

Organiser et animer un safety day



Safety day : top 10 des idées d'ateliers à organiser pour votre journée sécurité

Vous souhaitez organiser un Safety Day en entreprise et vous êtes à la recherche d'ateliers à mettre en place pour vos collaborateurs ?

On vous partage le Top 10 des activités à organiser pour un Safety Day, de la plus prisée à la plus originale, qui plairont à coup sûr à vos collaborateurs !

Et pour mettre toutes les chances de votre côté il est important de connaître toutes les étapes clés pour réussir sa journée sécurité au travail.

Le top 10 des activités pour votre Safety Day, c'est parti !

Tout d'abord, pourquoi organiser un Safety Day ?

Le Safety Day, ou journée santé sécurité, est une journée que l'entreprise consacre à ses salariés pour les sensibiliser sur les enjeux liés à la santé, la sécurité et au bien-être. C'est en fait un excellent moyen de mettre en avant les messages de prévention santé et sécurité dans un cadre plus ludique que les informations traditionnelles.

Quels sont les bienfaits d'un Safety Day ?

- Développer la culture sécurité dans votre entreprise : le Safety Day participe à la mise en place de votre démarche de prévention santé et sécurité et vous améliorez de cette façon les conditions de travail ;
- Organiser une journée santé sécurité sur mesure, adaptée aux problématiques de votre entreprise avec des animations qui marquent les esprits et amènent à la réflexion, grâce à l'expertise des formateurs ;
- Sensibiliser et mobiliser les salariés autour d'objectifs communs : l'ensemble de vos salariés seront alertés sur les différents risques et dangers inhérents à votre activité grâce à des activités ludiques et des échanges en groupes ;
- Réduire l'absentéisme : les formations autour de la santé et la sécurité jouent un rôle de sensibilisation auprès de vos salariés sur les dangers du lieu de travail et permettent de réduire les accidents de travail ;
- Améliorer le bien-être au travail : une meilleure prise en compte de la sécurité de vos collaborateurs renforce l'attractivité de l'entreprise, améliore l'engagement et donc la productivité.

Quand organiser une journée sécurité ?

Certains sites, en particulier les filiales de grands groupes, se voient imposer la date de leur Safety Day. Pour les autres, il y a l'embarras du choix ! Et si tous les moments sont bons pour faire de la prévention, il existe cependant quelques bonnes pratiques :

- Privilégiez une période plus calme dans votre activité afin de garantir une plus grande participation de la part de vos salariés aux ateliers de sensibilisation ;
- Si vous lancez une nouvelle politique de prévention santé sécurité, alors le Safety Day peut en être la première étape ;
- Vous pouvez raccrocher votre événement à un événement officiel lié à la santé au travail dont voici quelques exemples dans notre article des actions de santé 2021.

Top 10 des ateliers à organiser pour votre Safety Day

Le plus classique : Formation premiers secours

La formation premiers secours est un indispensable ! Grâce à cela, vos salariés connaîtront et maîtriseront les gestes qui sauvent (positions latérales de sécurité, massages cardiaques, utilisation d'un défibrillateur, etc.). Ils sauront donc apporter les premiers soins nécessaires à une personne blessée ou en situation de détresse. Ce, aussi bien dans le cadre professionnel que personnel.

Que dit la loi à ce propos ? Tout employeur a l'obligation de mettre en place dans son entreprise des moyens de secours adaptés afin de prendre en charge rapidement un salarié victime d'un accident du travail, d'une détresse médicale ou d'un état pathologique.

Depuis 2008, il est obligatoire de former un membre du personnel si votre entreprise réalise des travaux dangereux et/ou emploie 20 travailleurs au moins pendant plus de 15 jours où sont réalisés des travaux dangereux.

L'INRS recommande tout de même de former au moins un Sauveteur Secouriste du Travail (SST) sur chaque site même si les activités de l'entreprise ne sont pas dangereuses au regard de la loi.

