

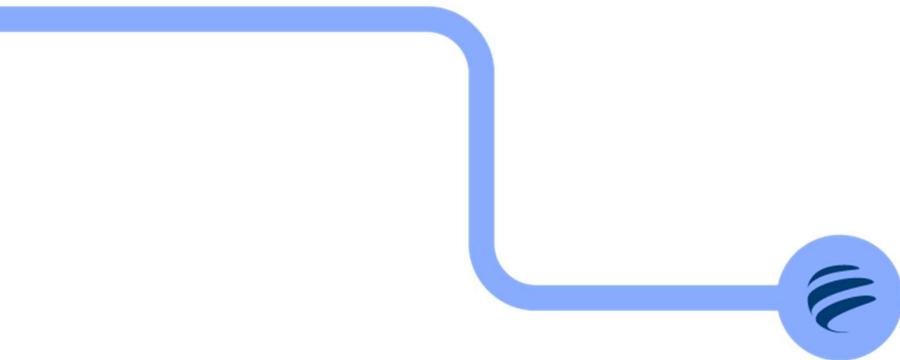


RÉSEAU SANTÉ
DE LA SARINE

**SANTÉ ET SÉCURITÉ AU TRAVAIL
RESSOURCES HUMAINES**

PLAN SANTE ET SECURITE 2025-2029

RESEAU SANTE DE LA SARINE



« Les dénominations masculines s’entendent aussi bien au masculin qu’au féminin. »

1. NOS AMBITIONS

La santé est un bien précieux pour chacun-e de nous et pour la collectivité dans son ensemble. Elle englobe un bien-être physique, psychique et social, fortement influencé par les ressources personnelles tout au long de la vie. **Nous vous rappelons que chaque collaborateur est acteur de sa santé et de sa sécurité.**

Le plan santé et sécurité du Réseau Santé de la Sarine (RSS) 2021-2025 s’engage, pour les cinq années à venir, à mettre en place une dynamique ayant pour but d’améliorer durablement la prévention, santé et sécurité au travail.

LES OBJECTIFS :

- L’amélioration des conditions de travail et la protection de la santé
- L’amélioration Amélioration de la qualité de vie sur le lieu de travail
- La prévention des accidents professionnels et maladies en lien avec le travail
- L’entretien des infrastructures minimisant les risques d’accident
- La diminution de l’absentéisme et du turnover
- Une bonne ambiance de travail et un renforcement de l’esprit d’équipe
- La fidélisation des employés
- Une image positive et novatrice de l’entreprise
- L’amélioration de la prévention et de la prise en charge précoce des risques

ACTEURS/ROLES/INTERETS

| ACTEURS | ROLES |
|------------------------------------|---|
| Direction du Réseau | <ul style="list-style-type: none"> • Valide et encourage le plan santé • Définit les tâches relatives à la sécurité, à la santé et à l’hygiène au au trava • détermine les compétences et les responsabilités. |
| Service Ressources Humaines | <ul style="list-style-type: none"> • Définit la mise en place du concept ainsi que son suivi pour la santé au travail • Coordonne les actions • Diffuse les messages |
| Coordinateur sécurité | <ul style="list-style-type: none"> • Définit la mise en place du concept ainsi que son suivi pour la sécurité au travail • Coordonne les actions • Diffuse les messages |
| Médecin conseil | <ul style="list-style-type: none"> • Définit le cadre scientifique • Réalise des visites, contrôles, vaccinations... |
| Commission du Personnel | <ul style="list-style-type: none"> • Propose des actions de santé et sécurité au travail |
| Acteurs externes | <ul style="list-style-type: none"> • Réalisent des mandats « santé et Sécurité au travail » en fonction des besoins |



2. STRUCTURE ET ORGANISATION DE LA SANTE ET SECURITE AU TRAVAIL

Les directives 05- « Tenue vestimentaire et hygiène », 06 — Santé et Sécurité au travail, covid et tous les articles de la Loi sur le Personnel de l'Etat de Fribourg (LPers) et du Règlement du personnel (RPers)s'appliquent.

3. ACTIONS SANTE

Les actions en promotion de la santé ont pour but de donner aux collaborateurs du RSS « les moyens d'assurer un plus grand contrôle sur leur propre santé, et d'améliorer celle-ci ».

