

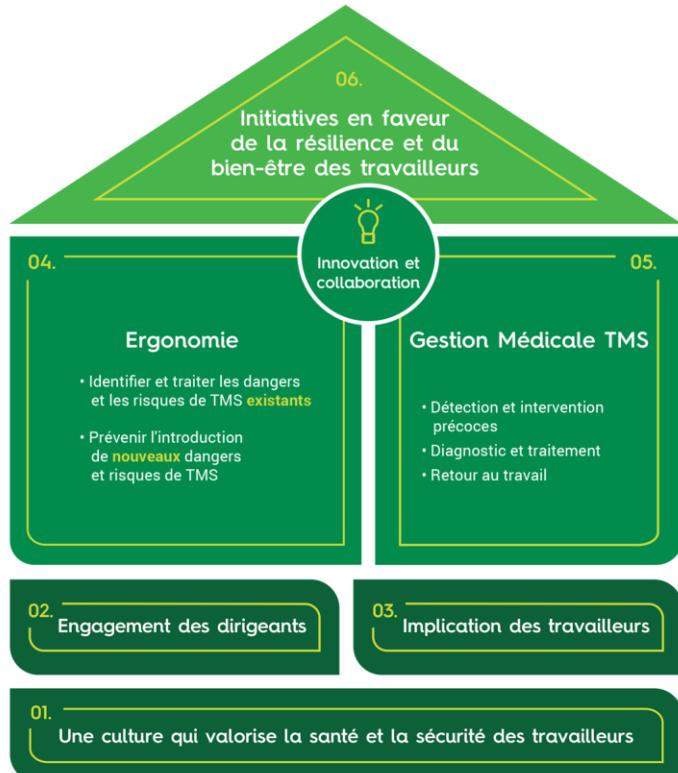


# Liste de contrôle des politiques et procédures

SOLUTIONS TMS

## Mise en place d'un programme de solutions TMS

[nsc.org/preventworkplaceinjuries](http://nsc.org/preventworkplaceinjuries)



# Élaboration de votre politique en matière de solutions TMS

Un programme complet de solutions TMS nécessite la collaboration de nombreuses parties prenantes diversifiées, notamment la sécurité, les opérations, les travailleurs, les prestataires de soins de santé au travail et les ressources humaines.

Bien que certaines régions disposent de réglementations en matière de santé et de sécurité qui traitent les TMS, un programme complet de solutions pour les TMS exigera des organisations qu'elles aillent au-delà de la conformité pour élaborer un programme qui comprend les éléments suivants :

- **Une culture qui valorise la santé et la sécurité des travailleurs**
- **L'identification et l'élimination des risques de TMS**
- **Des procédures de gestion médicale des TMS**
- **Des stratégies pour soutenir la résilience et le bien-être des travailleurs**

# De la politique au progrès

Votre équipe de sécurité peut utiliser cette liste de contrôle pour créer une politique adaptée à votre entreprise ou évaluer les politiques écrites déjà en place. Toutes les entreprises ne seront pas en mesure de satisfaire à toutes les recommandations, et votre entreprise devra peut-être envisager une stratégie progressive pour étoffer sa police au fil du temps.

Établissez des périodes régulières pour revoir et mettre à jour les politiques de sécurité de votre entreprise.

Ensuite, réfléchissez à la manière dont votre entreprise peut ajouter des éléments nouveaux chaque année afin de faire progresser vos politiques sur une échelle de maturité :

## INCONNUE

La prévention des TMS n'est pas une priorité. Il se peut qu'ils ne soient pas conscients que les TMS constituent un problème ou qu'ils ne sachent pas quoi faire.

## RÉACTION

Nous réagissons aux blessures lorsqu'elles se produisent.

## AVANCEMENT

Nous mettons en place des systèmes pour gérer les risques et les dangers liés aux TMS.

## PROACTIVITÉ

## INNOVATION

La sécurité est une seconde nature pour nous. Nous sommes soucieux d'apprendre et d'investir dans les nouvelles innovations dans le domaine de la santé et de la sécurité.

# Une culture qui valorise la santé et la sécurité des travailleurs

La culture d'une entreprise est définie par sa mission et sa vision, les priorités et les actions de la direction, les politiques et les systèmes opérationnels, et la participation du personnel. Examinez comment vos politiques de prévention des TMS s'alignent sur les valeurs plus vastes de l'entreprise en matière de santé et de sécurité des travailleurs. Les rôles et les responsabilités en matière de santé et de sécurité sont définis pour tous les niveaux de l'organisation.

