

Note Méthodologique : Prévention des TMS en Santé au Travail

Synthèse structurée de la démarche et des étapes de réalisation de la mission.

Contexte & finalité de la méthodologie

La prévention des TMS requiert une approche systémique, ancrée dans le travail réel et une gouvernance solide.

- TMS = 1^{ère} cause de maladie professionnelle; nécessité d'une démarche structurée et mesurable.
- Articulation conception des postes, organisation du travail, compétences et dialogue social.
- Gouvernance reliant décision et terrain; langage commun Direction, RH, HSE, CSE.
- Levier de performance: moins d'arrêts, meilleure qualité et fiabilité.

Point clé : Piloter avec des référentiels clairs (ex. ISO 45001, ISO 6385, ISO 11228-1) et des indicateurs équilibrés Résultats / Expositions / Moyens.

Objectifs de la mission

- Réduire les atteintes déclarées et les plaintes musculosquelettiques.
- Diminuer l'exposition aux facteurs de risque sur les postes prioritaires.
- Améliorer la qualité perçue des situations de travail par les équipes.
- Renforcer les compétences internes en analyse et conception ergonomiques.
- Stabiliser les performances (qualité, délais, sécurité) grâce à des solutions robustes.

Repères de cibles : -30% de signaux faibles en 12 mois (périmètre pilote); 90% d'encadrants formés en 9 mois; ≥3 exigences ergonomiques par nouvel investissement (suivi trimestriel).

Périmètre / livrables attendus

- Note de cadrage, gouvernance et matrice RACI.
 - Diagnostic ergonomique: cartographie des expositions avec observations et supports anonymisés.
 - Priorisation: matrice gravité × fréquence × maîtrise; scénarios d'actions, coûts/impacts et calendrier.
 - Spécifications ergonomiques, prototypage/essais, critères de réussite, fiches de réglage standard.
 - Déploiement pilote: sessions de 2 h, fiches réflexes, tutorat, ajustements 2–4 semaines.
 - Intégration au système de management: standards, tableau de bord, plan de contrôles, bilan et capitalisation.
-

Démarche méthodologique (étapes)

Étape 1 — Cadrage et gouvernance

- Aligner le périmètre, objectifs (3–5), indicateurs et rôles (Direction, HSE, RH, CSE).
- Produire note de cadrage + RACI; choisir repères normatifs (ex. ISO 45001).
- Planifier points mensuels et revues; éviter cadrage trop large/étroit.

Étape 2 — Diagnostic ergonomique et analyse du travail

- Observations en poste, entretiens, mesures simples (hauteurs, courses, fréquences).
- Cartographier facteurs de risque; supports photos/vidéos anonymisés.
- Analyser flux/variabilité; protéger la parole des opérateurs.

Étape 3 — Hiérarchisation et plan d'actions

- Matrice G×F×M; sélectionner priorités et scénarios d'action avec coûts/impacts.
- Fixer cibles (ex. atteindre niveau 2/5 en 6 mois) et nommer des pilotes.
- Éviter micro-actions dispersées; prévoir budget tampon; intégrer achats/techniques.

Étape 4 — Conception et prototypage

- Spécifier solutions (réglages, aides, redesign de flux) et compatibilités.
- Maquettage et essais in situ; ajustements avec utilisateurs.
- Documenter 3–5 critères de réussite; créer fiches de réglage standard.

Étape 5 — Déploiement pilote et formation

- Conduire pilote: assistance démarrage, retours d'expérience.
- Former encadrants/référents (sessions 2 h), fiches réflexes, tutorat.
- Ajustements quotidiens 2–4 semaines; prévoir recyclages et intégration nouveaux.

Étape 6 — Généralisation, indicateurs et amélioration continue

- Formaliser standards; intégrer au système de management.
- Suivi d'indicateurs Résultat/Exposition/Moyens; revues trimestrielles.
- Surveiller déplacement du risque; évaluer à 6 et 12 mois; capitaliser.

Planning / durée / jalons

Jalon	Échéance / rythme	Notes
Revue de direction	2 / an	Intégrées au cycle de 12 mois
Points d'avancement chantiers	Mensuel	Rythme de décision et d'escalade stabilisé
Revue des indicateurs	Trimestriel	Résultats / Expositions / Moyens
Déploiement pilote	2–4 semaines	Ajustements quotidiens et accompagnement

Couverture formation encadrants 90%	9 mois	Objectif de montée en compétences
Réduction des signaux faibles -30% (périmètre pilote)	12 mois	Suivi trimestriel de la trajectoire

Rôles & responsabilités

Client (Direction, HSE, RH, CSE, encadrants)

- Aligner attentes et objectifs (3–5 mesurables); valider la gouvernance.
- Fournir données initiales (absentéisme, AT/MP, fiches ergon.); choisir repères normatifs.
- Nommer des pilotes; impliquer les futurs utilisateurs.
- Intégrer exigences ergonomiques dans achats et projets techniques.
- Assurer compatibilité avec la production; animer le suivi mensuel/trimestriel et capitaliser.

Consultant (en conseil)

- Formaliser le mandat, la note de cadrage et la RACI.
- Conduire observations, entretiens, mesures; produire la cartographie des risques.
- Élaborer la priorisation (G×F×M), scénarios d'action, coûts/impacts et calendrier.
- Appuyer spécifications, prototypage/essais, critères de réussite et fiches de réglage.
- Cadre et assistance du pilote; transfert de compétences; formalisation des standards et bilan.

Prérequis & données nécessaires (inputs)

- Données de base: absentéisme, AT/MP, plaintes, fiches ergonomiques existantes.
- Accès terrain pour observations, entretiens et mesures (hauteurs, fréquences, charges).
- Référentiels et critères: ISO 45001, ISO 6385, ISO 11228-1; matrice gravité × fréquence × maîtrise.
- Acteurs mobilisés: Direction, HSE, RH, CSE, encadrants, opérateurs.
- Autorisation de captation anonymisée; protection de la parole des opérateurs.
- Dispositif de mesure: cycles hebdo/mensuel/trimestriel; ligne de base et cibles.
- Budget dédié incluant un tampon pour imprévus.

Modalités de pilotage & qualité (comités, validations, risques)

- Gouvernance formalisée (RACI); 2 revues de direction/an; points mensuels; revues trimestrielles.
- Jalons d'évaluation à 3/6/12 mois; impact à 6 et 12 mois documenté.
- Validation par critères avant déploiement; 3–5 critères de réussite observables.
- Traitement des alertes en ≤10 jours ouvrés; écoute structurée et non stigmatisante.
- Prioriser 5–8 chantiers structurants; éviter l'empilement de micro-actions; budget tampon.
- Intégration dans achats/techniques pour pérennité; standardisation des réglages; plan de contrôles.
- Surveiller le déplacement du risque; protéger la parole des opérateurs.
- Vérifications d'efficacité à 6 semaines et 6 mois sur les actions.