Au RSS les thématiques seront déclinées comme suit :

| | |
|--|--------------------------------------|
| Vaccination contre la grippe | Annuellement |
| Préparer sa vie post professionnelle | Annuellement |
| Contrôle carnet vaccination pour le personnel des soins | A la demande et/ou à l'embauche |
| Contrôle travail de nuit | Tous les 2 ans |
| Forum Santé | 2025 |
| Transfert intelligent | 2025 |
| Addictions & santé mentale | 2026 |
| Partenariat avec HUB Inosanté | 2026 |
| Gestion du changement | 2027 |
| Nutrition | 2028 |
| Forum Santé | 2029 |
| Peer support | développer les actions du SAS au RSS |



LA VACCINATION CONTRE LA GRIPPE :

La vaccination annuelle contre la grippe reste le moyen le plus efficace de se prémunir contre cette maladie.

Elle protège non seulement l'individu mais également son entourage privé et professionnel, notamment les personnes qui ne peuvent pas se faire vacciner.

Nous vous encourageons à vous rendre sur le site de l'OFSP pour plus de compléments :

<https://www.sevaccinercontrelagrippe.ch/fr-ch/la-grippe.html>



Ligne Info-vaccin : 0844 448448

Le Réseau, dans le cadre de son plan de santé au travail, prend en charge votre vaccin et la vaccination contre la grippe chaque année, sur inscription.

PRÉPARER SA VIE POST PROFESSIONNELLE

Sous forme d'un séminaire de 2 jours, vous pourrez identifier tous les changements qui s'opèrent lors du passage de la vie professionnelle à la retraite.

Objectifs : Se diriger vers une retraite réussie et sereine en disposant d'informations et d'outils ciblés. Partager sa vision de sa future retraite avec d'autres personnes.

Durée : 2 jours

CONTROLE CARNET VACCINATION POUR LE PERSONNEL DES SOINS :

Nous vous proposons une visite médicale, qui comprend la mise à jour de votre couverture vaccinale, effectuée par notre médecin conseil.

A la demande et/ou à l'embauche



CONTROLE TRAVAIL DE NUIT

Les collaborateurs qui effectuent un minimum de 25 nuits par année doivent passer un examen médical et bénéficier de conseils qui s'y rapportent.

Cet examen a lieu à intervalle régulier, tous les deux ans et toutes les années pour les collaborateurs de 45 ans révolus, ceci conformément à l'article 17c de la Loi fédérale du 13 mars 1964 sur le travail dans l'industrie, l'artisanat et le commerce (LTr) et aux articles 43 à 45 de l'Ordonnance 1 du 10 mai 2000 relative à la loi sur le travail (OLT 1).

Le contenu de cette entrevue est sous le secret médical. Cet entretien est **obligatoire** et indépendant du suivi chez votre médecin traitant. Le temps consacré à cette consultation est compté sur votre temps de travail.

FORUM DE LA SANTE

L'objectif d'un forum de la santé est de promouvoir le bien-être physique et mental au sein de l'organisation, en offrant des ressources et en encourageant un mode de vie sain, pour améliorer la qualité de vie et la productivité au travail.

Thématiques : Alimentation, Initiation à l'auto-hypnose, résilience, séminaire du rire, addictions, sommeil, régénération, pleine conscience numérique et pleine conscience.

Durée : Tous les après-midi du 2 au 6 juin 2025

TRANSFERT INTELLIGENT

En 2025, le HMS axera sa formation sur l'ergonomie au quotidien, avec la mise en pratique du « transfert intelligent ». Elaborée, entre autre, par une équipe d'ergothérapeute, cette formation reposera principalement sur une méthode de prévention afin d'assurer la santé des collaborateurs tout en fournissant des outils qui vont permettre de répondre aux besoins des résidents qui doivent être accompagnés lors des transferts.

Objectifs : Promouvoir la santé des collaborateurs grâce à la formation en ergonomie, en mettant l'accent sur le transfert intelligent et la prévention, tout en fournissant des outils adaptés aux besoins des résidents.