Un grand classique pour cette journée santé sécurité !

Le plus prisé : Réveil musculaire en entreprise Un autre deuxième grand classique : les ateliers d'éveil musculaire.

L'échauffement musculaire est une des activités les plus prisées en entreprise, en particulier pour les métiers manuels et physiques. C'est en effet un moyen efficace pour limiter le risque de blessures et prévenir les troubles musculo-squelettiques (TMS). Si vous ne connaissez pas cette pratique, je vous invite à lire notre article de blog dédié au réveil musculaire !

Le mal de dos, ce « mal du siècle », est à l'origine de 30% des arrêts de travail selon l'Assurance Maladie. Le réveil musculaire, s'il est pratiqué régulièrement, permettrait d'éviter ces maux de dos et de réduire ainsi l'absentéisme. La journée santé sécurité peut être l'occasion idéale pour présenter cette pratique à vos collaborateurs, prendre leur pouls et amorcer ainsi une démarche d'éveil musculaire à long terme. Vous pourriez même, à terme, penser à former un petit groupe d'employés qui deviendront les référents en interne. Ces derniers seront ainsi capables d'animer les prochaines séances d'éveil musculaire en toute autonomie.

Les 2 plus pratiques au quotidien :

Conférence sur le sommeil

L'exposition à des risques, la charge de travail élevée ou encore les conditions de travail souvent pénibles (bruit, odeurs désagréables, etc.) expliquent en grande partie le stress ressenti par les salariés du secteur secondaire. Or, le stress intense est néfaste pour la santé physique et morale et favorise les troubles du sommeil. Un mauvais sommeil peut troubler la concentration et favoriser les risques d'accidents.

Saviez-vous que la privation de sommeil avait été l'une des causes des plus grandes catastrophes industrielles du XXème siècle ? Nous pensons notamment à l'explosion nucléaire de Tchernobyl en 1986 ou encore celle de la navette spatiale Challenger la même année. Les commissions d'enquête sur ces accidents ont incriminé la fatigue ou la somnolence parmi les causes de ces catastrophes ; car oui, le manque de sommeil peut mener à de graves erreurs de jugement. En fait, la somnolence est même la cause de 57% des décès chez les camionneurs.

Ainsi, une conférence de 1h30 qui donne les clés pour mieux comprendre le sommeil et en améliorer sa qualité peut être une très bonne idée pour la journée sécurité au travail. Elle permettra d'assurer la sécurité de vos collaborateurs.

Formation sur les troubles du sommeil et la vigilance au volant

Vos salariés sont souvent sur les routes ou conduisent pendant de longues heures ? Alors il peut être intéressant de les sensibiliser sur les dangers de la somnolence au volant pour limiter les accidents et prévenir les risques routiers. Selon le bilan sécurité 2017 de l'ASFA, la fatigue et la somnolence demeurent la première cause des accidents mortels sur autoroute, alors la vigilance au volant n'est pas un sujet à prendre à la légère !

Le plus déroutant : Prévention des chutes de plain-pied et glissades

Les chutes de plain-pied sont des glissades, trébuchements, faux pas et autres pertes d'équilibre sur une surface « plane ». L'accident peut être généré par un élément non dangereux de base (par exemple : un chiffon au sol qui fait glisser un salarié), par un mouvement du salarié qui fera qu'il perdra son équilibre ou par un manque d'attention de la part du collaborateur.

Ainsi, les situations à risque résultent de la combinaison de plusieurs facteurs. Parfois, les éléments déclencheurs de l'accident ne sont manifestement pas dangereux (un objet au sol par exemple) et peuvent faire partie intégrante de l'environnement de travail, ce qui fait que les salariés ne seront pas naturellement alertés.

Afin de sensibiliser les salariés aux chutes de plain-pied et glissades, vous pouvez mettre en place une formation comprenant des exercices de simulation de chutes pour une meilleure compréhension des situations à risques, des différentes causes d'accidents et de leurs conséquences. Si vous le souhaitez, vous pouvez également proposer une formation aux chutes de plain-pied en version e-learning.

