

KESKI

Animez vous-mêmes vos actions de sensibilisation



**CAUSERIE
HANDICAP**



KESKI
19 rue de la grenouillette
78180 MONTIGNY LE BRETONNEUX
www.keski.fr - contact@keski.fr



Un concept

- **La mallette Causerie Handicap est un outil de sensibilisation destiné bâti sur le principe des causeries Sécurité :**
 - Une formule d’animation visant à améliorer sur le long terme la prise en compte du handicap
 - Une formule courte permettant aux participants de s’exprimer en restant ciblé sur le thème du handicap
 - Une animation apportant des informations et faisant émerger des prises de conscience
 - Une démarche de valorisation du personnel, ingrédient indispensable de la motivation et de l’implication des personnes sur le thème du handicap.
- **Concrètement la causerie Handicap est :**
 - Une animation d’une demi-heure centré sur le handicap répartie entre expérimentation, prise de conscience et échange
 - Une approche orientée vers les troubles rencontrés dans l’entreprise
 - Un temps d’information sur votre entreprise handi-accueillante



Les Objectifs

- **Les enjeux de cet outil de sensibilisation sont de :**
 - Lutter contre les préjugés
 - Changer son regard sur le handicap
- **Les objectifs qui y contribuent sont :**
 - Donner des clés de compréhension sur différents handicaps ET comment les identifier
 - Prendre conscience de l'impact du handicap dans la vie professionnelle ET comment aider son collègue en fonction de son handicap
 - Appréhender ce que peut faire l'entreprise face aux handicaps ET connaître les soutiens possibles



Le contenu

La mallette CAUSERIE HANDICAP comprend :

- Les Fiches ATELIERS : LOMBALGIE, TMS, SURDITE, MALADIES INVALIDANTES, ALCOOLISME, AMPUTATION DIABETE, MALVOYANCE, RQTH....et d'autres à définir avec vous !
- Le guide d'animation : comprend un scénario d'animation détaillé, des éléments de langage pour faciliter l'animation, une présentation du rôle de l'animateur, une foire aux questions, un glossaire apportant des compléments d'information sur différents handicaps et apporter à l'animateur un enrichissement sur le thème de la causerie
- Le petit matériel (lunettes) nécessaire à l'atelier Handicap Visuel
- Un espace pour inclure vos propres documents sur le handicap en lien avec la sécurité au travail.



Atelier TMS

KESKI

Matériel : une chaise
2 Personnes

ATELIER TMS

A force de travailler à genoux sur le sol sans vous protéger avec des genouillères, vous souffrez de TMS ou Troubles Musculaires Squelettiques au niveau des genoux. Aujourd'hui, vous avez même du mal à étendre vos jambes tout seul.

Vous êtes assis et vous demandez l'aide de votre voisin pour allonger vos jambes à l'horizontale soit sur une chaise devant vous, soit sur une caisse à outils ou tout autre support à votre disposition.

ATTENTION

vous ne pouvez pas soulever vos jambes vous-mêmes, pour les poser sur le support en hauteur, elles sont comme sans vie.

Lisez la suite seulement quand vous serez dans la position assise avec les jambes allongées.

Il est fort probable que votre voisin vous aura aidé en soulevant vos deux jambes en même temps et en les posant sur le support devant vous Sans vous demander comment vous souhaitiez que cette action soit faite, sans doute sans vous adresser la parole, éventuellement en vous demandant à la fin de l'action « Ca va ? »

Votre collègue est bien intentionné et veut vous rendre service, mais il est tombé dans le piège de ne pas vous demander simplement :

« Comment veux-tu que je fasse, tu dois mieux savoir que moi ! »



KESKI

QUE SONT LES TMS ?

Les **Troubles Musculo-Squelettiques (TMS)**, sont des maladies souvent engendrées par des postures de travail contraignantes et des gestes répétitifs et forcés.
Les **TMS** se manifestent par des douleurs qui peuvent se situer au niveau des membres supérieurs (épaule, coude, poignet), inférieurs (genou, cheville) et à hauteur de la colonne vertébrale. Les tendinites sont également des formes fréquentes de **TMS**. Non soignées, ces maladies peuvent engendrer une incapacité de travail et devenir invalidantes.

COMMENT LES IDENTIFIER ?

Une fatigue musculaire localisée et persistante, se traduisant par :

- Des courbatures lors de la réalisation d'efforts
- Des picotements, engourdissements ou fourmillements la nuit
- Une gêne et des malaises inhabituels au travail

CONSÉQUENCES DES TMS

TMS : la maladie professionnelle la plus répandue en France.

92 % des maladies professionnelles

Les douleurs physiques et articulaires peuvent avoir des conséquences variées telles que démotivation, absentéisme, instabilité professionnelle, perte de qualité, désorganisation du travail, diminution de la production...

