



# **l'Assurance Maladie**

**RISQUES PROFESSIONNELS**

Agir ensemble, protéger chacun



**Réduisez les troubles musculosquelettiques  
et améliorez les performances de votre entreprise !**

**Agir efficacement avec TMS Pros**

# LES TMS, QU'EST-CE QUE C'EST ?



Les TMS des membres supérieurs et inférieurs sont des maladies qui touchent principalement les muscles, les tendons et les nerfs, c'est-à-dire les tissus mous, et qui génèrent des difficultés à se mouvoir.

Les parties du corps concernées sont principalement les épaules et les différentes parties des membres supérieurs : poignets, mains, doigts et coudes. Les TMS des membres inférieurs sont plus rares et concernent principalement le genou. La lombalgie, plus communément appelée mal de dos, est un des TMS les plus fréquents.

Ils se traduisent toujours par des symptômes douloureux pour le salarié et une réduction de ses capacités.

## LE PROGRAMME TMS PROS, UNE DÉMARCHE EN 4 ÉTAPES

**Votre entreprise présente un taux de sinistralité lié aux troubles musculo-squelettiques plus élevé que la moyenne de votre secteur.**

Cette anomalie est préjudiciable tant pour la santé de vos salariés que de votre entreprise (absentéisme, baisse de la productivité, turn-over, etc.) et nécessite une action de votre part.

Pour agir contre les troubles musculo-squelettiques, l'Assurance Maladie - Risques professionnels a créé le programme **TMS Pros : 4 étapes pour mettre en place une démarche de prévention efficace.**

Pour vous aider à réduire les risques auxquels sont exposés vos salariés, **vous allez bénéficier d'un accompagnement renforcé** de la part de votre caisse régionale : suivi individuel de l'avancement dans le parcours, conseils adaptés tout au long de la démarche, orientation vers les partenaires adéquats pour vous équiper ou vous former ou encore pour vous accompagner dans la démarche, etc.

### En quoi suis-je concerné ?

Le but de cette étape est **de faire le point sur les TMS dans votre entreprise.**

Pour cela deux outils sont à votre disposition :

- Le quiz « Les TMS, en quoi mon entreprise est-elle concernée ? » pour savoir si votre entreprise est concernée et dans quelle mesure.
- L'outil « Tableau de bord TMS » pour procéder à un état des lieux et connaître l'impact des TMS dans votre entreprise et pour fixer des objectifs avant d'entamer une démarche.

# 01.



### À noter

Les outils proposés dans le cadre de la démarche ne sont pas obligatoires; Vous avez déjà peut-être des outils ou allez en concevoir dans votre entreprise. Vous êtes libre bien sûr de les utiliser. En cas de doute vous pouvez contacter votre caisse régionale.

## Par quoi commencer ?

### 1. ENGAGEZ VOUS DANS LA DÉMARCHE

Formalisez une lettre d'engagement pour afficher à vos salariés la mobilisation de votre établissement sur ce sujet

### 2. FAITES LE POINT SUR LES COMPÉTENCES ET LES RESSOURCES DISPONIBLES EN INTERNE

Trois domaines de compétences sont essentiels pour mener à bien votre projet : le pilotage, l'animation et la conduite de la démarche de prévention. Pour vous y aider, vous pouvez vous appuyer sur :

- Le quiz « compétences » pour faire le point sur les ressources et les compétences dans l'entreprise.
- Des modules de formations pour les salariés.

### 3. INFORMEZ LES SALARIÉS

Vous favorisez l'implication du plus grand nombre, à tous les niveaux de l'entreprise, via l'organisation de réunions, la diffusion d'informations relatives aux TMS (plaquettes, affiches, quiz...).

### 4. DÉFINISSEZ LES OBJECTIFS ET LES PRIORITÉS

Vous identifiez au préalable les postes/situations/secteurs à risques dans l'entreprise

- L'outil « Dépistage » vous permet de recenser les postes et les situations de travail sur lesquels agir en priorité.