Exploitez les éléments suivants dans la politique de votre entreprise pour soutenir une culture de la santé et de la sécurité :

- Une vision de l'entreprise formellement documentée pour un lieu de travail sûr et sain
- Des objectifs de santé et de sécurité, y compris des objectifs de réduction des risques de TMS, et des périodes de révision des mesures des objectifs
- Une déclaration de responsabilité pour tous les niveaux de la direction à l'égard des objectifs et des initiatives en matière de santé et de sécurité, y compris ceux qui soutiennent la réduction des risques de TMS
- Un engagement en faveur d'un environnement dans lequel les employés se sentent à l'aise pour exprimer leurs opinions, et croient qu'ils ne seront pas punis ou humiliés pour avoir partagé leurs idées, questions, préoccupations ou erreurs
- Une déclaration selon laquelle les programmes et les politiques en matière de santé et de sécurité sont conçus pour inclure et protéger une main-d'œuvre totalement diversifiée, et sont également prévus et accessibles aux employés à tous les niveaux et à tous les postes de l'entreprise
- Des systèmes documentés qui encouragent les employés à signaler les accidents évités de justesse et les blessures et les maladies liées au travail, les dangers, les risques et les opportunités

# Identification et élimination des risques de TMS

Lorsque vous élaborez vos politiques pour soutenir des solutions ergonomiques, réfléchissez à la manière dont votre entreprise identifie les sources de risque de TMS et élimine systématiquement le risque. Votre entreprise applique-t-elle la **hiérarchie des contrôles**, en éliminant les risques de TMS à la source chaque fois que cela est possible?

La participation de vos travailleurs à l'identification, à la hiérarchisation et à l'élimination des risques de TMS est primordiale et vous conduira aux solutions les plus efficaces.

Examinez les éléments suivants de votre programme de solutions TMS, qui se concentrent sur l'identification et l'atténuation des risques de TMS :

- Processus et outils d'évaluation des risques pour identifier les facteurs de risque de TMS sur le lieu de travail
- Processus de hiérarchisation des risques identifiés en vue de leur résolution
- Processus d'élaboration et de mise en œuvre de solutions pour les risques identifiés en suivant la hiérarchie des contrôles
- Outils et lignes directrices privilégiés pour l'analyse de l'ergonomie du lieu de travail
- Processus d'obtention d'un financement pour les solutions ergonomiques
- Lignes directrices en matière de conception ergonomique qui fournissent des spécifications minimales pour la conception des installations et des tâches afin de prévenir les TMS
- Processus de gestion du changement (MOC) qui garantit que la sécurité et l'ergonomie sont évaluées lors des changements opérationnels
- Lignes directrices pour l'achat d'équipement et de matériel
- Ergonomie au bureau : Lignes directrices pour l'aménagement de nouveaux espaces de travail, l'évaluation périodique des postes de travail et la fourniture d'équipements et d'accessoires de bureau appropriés
- Normes qui régissent la durée des postes, les jours de travail consécutifs et la fréquence et la durée des pauses
- Programmes de formation en ergonomie : Offre une formation et un enseignement appropriés en matière d'ergonomie au personnel de sécurité, aux ingénieurs, aux ouvriers, aux superviseurs, aux gestionnaires et au personnel chargé des achats

# Des procédures de gestion médicale des TMS

L'objectif d'un programme de prise en charge médicale des TMS est de prévenir la douleur, la déficience et l'invalidité, ainsi que d'assurer le retour au travail en toute sécurité de tous les travailleurs qui subissent un TMS. Un programme efficace de gestion médicale des TMS nécessite une collaboration entre votre organisation, l'employé et le(s) prestataire(s) de soins de santé (PSS).

La détection et l'intervention précoces pour les TMS aident les travailleurs à se rétablir plus efficacement et à retourner au travail plus tôt.

Réfléchissez à la manière dont vous pouvez améliorer et promouvoir les protocoles de soutien en ajoutant les éléments suivants à vos politiques de travail :

- Des procédures de signalement des blessures, signes, symptômes liés aux TMS
- Des systèmes visant à encourager activement le signalement précoce des signes et des symptômes de TMS
- L'identification des prestataires de soins de santé (PSS) ayant une expérience du travail et du traitement des TMS
- Des protocoles de collaboration et de communication entre l'employeur et le PSS afin d'assurer un diagnostic et un traitement appropriés ainsi qu'un retour optimal au travail des employés blessés
- Des processus d'identification et d'atténuation des facteurs de risque liés au travail à la suite des signalements de TMS ou de signes et symptômes de TMS par les employés.
- Une description des protocoles permettant de déterminer les tâches modifiées à la suite d'une blessure, qui peuvent inclure des protocoles pour que les PSS se rendent sur place, effectuent des évaluations du travail et fassent des recommandations avant que l'employé ne retourne au travail
- Une description des modalités de travail flexible pour les employés blessés en réadaptation
- Des politiques de congés de maladie payés pour le rétablissement de blessures liées aux TMS
- Une description des droits et des protections des travailleurs handicapés et des conditions ou limitations préexistantes

