



Prévention
Bien manger, bien dormir,
c'est bon pour la santé au travail

Le Service de Santé au Travail était partenaire de la 2ème semaine de la sécurité organisée au sein de l'entreprise Mademoiselle Desserts, par Patrice CAMPOURCY, directeur du site et Corinne ESCOT, responsable santé sécurité. L'usine de Condat sur Trincou est spécialisée dans la fabrication de pâtisseries et pâtes à tarte surgelées. Comment parler sécurité et santé au travail de manière conviviale et ludique ? C'était tout l'enjeu des ateliers animés par différents intervenants et suivis par une soixantaine de collaborateurs. Ont été évoqués : la prévention routière, la communication et les relations pour travailler ensemble au profit de la sécurité au quotidien, le sommeil et l'alimentation avec les professionnels du Service de santé au travail, Carine MOREL, infirmière en Santé au Travail, et Anne FERRIER, assistante technique en Santé au Travail. Rythme circadien, phases de sommeil, chronobiologie, activité sportive... toutes les bonnes ou mauvaises habitudes ont été passées au crible pour trouver le meilleur équilibre. D'équilibre, il en a été aussi question au sujet de l'alimentation. Comment gérer sa bonne alimentation sur 24h, par des repas équilibrés rappelant que l'assiette idéale se doit de contenir : des légumes, (vitamines et fibres), des féculents (l'énergie), de la viande ou des substituts (protéines) et des produits laitiers. Sur trois repas et une collation, selon un travail en journée ou un travail de nuit, les salariés indiquaient leurs habitudes alimentaires, s'en suivait un débriefing afin de réapprendre à bien gérer ses apports nutritionnels.

A la fin de la semaine, un quizz permettait de passer en revue les bons usages avec à la clé un bonus pour le groupe le plus appliqué. « Nous avons décidé de faire de la sécurité, notre priorité N°1. Il a fallu se réinventer pour redonner une dynamique, faire de la sécurité un événement positif et communicatif » souligne Patrice CAMPOURCY, « le but, c'est que nos collaborateurs se rendent compte qu'ils sont responsables de leur sécurité et qu'ils puissent échanger et s'exprimer sur la façon dont ils voient les choses. Rappelons que depuis 2 ans que nous proposons cette semaine, le taux de fréquence (nombres d'accidents du travail avec arrêt) est en baisse » poursuit le directeur du site.

L'an prochain Mademoiselle Desserts poursuivra sa campagne de prévention avec de nouveaux salariés et de nouveaux challenges.

SIST Périgueux-Sarlat-Nontron

185 route de Lyon

24000 Périgueux

Tél : 05 53 45 45 00

Contact Presse : Valérie DESFRANCOIS -

Tél : 05.53.45.66.29 - 06.29.45.24.90 -

13/02/2020