### 5. ELABOREZ UNE NOTE DE CADRAGE DE VOTRE PROJET

## Comment agir ?

### 1. MENEZ UN DIAGNOSTIC

Recherchez et identifiez les facteurs de risques au sein de l'entreprise :

- La méthode d'analyse de la charge physique pourra vous y aider.

### 2. ÉTABLISSEZ UN PLAN D' ACTIONS

Proposez et formalisez un plan d'actions pour transformer les situations de travail à risques.

En fonction des différentes causes de TMS identifiées, les actions peuvent porter sur :

- La conception des outils ou des produits
- Le matériel
- L'aménagement des postes
- L'organisation du travail

## Quels résultats pour mon entreprise ?

### 1. ÉVALUEZ ET SUIVEZ LES ACTIONS ENGAGÉES

Les actions mises en œuvre doivent être évaluées au regard des objectifs fixés. Veillez notamment à maintenir le niveau de compétences internes sur la prévention des risques professionnels, pour mesurer l'efficacité de la démarche.

- Déjà utilisé en étape 1, le tableau de bord peut être enrichi de multiples indicateurs. Il permet également de réaliser une veille « TMS » dans l'entreprise

### 2. ÉVALUEZ VOTRE PROGRESSION ET IDENTIFIEZ LES AXES DE PROGRÈS POSSIBLES

- L'outil « Évaluation de la démarche de prévention des TMS »

## Et après ?

Une fois les 4 étapes validées, vous devez rester dans une démarche d'amélioration continue et donc continuer à agir sur d'autres postes ou situations de travail dans votre entreprise.

Veillez notamment à maintenir des compétences en prévention des TMS dans votre entreprise et continuez à communiquer auprès de vos salariés (affichage, newsletter, baromètre social...). De nouveaux risques peuvent émerger : il s'agit de les anticiper et les prévenir.



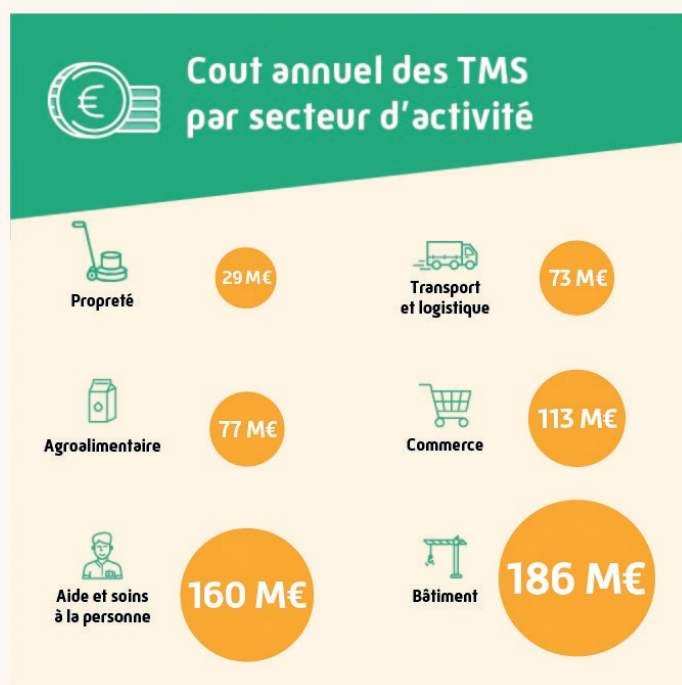
# TMS, QUELS SONT LES FACTEURS DE RISQUES ?

L'activité professionnelle peut jouer un rôle dans l'apparition, la durée ou l'aggravation des TMS, notamment lorsque l'organisation du travail (répartition de la charge, définition des tâches, gestion des remplacements, etc.) fait émerger deux types de facteurs :

- **Des facteurs biomécaniques ou physiques :**  
gestes répétitifs, travail statique, efforts excessifs, positions articulaires extrêmes, port de charges lourdes...
- **Des facteurs psychosociaux :**  
pression temporelle, manque d'autonomie des salariés, manque de soutien social, travail monotone...



