, tables de pique nique)	Utilisation d'une aide mécanique type : camion grue bras chargeur. Pratique des mouvements de prévention personnalisés du livret pour l'employé	2017	Réalisé	Acquisition d'un camion équipé d'une grue de levage
35	01/09/2012	THALVIN	Espaces Verts (serres et jardinières)	Ventilation des tunnels	Ouverture des pignons manuellement, quotidienne à 2 opérateurs. Risque de TMS des membres supérieurs et dos	Mise en place de ventilations latérales par pieds relevables 1 à 2 par tunnel (1 opérateur)	2017	Réalisé	Motorisation électrique des ouvrants latéraux réalisés en 2017
30	30/12/2015	GASNER	Bâtiment	Manipulation de planche encombrante	Les planches sont parfois encombrantes et lourdes Elles sont stockées dans un atelier et sont transportées dans la menuiserie pour être soignées et travaillées	utiliser des tables roulantes réglables en hauteur permettraient le transport ainsi que le positionnement devant la scie avec beaucoup moins de contrainte L'idéal serait que les planches soient positionnées dès le départ du 1er atelier à plat sur la table (moins de manipulation) mais voir le problème par rapport à la largeur de la porte.	2018	Partiellement réalisé	Réaménagement du stockage dans le magasin pour faciliter les transferts avec l'atelier et rapprocher le stockage de l'atelier.
38	19/09/2015	GASNER	Espaces verts - Serres	Hydratation	La suppression des fontaines rend l'hydratation plus aléatoire (recours à des bouteilles personnelle...). Un hydratation régulière est facteur de protection contre les TMS	Trouver rapidement une solution de recharge aux fontaines et en attendant mettre à disposition des pack d'eau, surtout en période de canicule, comme le prévoit l'Art R4225-2 du code du travail	14/07/2016	Réalisé	concerne également les autres équipes qui utilisent la fontaine (élagage, jeux) et les autres secteurs techniques. Prendre en compte l'usure des thermos (rouille)
5	09/03/2013	PEPROT	EHPAD Autres risques [matériels, organisationnels, psychosocial]	Baignoire : Plogonnec	Baignoire sans appareil de levage	Fauteuil douche hauteur variable ou lit douche hauteur variable transfert facile pour tous les résidents avec le roll board ou le drip de translation	01/03/2017	Réalisé	Etagonac : installation de rails lève-personne avec moteur fixe dans les deux salles de bains de l'EHPAD. Avec le renfort d'une table de "dépose" de type consultation à côté d'une baignoire

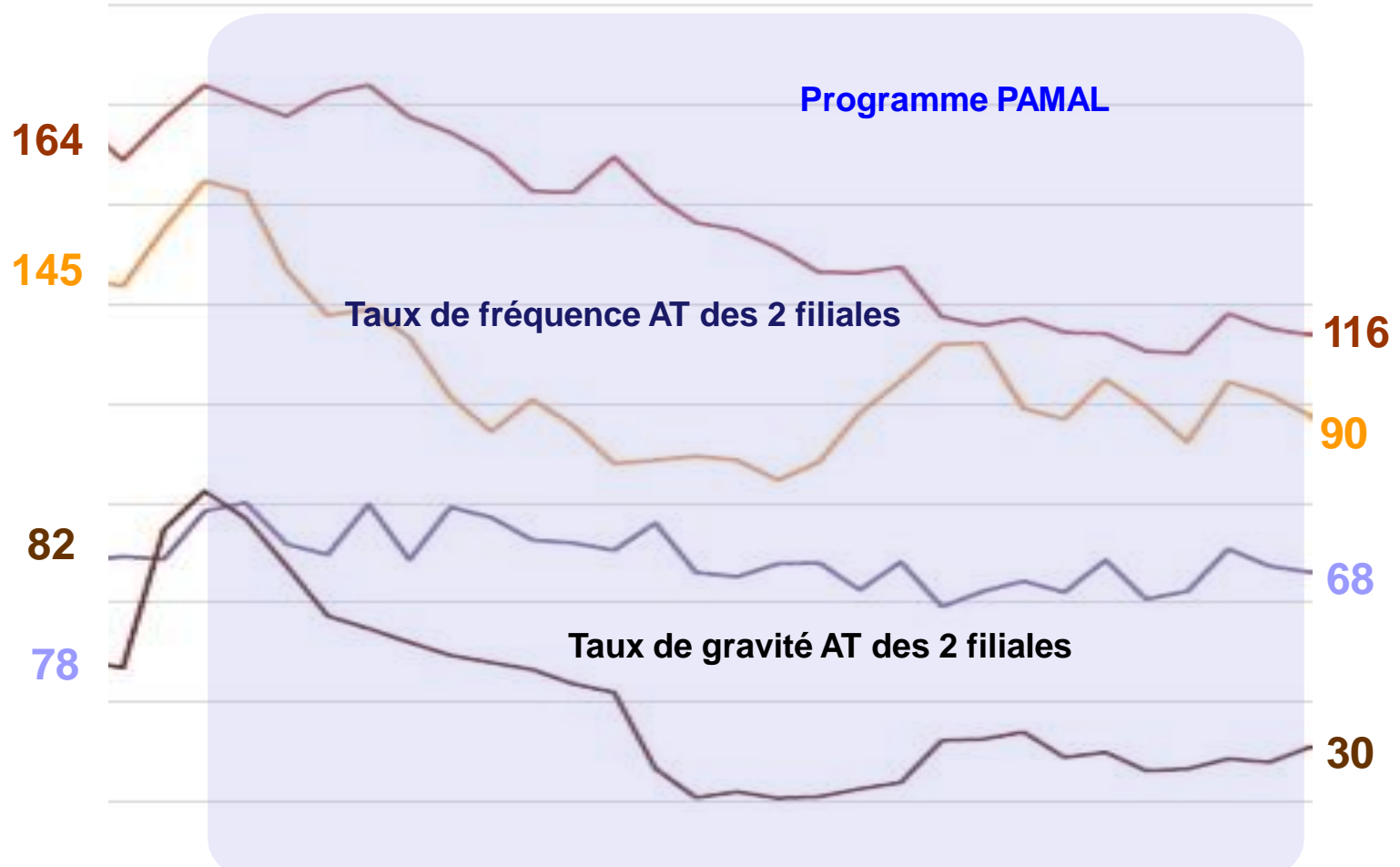
- Réduction des AT dans 6 directions sur 7



- Réductions de 40% des AT liés aux manutentions et mouvements corporels

	2012	2013	2014	2015	2016	2017
	Ville					
TOTAL AT	44	26	32	24	21	21
Nb jour d'arrêt des AT de l'année	1064	546	1075	707	642	314
%	38%	25%	37%	30%	23%	13%

Exemple 3 : Groupe EVS, programme PAMAL 2014/2017



Sept 2014 : Lancement des actions PAMAL **Fev 2017**

Essent 12 mois Euro — TF glissant 12 mois TD — TG glissant 12 mois Euro — TG glissant 12 mois TD

Références commanditaires



KAEFER WANNER





Christian MEIGNAN, coordinateur PAMAL KFP

Se tient à votre disposition pour toute question concernant la mise en place d'une démarche PAMAL dans votre établissement.

c.meignan@kinefranceprevention.fr

06 83 42 05 55

<http://kinefranceprevention.fr/pamal/>