Une progression de 20 % des TMS par année.

Elles entraînent près d'un million de journées de travail perdues.

9 arrêts de travail sur 10 sont dus aux TMS.

COMMENT AIDER SON COLLÈGUE ?

- Lui demander d'utiliser les matériels adaptés (genouillères, coudières, tapis de sol...)
- Se relayer pour les travaux avec des vibrations et des chocs répétitifs qui sollicitent les mains et les poignets
- Rappeler la bonne position et le mouvement juste pour soulever et porter une charge

COMMENT L'ENTREPRISE PEUT-ELLE AIDER ?

Sensibiliser les collaborateurs à l'utilisation des matériels adaptés (anti-vibrations), matériels de sécurité (genouillères ...) et aux gestes et aux mouvements justes (ergonomie).

Adapter les postes de travail pour soulager les collaborateurs souffrant de TMS.

Dépister les situations à risque dans l'entreprise.



Atelier Lombalgie

KESKI Matériel : aucun
1 Personne

ATELIER LOMBALGIE

Vérifiez les idées reçues sur les maux de dos !!!

VRAI ou FAUX ?

- Il est conseillé de rester allongé et couché une semaine environ sans faire de mouvement. VRAI FAUX
- L'activité physique quotidienne, même pendant seulement 15 à 30 minutes, procure les plus grands bienfaits. VRAI FAUX
- Il est important d'adopter la bonne position lorsque vous soulevez des charges : gardez toujours les genoux pliés, évitez toute torsion du dos et utilisez la force de vos jambes pour soulever. VRAI FAUX
- On recommande aux personnes qui souffrent du dos de perdre du poids. VRAI FAUX
- Il faut recommander de soulever des objets lourds et de continuer avec son activité normalement. VRAI FAUX
- La musculation du dos est un élément important de toute guérison d'un traumatisme musculaire ou ligamentaire. VRAI FAUX
- Il vaut mieux dormir sur un matelas dur pour éviter le mal de dos. VRAI FAUX
- Il est recommandé de pratiquer des petits mouvements d'étirement sans jamais aller jusqu'à la douleur pour améliorer les problèmes de dos. VRAI FAUX

Total des cases bleues =

Si vous avez 8 réponses bleues, vous êtes parfaitement informé et nous espérons que vous pratiquez certains de ces conseils.

En revanche, si vous avez moins de 4 réponses bleues, vous devez revoir vos idées sur le sujet et si en plus vous souffrez du dos, n'hésitez pas à consulter un médecin au lieu de continuer à souffrir, au risque de transformer votre mal de dos en maladie chronique.

Crée par **KESKI** www.keski.fr



KESKI

QUE SONT LES LOMBALGIES ?

Des douleurs courantes au bas du dos

Elles proviennent d'un effort excessif, d'un mouvement brutal, d'une chute... Le plus souvent la douleur est d'origine musculaire.

Les contraintes professionnelles peuvent être à l'origine des lombalgies : la manutention, les vibrations, les chutes de plain-pied, la manutention de charges lourdes....

Le lumbago est une douleur au niveau des reins, intense, d'apparition brutale, qui bloque le mouvement.

La sciatique est une douleur qui irradie la cuisse, la jambe jusqu'au pied.

COMMENT LES PRÉVENIR

En adoptant les bons réflexes lors du port d'une charge.

En consultant le médecin du travail dès l'apparition d'une douleur au dos, aux reins afin de prendre les mesures pour éviter l'installation de la douleur (ou chronicité).

Sachez que la douleur n'est pas proportionnelle à la gravité des lésions.

CONSÉQUENCES DES LOMBALGIES

Près de 4 personnes sur 5 souffrent un jour de lombalgies.

30 millions de journées de travail seraient perdus chaque année en France à cause de lombalgies !

Au-delà de la crise aiguë, le risque majeur de la lombalgie, c'est de durer et de se répéter. La lombalgie est dite chronique si elle dure plus de 3 mois.

COMMENT AIDER SON COLLÈGUE ?

L'inciter à se faire aider par un collègue pour porter un objet ou une charge lourde ou bien à utiliser un matériel de manutention.

Lui permettre de bouger dans son activité, car les muscles se réparent par le mouvement.

Répartir équitablement les manutentions lourdes au sein de l'équipe. Lui rappeler les bonnes pratiques de manutention.

COMMENT L'ENTREPRISE PEUT-ELLE AIDER ?

