

■ PAYS DE MEAUX

SANTÉ. Bien-être au travail : les chauffeurs de bus sensibilisés aux bons gestes

L'entreprise Marne-et-Morin, filiale du groupe Transdev, a organisé lundi 12 décembre, son forum « Bien-être au travail », une première pour son personnel.

Jérôme Garnier, directeur des transports a expliqué la démarche : « Si nous proposons au personnel de suivre chaque année des formations spécifiques pour chaque catégorie, ce forum va sensibiliser tous les employés aux bons gestes, aux postures et à l'hygiène de vie ». 450 employés de l'entreprise ont ainsi pu appréhender les ateliers proposés : nutrition et santé, réveil musculaire, étirements, ergonomie au poste de conduite, gestes de la vie quotidienne.

Des spécialistes pour des bons gestes

Des ostéopathes et nutritionnistes ont animé les ateliers. Et pour Jérôme Garnier, un employé averti adoptera de bons gestes tant au sein de l'entreprise que dans son espace familial. « Bien dormir, c'est arriver en forme au travail. Bien manger aussi. La bonne posture au volant d'un bus peut se transposer au volant de son véhicule personnel. La moyenne d'âge de nos chauffeurs est de 44 ans



Claire, ostéopathe, a montré à David, la bonne posture de conduite.

et de mauvaises habitudes ont été prises pour certains ».

David, conducteur-receveur depuis 10 ans, a reçu les conseils de Claire, ostéopathe : « Ne

pas rester trop longtemps assis, pas de bras tendus ce qui forcerait sur les épaules, un dossier plus vertical et un bon contact au niveau des

lombaires, tout cela va me servir ».

David n'effectue pas plus de six heures d'affilée en urbain, mais la présence de plus en

plus importante de ralentisseurs, gêne le conducteur. « Les chauffeurs remontent les informations et nous travaillons de concert avec la municipalité

pour éviter les ralentisseurs trop agressifs qui nuisent à leur santé », ajoute le directeur.

Depuis quatre ans, Marne-et-Morin s'est engagée dans l'achat de bus à boîte de vitesses automatiques, un plus pour les conducteurs-receveurs.

Pour compléter le forum, un questionnaire était remis à chaque participant. Il en ressort des envies de sport au travail, d'une crèche d'entreprise ou encore de luminothérapie en hiver.

Lutter contre l'absentéisme

Ce forum avait aussi vocation à lutter contre l'absentéisme au travail. Plus de 10 000 journées d'absence ont ainsi été comptabilisées, ce qui pénaliserait le travail global. « Ce chiffre semble affolant mais il est dans la moyenne des entreprises de notre taille : nous comptons 330 conducteurs, une trentaine de mécanos et 90 administratifs. Une personne en longue maladie équivaut à 300 jours par an d'absence », a détaillé Jérôme Garnier. Et ce dernier de rappeler qu'un employé absent doit être remplacé par un autre. Un remplacement qui engendrerait du stress et une mauvaise ambiance.