

NeoForma met les salariés à l'exercice physique

Le cabinet d'ostéopathes conçoit des séances de réveil musculaires en entreprises.

Depuis le début de l'année, dans les 102 magasins Castorama, plusieurs milliers de salariés entament leur service par une séance de réveil musculaire de cinq minutes : à l'aube pour les logisticiens, à 9 heures pour les vendeurs, et plus tard pour les équipes de relève. L'enseigne de bricolage a fait appel au cabinet NeoForma, spécialisé dans la prévention des troubles musculo-squelettiques (TMS) et en particulier dans la conception de programmes d'échauffements.

« La pratique venue d'Asie il y a une dizaine d'années s'est d'abord diffusée dans le BTP, où l'on s'est rendu compte que la plupart des accidents arrivent dans les premières heures, quand le corps n'est pas préparé à l'effort », explique Yannick Bénét,

fondateur de NeoForma en 2011. La structure de 12 salariés, qui réalise 1,3 million d'euros de chiffre d'affaires, travaille avec 350 ostéopathes libéraux dans toute la France.

Référents en interne

Ils forment des référents dans les entreprises, chargés d'animer les séances quotidiennes pour leurs collègues. Le coût de la demi-journée initiale : de 600 à 1.000 euros. Puis de 3.000 à 5.000 euros par an pour le suivi, une à deux fois par mois. « Le résultat déborde le simple cadre de la santé, constate Jérôme Bourgy, directeur HSE de Castorama, avec des effets inattendus sur la cohésion d'équipe et la bonne humeur dans les magasins. »

On rencontre les 1.200 clients de NeoForma dans bien d'autres secteurs que le bâtiment, comme la production, la logistique ou la distribution. Des grands groupes tels qu'Eiffage, Leroy Merlin, Auchan, Procter & Gamble, Carrefour ou

Safran y adhèrent... La routine des séances d'échauffement est conçue selon les besoins du métier : « On met l'accent sur les lombaires et les cuisses pour la manutention, les membres supérieurs pour l'industrie », détaille le PDG, lui-même ostéopathe. NeoForma intervient depuis peu au CHU de Tours (épaules et dos) et dans l'hôtellerie (épaules, coudes et poignets).

Les résultats ? « L'évaluation est rendue difficile par le tabou qui entoure ces statistiques », mais Yannick Bénét connaît « plusieurs exemples où les TMS ont reculé de 50 % ». Il mesure le succès « au fait que la démarche perdure et s'ancre dans la culture des entreprises, qui y associent même leurs sous-traitants et leurs intérimaires ». Castorama constate à court terme, sur mars et avril, « une baisse des accidents de 20 % ». Pour les TMS, maladies à effet retard, il faudra attendre plus longtemps pour en connaître le réel bénéfice. ■