Elle peut jouer un rôle majeur pour éviter l'évolution d'une lombalgie vers la chronicité, et qui va éloigner le salarié de son emploi en :

- Formant aux bonnes postures et aux bons gestes professionnels
- Adaptant les postes de travail (« Les Postes Verts »)
- Contribuant à l'amélioration des conditions de travail et de la santé de tous les salariés

Crée par **KESKI** www.keski.fr



Fiche Mémo RQTH

KESKI

MÉMO RQTH

La RQTH
ou Reconnaissance de la Qualité de Travailleur Handicapé est une démarche personnelle et confidentielle à l'initiative du salarié pour la reconnaissance de handicap.

La RQTH permet un accompagnement financier, technique, administratif et humain pour réussir son intégration professionnelle ou son maintien dans l'emploi suite à un accident de la vie ou à un problème de santé. Les handicaps invisibles tels que tels que le diabète, l'asthme, les rhumatismes, les Dys, les allergies, les maladies invalidantes... sont maintenant reconnus comme des handicaps.

Quelle est la démarche ?

- Retirer un dossier auprès de la Maison Départementale des Personnes Handicapées (MDPH) de son département de résidence.
- Compléter le dossier :
 - pour la partie médicale avec l'aide du médecin traitant et du médecin du travail
 - pour la partie administrative avec l'assistante sociale ou le SAMETH en collaboration avec le référent handicap de son établissement.
- Retourner le dossier rempli à la MDPH pour validation.
- Le dossier est examiné par l'équipe pluridisciplinaire de la MDPH puis passe devant la Commission des Droits et de l'Autonomie des Personnes Handicapées. Le salarié peut éventuellement être convoqué pour établir ses besoins en compensation.
- La RQTH est attribuée pour une durée de 1 à 5 ans renouvelable. La procédure peut être longue de 4 à 12 mois selon les régions.

Les bénéfices de la RQTH

- Les aides proposées par l'AGEFIPH : formations spécifiques, aide à l'aménagement du poste ou du temps de travail, à la création d'entreprise, aides aux déplacements (permis, achat véhicule, aménagements, taxi).
- Les possibilités d'accès à des dispositifs de formation : centre de reclassement personnalisé...
- L'adaptation du poste en fonction de la situation de handicap par l'aménagement du poste de travail : organisation, matériel, horaires etc...
- L'orientation de son avenir professionnel en fonction de son état de santé et éviter de perdre son emploi pour inaptitude : bilan professionnel, reconversion professionnelle...
- En cas de licenciement économique, doublement du préavis légal.
- En cas de perte d'emploi, le salarié conserve son statut et bénéficie de l'aide du réseau de placement spécialisé CAP EMPLOI.



Personnalisation

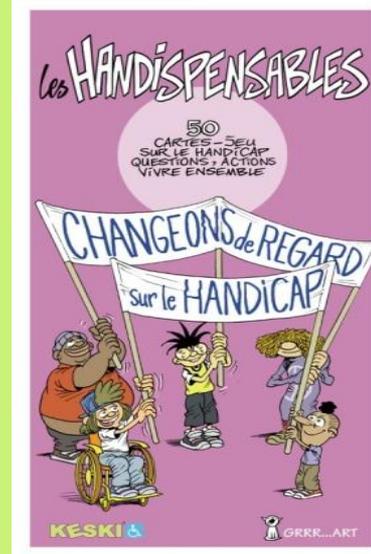
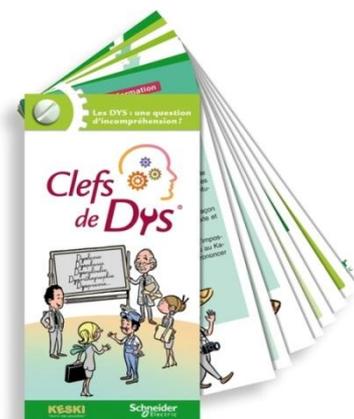
Les options de personnalisation de la CAUSERIE Handicap :

- Rajouter des fiches en adéquation avec les problématiques Handicap/ Santé liées à votre contexte professionnel.
- Adapter le visuel à votre identité sur la mallette, les fiches d'ateliers, dans le guide d'animation avec vos couleurs, votre logo et vos messages institutionnels.
- Ajuster le scénario d'animation à votre contexte d'entreprise, si les préventeurs ou les RH déploient l'outil de sensibilisation.

KESKI , c'est aussi une gamme de jeux et d'animation pédagogiques sur le handicap



Jeux de cartes, Mallettes pédagogiques, Ateliers autonomes, Quiz web, Animations sur mesure...



KESKI



Contact

- Pour échanger sur une forme de partenariat, de sponsoring
- Pour créer une version personnalisée
- Contactez le créateur du jeu : Benoît CARPIER
 - 06 03 46 24 30 ou 01 80 78 60 30
 - mail : benoit@carpier.com
 - Site web : www.keski.fr