

LA LETTRE TRANSPORTEZ-VOUS BIEN

PAR


carcept prev
ASSUREUR D'INTÉRÊT GÉNÉRAL

JANVIER 2023

ZOOM SUR

Entretien d'Orientation
de Prévention (EOP)

EXPERTISE

Hypovigilance au travail :
comment prévenir ?

L'INFO EN +

« À fond ! » le podcast dédié
aux pratiques addictives dans
le transport

ÉDITO

Pour bien démarrer l'année 2023, le programme de prévention Transportez-Vous Bien inaugure un nouveau rendez-vous : La Lettre TVB. Elle vous présente les actualités et points forts du programme, mis en place par les partenaires sociaux du Transport pour améliorer la santé et la qualité de vie au travail des salariés. Parce que ce programme est aussi le vôtre, nous vous accompagnons pour le valoriser et le déployer au sein de votre entreprise au plus près de vos salariés. Toute l'équipe TVB vous souhaite une bonne année 2023 !

ZOOM SUR...

ENTRETIEN D'ORIENTATION DE PRÉVENTION (EOP)

L'EOP, c'est LA porte d'entrée du programme Transportez-Vous Bien. Lors d'un RDV téléphonique de 20 minutes, une infirmière va identifier avec le salarié les actions de prévention les plus adaptées et lui proposer un plan d'action personnalisé. Comme toutes les actions de prévention, l'EOP est sur l'Espace TVB (Portail solidarité).

CHIFFRE CLÉ

Près de **2 000** salariés
ont bénéficié d'un EOP depuis un an !



EXPERTISE

HYPOVIGILANCE AU TRAVAIL : COMMENT PRÉVENIR ?

Sommeil, stress, médicaments, alimentation, sont autant de facteurs pouvant être à l'origine d'un défaut de vigilance. Enjeu majeur de sécurité pour les entreprises du Transport, la vigilance peut être améliorée par une meilleure hygiène de vie avec des bienfaits aussi sur la santé et la qualité de vie au travail des salariés.



DR PASCAL GILLET, PRÉSIDENT DE LA PLATEFORME DE TÉLÉSANTÉ MEDIALANE

« 1 français sur 3 souffre de troubles de sommeil, professionnel du Transport ou non. Un manque de sommeil ou un sommeil altéré peut avoir de nombreuses conséquences sur le fonctionnement en journée. La somnolence est responsable de 15 à 20% des accidents mortels sur l'ensemble du réseau routier. Dans les solutions du programme TVB, il y a des accompagnements sur-

mesure avec des infirmières spécialisées comme des coaching santé sur plusieurs thématiques : sommeil, nutrition, gestion du stress.... Une étude médico-économique a montré l'impact favorable du coaching sur la qualité de vie des salariés du Transport, et ce, d'autant qu'ils présentaient des troubles du sommeil. »

Pour traiter de cette thématique, plusieurs experts ont été invités à échanger lors d'un webinaire organisé par CARCEPT Prev : Le Dr Pascal Gillet, Médecin urgentiste (MEDIALANE), Stéphanie Jean-Angèle, diététicienne-nutritionniste (SMARTDIET),

Marie Largenton, Addictologue (GAE CONSEIL).

Retrouvez ce webinaire et le support de présentation sur le site transportezvousbien.fr, rubrique Actualités.



LES PROS DU TRANSPORT EN PARLENT !

LAURENT DEPRET, RESPONSABLE QHSE DES TRANSPORTS BRAY



« On a vraiment à coeur de mettre l'humain au centre de notre stratégie d'où la QVT. L'épanouissement est une de nos valeurs centrales dans l'entreprise. Pour nous, le programme TVB est un formidable outil de sensibilisation pour nos salariés. Nous communiquons les messages de prévention par tous les types de canaux qui existent : affichage, via l'informatique embarquée pour nos conducteurs.

Nous utilisons aussi les formations qui sont proposées par le programme et notamment la formation « Gestes et postures ». Aujourd'hui, dans le métier de conducteur, il y a beaucoup de postures contraignantes et c'est important pour nous de les former aux bonnes pratiques pour réduire le risque d'accidents. Et, on utilise également les ateliers de prévention. »



EN PRATIQUE

FAIRE CONNAÎTRE TVB À VOS SALARIÉS

Carcept Prev met à votre disposition de nombreux outils pour déployer le programme TVB dans votre entreprise, comme par exemple :

- Affiche de présentation
- Affiches thématiques sur les coaching
- Guide salarié qui présente l'ensemble des actions de prévention et les services d'accompagnement

LE PROGRAMME TRANSPORTEZ-VOUS BIEN

PRENEZ SOIN DE VOTRE SANTÉ !
Parce que vous êtes indispensable, le programme de prévention Transportez-Vous Bien* vous accompagne pour améliorer votre capital santé !