## FOCUS SUR LES SECTEURS LES PLUS TOUCHÉS



# POURQUOI AGIR CONTRE LES TMS DANS VOTRE ENTREPRISE ?

## Les coûts directs des TMS pour les entreprises



**2 mois**

d'arrêt en moyenne pour un accident du travail lié au mal de dos



**2 Milliards d'€**

de cotisation versées chaque année par les entreprises, dont la moitié pour le mal de dos



**22 Millions**

de journées de travail perdues à cause des TMS et du mal de dos



**107 000 ETP**

(équivalents temps plein), la conséquence des TMS sur l'**absentéisme au sein des entreprises** chaque année

## Les coûts indirects

- Désorganisation des équipes
- Baisse de la productivité
- Dégradation des conditions de travail
- Turn-over important
- Difficultés à recruter/fidéliser les salariés

## LE CERCLE VERTUEUX DE LA PRÉVENTION

En améliorant les conditions de travail des salariés, la prévention réduit les contraintes, le nombre d'arrêts et d'accidents du travail. Elle participe ainsi au bien-être et à la santé des salariés et plus globalement de l'entreprise.

Cette dernière devient plus attractive, les salariés sont fidélisés et les recrutements facilités.



# LES RÉPONSES À VOS QUESTIONS



## Qu'est-ce que cela va m'apporter réellement ?

Les TMS pèsent sur votre performance : absentéisme, baisse de la productivité, turn-over, dégradation du collectif de travail, etc.

Seule une démarche de prévention globale, menée dans son intégralité, peut vous permettre de les réduire efficacement et durablement.

**Investir du temps et des ressources dans la lutte contre les troubles musculo-squelettiques est bénéfique pour votre entreprise (fidélité des salariés, meilleure attractivité, baisse de l'absentéisme et hausse de la productivité...).**

Le programme TMS Pros pourra vous permettre :

- D'optimiser votre organisation du travail.
- D'améliorer le bien-être au travail de vos salariés.
- D'instaurer un climat de confiance avec vos représentants du personnel.
- D'augmenter votre productivité et vos performances grâce à des salariés en meilleure santé et plus efficaces.
- D'améliorer votre attractivité en tant que recruteur / fidéliser vos salariés en tant qu'employeur.

## Combien de temps ça va me prendre ?

Cela dépend du nombre de situations à risque que vous avez dans votre entreprise.

**Ce temps consacré à la prévention vous permettra à terme de préserver la santé de vos salariés et de votre activité** en palliant la désorganisation et le turn-over des équipes engendrés par les TMS.



## Combien ça me coûte ?

Vous n'avez rien à payer pour pouvoir avoir accès au programme TMS Pros.

**Cependant, un investissement dans du matériel ou des formations sera sûrement nécessaire** pour pouvoir diminuer les risques de troubles musculo-squelettiques dans votre entreprise, sans compter les ressources internes à mobiliser.

C'est un **investissement qui sera bénéfique pour votre entreprise**, grâce à l'augmentation de la productivité liée à la baisse de l'absentéisme.

Pour vous aider à investir dans des solutions de prévention, deux aides financières sont disponibles pour les entreprises de moins de 50 salariés : **TMS Pros Diagnostic** et **TMS Pros Action**.



Nathalie Gerussi,  
Responsable QHSE  
de Knaf Industries

« Nous avons bien conscience que nous devons agir, mais que ce que nous avons engagé jusque là ne fonctionnait pas. On était en train de baisser les bras et à ce moment-là, nous nous sommes engagés dans le programme TMS Pros. »

Nous avons pris conscience d'autres aspects du problème des TMS, des aspects qui n'étaient pas seulement biomécaniques. Nous avons également compris que l'on devait également envisager d'autres actions qui pouvaient avoir beaucoup d'effets sur la prévention des risques. »



## Pourquoi moi et pas une autre entreprise ?

Le programme TMS Pros est une démarche de prévention ouverte à toutes les entreprises. Chacune peut trouver les outils et la présentation des différentes étapes sur [ameli.fr/entreprise](https://ameli.fr/entreprise).

Parallèlement, certaines entreprises ont été sélectionnées par les caisses régionales afin de bénéficier d'un accompagnement renforcé et spécifique.