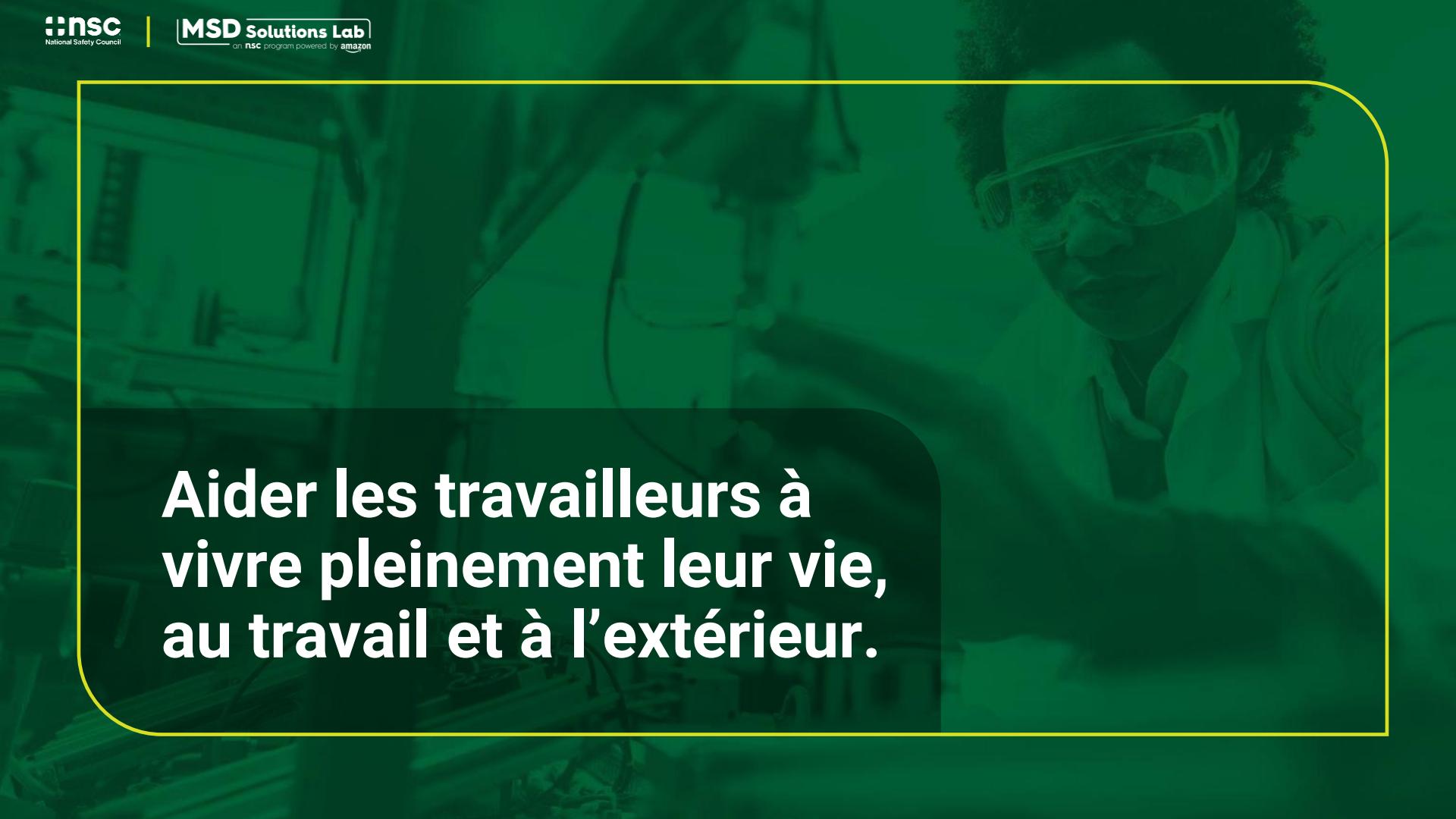
# Avantages et programmes visant à favoriser la résilience et le bien-être des travailleurs

Les lieux de travail favorisant le bien-être des travailleurs augmentent leur santé, leur résilience et leur engagement. Pour compléter les initiatives de votre entreprise en matière de sécurité et de prévention des TMS, pensez aux avantages, aux programmes et aux politiques de l'entreprise qui soutiennent les besoins des travailleurs en matière de bien-être, de santé et de santé mentale.

Vous pouvez vous inspirer de la liste suivante d'avantages, de politiques et de programmes recommandés :

## Liste de contrôle des politiques et procédures

- Une couverture complète des soins de santé
- L'inclusion de services de santé mentale
- Des congés de maladie rémunérés
- Des congés parentaux rémunérés
- Des journées de congé pour raisons de santé mentale
- Des programmes de mise en commun des congés de maladie / congés rémunérés
- Des horaires de travail flexibles
- Des programmes d'acclimatation à l'emploi lors de l'entrée dans un emploi très physique
- Des programmes d'entraînement au retour d'une blessure
- Des programmes de préparation au travail / de réchauffement
- Des programmes de souplesse et d'étirement
- Des abonnements subventionnés à des salles de sport
- Des équipements de conditionnement physique sur place
- Des cours de remise en forme sur place
- Des défis de remise en forme en entreprise
- Des options de repas sains subventionnés
- Des options de collations nutritives sur place
- Des séminaires/cours sur la nutrition
- Des pauses de pleine conscience/méditation
- Des salles de pause conçues pour la socialisation
- Un accès à des espaces verts
- Des groupes de soutien par les pairs
- Une massothérapie sur place



Aider les travailleurs à  
vivre pleinement leur vie,  
au travail et à l'extérieur.