5 ACTIONS CLÉS POUR DÉMARRER

- LE RETIENIR DE PRÉVENTION
- L'AUTOÉVALUATION CARDIO
- LE COACHING SOMMEIL
- LE COACHING NUTRITION
- LES FORMATIONS

Rendez-vous sur transportezvousbien.fr

ET POUR PLUS D'INFORMATIONS :

- FACEBOOK TRANSPORTEZVOUSBIEN
- SITE INTERNET TRANSPORTEZVOUSBIEN.FR

LE PROGRAMME TRANSPORTEZVOUSBIEN

carcept prev



INFO

Téléchargez ces outils ou demandez leur version imprimée sur le site

WWW.TRANSPORTEZVOUSBIEN.FR

rubrique « Informer vos salariés »



L'INFO EN + PAR CARCEPT PREV



CHIFFRES CLÉS

• **77%**

des salariés du transport déclarent avoir au moins un comportement addictif (tabac et réseaux sociaux prioritairement).

• **41%**

ont au moins 2 addictions.

• **60%**

des salariés ayant au moins une addiction ont l'intention de s'en débarrasser ou de la réduire.

Selon l'étude réalisée par Opinion Way pour Klesia sur les addictions des salariés du secteur des transports – nov 2020.

"À FOND !" LE PODCAST DÉDIÉ AUX PRATIQUES ADDICTIVES DANS LE TRANSPORT

20 épisodes dédiés à la prévention des pratiques addictives :

- Témoignage d'un salarié du transport sujet à des pratiques addictives (écrans, réseaux sociaux, tabac...).
- Analyse de la situation et conseils pour prévenir les risques liés aux addictions par Alexis Peschard, addictologue.

À écouter sur transportezvousbien.fr, la chaîne YouTube Carcept Prev et les plateformes de podcasts (Spotify, Deezer, Apple ...).

GUIDE " ÉCRANS, JEUX, RÉSEAUX SOCIAUX... À QUEL MOMENT EST-CE TROP ? "

De nombreux repères pour prévenir les cyberaddictions mais aussi des quiz pour s'autoévaluer et des fiches d'information sur les ressources d'aide à disposition. Téléchargez-le sur www.transportezvousbien.fr Ces outils sont proposés par la Fondation Carcept Prev.

G.A.E Conseil

ÉCRANS, JEUX, RÉSEAUX SOCIAUX... À QUEL MOMENT EST-CE TROP ?

GUIDE REPÈRE

fondation carcept prev

GRUPE KLESIA

...ET SI VOUS ÊTES PASSÉS À CÔTÉ DE L'INFO !



TRANSPORTEZVOUSBIEN.FR

Carcept Prev a lancé en avril le site transportezvousbien.fr pour vous permettre d'identifier rapidement les actions de prévention à mettre en place dans votre entreprise. Les salariés bénéficient aussi d'une entrée dédiée pour découvrir le programme TVB et sélectionner les actions répondant à leurs souhaits en matière de prévention. Vous y trouverez toutes les informations du programme ainsi que tous les contacts utiles.

Et aussi : des témoignages, des conseils d'experts, des tutoriels pédagogiques, des catalogues pour préparer sereinement le déploiement du programme dans votre entreprise. Rendez-vous dès à présent sur www.transportezvousbien.fr pour découvrir toutes les actions qui s'ouvrent à vous et enrichir votre politique de Qualité de Vie au Travail !

WWW.TRANSPORTEZVOUSBIEN.FR

TVB, C'EST QUOI ?

Les partenaires sociaux du Transport routier ont conclu le 20 avril 2016 un accord modernisant la protection sociale des salariés. C'est ainsi que depuis le 1er janvier 2017, tous les salariés non-cadres des entreprises visées par cet accord bénéficient d'un compte personnel de prévoyance. À ce régime, est adossé un Haut Degré de Solidarité (HDS), qui vient financer au travers d'un fond dédié le programme TVB. Par l'accord-cadre

du 28 mars 2022, les salariés non-cadres du transport sanitaire sont éligibles au programme TVB depuis le 1er juillet 2022.

Gestes et postures, prévention des conflits, des addictions, gestion du stress... Transportez-Vous Bien propose de nombreuses actions de prévention en lien avec les enjeux de santé et de sécurité du Transport.

GESTES & POSTURES

ADDICTIONS

STRESS

HYGIÈNE DE VIE

ON RESTE EN CONTACT

 transportezvousbien.fr

 prevention@carcept-prev.fr

 Transportez-Vous Bien

 Carcept Prev

 chaîne Carcept Prev

Pour recevoir cette lettre en version digitale ou nous préciser la personne à qui adresser la Lettre dans votre entreprise, merci de nous envoyer votre demande à prevention@carcept-prev.fr.

Carcept Prévoyance, Institution de Prévoyance régie par le titre III du livre IX du code de la sécurité sociale, dont le siège social est situé 4, rue Georges Picquart à Paris (17ème), enregistrée sous le numéro SIREN 348 855 388.

Carcept Prévoyance, agissant sous la marque Carcept Prev, en qualité de gestionnaire du fonds dédié au haut degré de solidarité institué par l'article 14 de l'Accord-cadre du 20 avril 2016 pour un nouveau modèle de protection sociale des salariés relevant des professions des transports et des activités du déchet et l'accord collectif du 28 mars 2022 portant création d'un régime de prévoyance dans les entreprises exerçant des activités de transport sanitaire.

LE PROGRAMME
TRANSPORTEZ-VOUS
BIEN

PAR

 carcept prev
ASSUREUR D'INTÉRÊT GÉNÉRAL