Cette sélection des établissements a été réalisée sur la base de plusieurs critères : la sinistralité de l'entreprise ou du secteur et/ou l'existence de risques TMS dans l'entreprise ou la présence d'activités potentiellement exposantes au risque TMS.

**Votre entreprise est concernée.** Cette situation est préjudiciable tant pour vos salariés que pour la santé de votre entreprise, et nécessite une action de votre part.

Vous allez donc bénéficier d'un **accompagnement renforcé de la part de l'Assurance Maladie – Risques professionnels**, afin de mener une action efficace à long terme pour la santé de vos salariés, qui vous permettra d'améliorer la performance de votre entreprise.

## Le programme TMS Pros est-il obligatoire ?

Comme plus de 8 000 autres entreprises, la vôtre a été identifiée car il présente une sinistralité anormale liée aux TMS. Le programme TMS Pros a été spécifiquement établi pour aider les entreprises les plus touchées par les TMS, avec une sinistralité supérieure à la moyenne du secteur, à engager et mettre en œuvre une démarche de prévention efficace et durable.

TMS Pros n'est pas une contrainte mais une réelle opportunité pour votre entreprise.

Il n'y a pas d'obligation, il s'agit d'une recommandation. L'employeur est toutefois tenu par le code du travail (article L4121-2) de garantir la santé physique et d'évaluer les risques professionnels, (comme les TMS) et de mettre en œuvre les actions de prévention les plus appropriées.



## À quels risques je m'expose si je refuse d'entrer dans la démarche proposée ?

Nous sommes votre assureur en matière de risques professionnels. Votre activité expose à des risques TMS et à ce titre vous devez mettre en place des mesures de prévention et nous en rendre compte.

En l'absence de mesure de prévention, la caisse régionale peut constater le risque et demander à l'entreprise de mettre en place des mesures de prévention pour diminuer ce risque, voire ordonner une majoration des cotisations.



« Les premiers résultats se font sentir aujourd'hui. D'abord par une baisse des accidents du travail tout simplement. Nous avons vu aussi une modification importante sur le taux d'absentéisme et nous avons vu concrètement l'amélioration de nos outils de travail, ainsi que des organisations de travail, des planifications différentes, des méthodes, de la communication avec aussi du coaching pour faciliter la communication en entreprise entre les services. »

Florent Gallet  
Directeur opérationnel,  
entreprise Pigeon TP

# DES AIDES FINANCIÈRES POUR VOUS AIDER À INVESTIR DANS LA PRÉVENTION DES TMS

**Vous êtes une entreprise de moins de 50 salariés ?  
Jusqu'à 25 000 € d'aide peuvent vous être accordés !**



Pour vous aider à investir dans des solutions de prévention (équipement, formations), deux Subventions Prévention TPE sont disponibles :

→ **TMS Pros Diagnostic :**

Pour financer jusqu'à 70 % du montant de la formation d'une personne ressource en interne et/ou une prestation ergonomique pour la réalisation d'un diagnostic de prévention des TMS, incluant l'étude des situations de travail concernées et le plan d'actions.

→ **TMS Pros Actions :**

Pour financer à hauteur de 50 % l'achat de matériel et/ou d'équipements ou la réalisation de formations adaptées pour réduire les risques de TMS.

**Vous êtes une entreprise de moins de 200 salariés ?  
Votre caisse régionale peut vous aider à remplir  
vos objectifs de prévention.**



→ **Contrat de prévention :**

Si votre secteur d'activité a signé une convention nationale d'objectifs avec l'Assurance Maladie – Risques professionnels, vous pouvez établir un Contrat de prévention avec votre caisse régionale et ainsi bénéficier d'un financement entre 15 et 70 % du montant de l'investissement matériel ou immatériel nécessaire à l'atteinte des objectifs prévus dans votre contrat.



**Rendez-vous sur [ameli.fr/entreprise](https://ameli.fr/entreprise)  
rubrique « TMS Pros »  
ou contactez votre caisse régionale  
(carsat, cramif, cgss)**



**l'Assurance  
Maladie**

RISQUES PROFESSIONNELS

Agir ensemble, protéger chacun