Le plus impressionnant : Simulateur de choc-frontal

Si vos salariés sont souvent sur les routes, prévoyez des activités autour de la vigilance au volant. Dans cet esprit, vous pouvez proposer un atelier simulateur de choc frontal. Ce dernier fait vivre aux participants l'expérience d'un choc frontal équivalent à 35 km/h.

Il permet donc de prendre conscience des dégâts pouvant être causés lors d'un accident avec choc frontal sur le corps humain et de l'importance du port de la ceinture de sécurité.

Le plus efficace pour stimuler l'empathie : la simulation de vieillissement

Pourquoi ne pas sensibiliser vos salariés aux TMS en les mettant en situation directement ? La combinaison vieillissante est très utile pour se mettre dans la peau d'une personne âgée, qui présente des troubles musculo-squelettiques. Les salariés peuvent ainsi appréhender les effets du temps sur le corps.

Comment l'atelier de simulation de vieillissement se déroule ? Les salariés enfilent la combinaison vieillissante puis exercent des mouvements simples en temps normal : marcher, soulever un objet, s'asseoir, se relever, boire un verre d'eau etc. Lors de notre atelier, notre coach fait ensuite un rappel sur les bonnes pratiques afin d'améliorer sa santé, sa sécurité et son hygiène de vie. Rien de tel qu'un atelier pratique comme celui-ci pour se rendre compte qu'il ne faut pas attendre avant d'agir contre les TMS !

Le plus éducatif : Quiz sécurité au travail

Les ateliers de quiz en entreprise sont souvent très appréciés car très instructifs et ludiques ! Lors d'un tel atelier, les participants ont un peu de temps pour répondre à un quiz, qui couvre différentes thématiques autour de la sécurité (chutes de plain-pied, manutention manuelle, chutes de hauteur, EPI, etc.). Puis, notre intervenant fait le point sur les réponses données et donne des éléments de pédagogie question par question. Un quiz sécurité au travail est un excellent rappel sur les bonnes pratiques de sécurité à adopter en entreprise !

Le plus innovant : Chasse aux risques en réalité virtuelle

Avec la réalité virtuelle, vos salariés peuvent se mettre en danger sans prendre de risques réels et se rendre compte des effets concrets de leurs comportements !

Ainsi, avec la chasse aux risques en réalité virtuelle, vous pouvez immerger vos collaborateurs dans un environnement similaire à la réalité terrain et leur faire identifier des risques dans l'univers de travail : ouvrier sans casque, matériel mal entreposé...

Cet atelier permet de sensibiliser sur la détection des situations dangereuses et d'en tirer tous les enseignements pour prévenir les risques.

Certaines entreprises sont spécialisées dans la mise en place de réalité virtuelle au travail (Come in VR, Reality Academy, Preventirisk, etc.). Vous pouvez faire appel à elles pour organiser un tel atelier.

Le plus amusant : Escape game sécurité

Organiser un Escape Game autour de la santé et la sécurité est la preuve que même les thèmes les plus compliqués peuvent être abordés en s'amusant. Un escape game est une expérience innovante, ludique et enrichissante : résolution d'énigmes, esprit d'équipe et entraide, analyse, curiosité, etc.

Par exemple, le scénario de départ peut être l'identification d'une chute de plain-pied, qu'il faudra comprendre en reconstituant le scénario et en analysant les facteurs d'accident. Cet escape game débouche ensuite sur des conseils et solutions concrètes pour prévenir les risques.

Le plus animé : Risques incendie

En matière de risques d'incendie, l'employeur doit prendre les mesures nécessaires pour que tout commencement d'incendie puis être rapidement et efficacement combattu dans l'intérêt du sauvetage des travailleurs (article R4227-28 du Code du Travail).

Le Safety Day est l'occasion idéale pour mettre en œuvre une formation à la sécurité incendie (formation EPI, Equipiers de Première Intervention), qui permet de répondre aux obligations légales de l'employeur. Ce peut être l'occasion également de recycler la formation incendie si elle a déjà été mise en place quelque temps auparavant (le recyclage de la formation se fait tous les 12 mois).

Dans la même veine, il est primordial de former des guide-fils et serre-fils qui sauront évacuer le bâtiment en cas d'incendie et prodiguer les premiers gestes médicaux d'urgence si besoin.

Le plus inattendu : Atelier de cohérence cardiaque

Les ateliers de relaxation ne sont pas innovants en soi mais en proposer lors d'un Safety Day peut être inattendu et donc original. Tous les salariés, quel que soit le secteur dans lequel ils travaillent, ont besoin de se relaxer et de souffler un peu.

Alors, pourquoi ne pas profiter de cette journée pour proposer à vos salariés des ateliers de cohérence cardiaque voire des massages assis ?

La cohérence cardiaque est une technique qui permet de contrôler sa respiration afin de réguler son stress, ses émotions ou encore son anxiété. Elle permet ainsi de se détendre jusqu'à retrouver un bien-être profond. Utile donc quand on sait que les salariés du secteur secondaire peuvent ressentir du stress intense dans leur travail au quotidien (risques, surcharge de travail, conditions de travail pénibles, etc.).

Mais ces ateliers peuvent être aussi :

Sensibilisation au handicap

En France, 80% des handicaps déclarés sont invisibles et 20% de la population active est considérée en situation de handicap. L'objectif de cet atelier est de mieux comprendre le handicap, ses enjeux et d'améliorer l'inclusion dans l'entreprise. Sous forme de conférence, d'ateliers ou de quiz, la sensibilisation permettra à vos équipes d'avancer sur ce sujet. Durée: 1 à 2 heures.

Sensibilisation discrimination et harcèlement

La promotion d'une culture d'entreprise au sein de laquelle les collaborateurs se sentent respectés est primordiale. L'atelier de sensibilisation permet aux collaborateurs de prendre conscience de ces problématiques de manière ludique et bienveillante.

D'une durée d'1h30, cette sensibilisation est une bonne entrée en matière sur le sujet du harcèlement. A la suite de cette journée, il est possible de déployer des formations pour aller plus loin dans la démarche préventive.

Méditation en entreprise

Offrez une pause hors du temps à votre équipe avec nos séances de méditation en entreprise. Elles permettent d'apprendre à méditer par la pratique et vont pour certains, être utilisées dans la vie quotidienne pour réduire le stress.

Séances de sophrologie

Pour travailler sur des problématiques individuelles ou de groupe, la sophrologie pourra permettre de réduire le stress, travailler sur les problématiques de burnout ou encore gagner en confiance en soi.

Atelier automassage

Connaissez-vous cette sensation de tension musculaire au travail ? Le Do In en entreprise permet d'apprendre les gestes pour éradiquer ces tensions au quotidien en se basant sur des techniques traditionnelles de médecine chinoise. C'est l'occasion d'avoir une « boîte à outils » pour prendre soin de soi.

Conclusion

En d'autres termes, lors de cette journée, vos salariés souhaitent des activités courtes et modernes, qui mettent l'accent sur des savoir-faire pratiques et concrets, directement applicables.

La prévention des risques n'a pas bonne presse auprès de vos équipes, alors prouvez-leur qu'ils ont tort avec des ateliers ludiques et intéressants comme ceux-ci-dessus.

Pour que votre journée sécurité soit réussie, elle doit être dynamique et les activités doivent s'enchaîner agréablement. Chacun doit sortir de cette journée en ayant passé un bon moment : il faut donc allier pédagogie et amusement.

Nous espérons que ce top aura pu vous inspirer pour l'organisation de votre Safety Day et en faire une réussite auprès de vos collaborateurs.