ADDICTIONS ET SANTE MENTALE

Des actions de sensibilisation seront mises en place tout au long de l'année, sous forme de conférences, ateliers ou formations, afin d'ouvrir le dialogue et renforcer les connaissances autour des addictions et de la santé mentale au travail.

Les contenus seront adaptés aux différents publics de l'institution pour favoriser une approche inclusive et bienveillante.



Objectifs : Sensibiliser, déstigmatiser les problématiques de santé mentale et d'addictions, et encourager une culture de soutien et de prévention.

Durée : Tout au long de l'année

GESTION DU CHANGEMENT

Des thématiques en lien avec la gestion du changement seront proposées tout au long de l'année, sous forme de conférences et de formations. Des sessions seront spécifiquement adaptées aux cadres et aux collaborateurs/trices afin d'accompagner au mieux les équipes dans les évolutions structurelles et organisationnelles.

Objectifs : Accompagner les équipes dans les transitions, renforcer les compétences en gestion du changement et soutenir les cadres dans leur rôle de relais.

Durée : Tout au long de l'année

NUTRITION

Des actions de sensibilisation autour de l'alimentation et de ses impacts sur la santé physique et mentale seront proposées durant l'année, sous forme de conférences, ateliers ou conseils pratiques adaptés aux besoins des collaborateurs/trices.

Objectifs : Promouvoir une alimentation équilibrée, encourager de bonnes habitudes alimentaires et sensibiliser aux liens entre nutrition et bien-être au travail.

Durée : Tout au long de l'année

PEER SUPPORT

Le Peer Support ou debriefing pairs, est un dicastère qui existe aux ambulances et qui doit être développé pour tout le Réseau. Il permet aux professionnels de débriefer avec d'autres professionnels formés sur des actes métiers qui se seraient mal déroulés, sur une intervention difficile avec un patient/résident ou même en lien avec des agressions physiques ou verbales de nos clients.



ACTIONS SECURITE

| | |
|---|--|
| Gestion des alarmes incendie au HMS | Annuellement |
| Base Feu | Annuellement |
| BLS-AED certifiés SRC avec obtention d'un certificat | Annuellement Pour les soins à domicile Attestation valable 2 ans |
| Formation REA | Annuellement pour le Home Médicalisé et l'administratif |
| Partenariat avec Solbra | 2025 - 2026 |

GESTION DES ALARMES INCENDIE AU HMS

Un feu peut se déclarer à tout moment sur le lieu de travail. Il est donc recommandé de toujours repérer où se trouvent les moyens d'extinction, les voies d'évacuation et les issues de secours.

Objectifs : Enseigner la conduite à tenir dans l'institution en cas d'alarme incendie au HMS

Durée : 1 h

Contenu du cours :

- Connaissance des consignes de sécurité
- Rappel des procédures internes de l'établissement
- Conduite à tenir en cas d'alarme incendie
- Apprendre à manipuler la centrale de détection incendie (boîtier se trouvant derrière la réception)
- Procédure d'appel à la centrale d'alarme de la police cantonale
- Rappel des numéros d'urgence

BASE FEU

Cette formation propose une partie théorique avec les connaissances de sécurité, comment réagir en cas de départ d'un feu, reconnaître les types d'extincteurs ainsi qu'une partie pratique avec l'utilisation des extincteurs, l'utilisation d'une couverture extinctrice et une démonstration de feu d'huile alimentaire.

Objectifs :

- Apprendre le réflexe « prévention »
- Intervenir dans une situation spécifique en tenant compte de sa propre sécurité
- Donner rapidement et correctement l'alarme
- Appliquer correctement les principes d'extinction

Durée : 2 h



Contenu :

- Théorie (connaissance de sécurité interne, « comment réagir en cas de départ de feu ? », triangle de feu, reconnaître les types d'extincteurs)
- Pratique (utilisation des extincteurs sur différents types de feux, utilisation d'une couverture extinctrice sur mannequin, démonstration de feu d'huile alimentaire et magnésium, passage dans une fumée propre et sans danger — Machine à enfumer)

BLS-AED CERTIFIÉS SRC AVEC OBTENTION D'UN CERTIFICAT

Cela n'arrive pas seulement aux autres. En cas d'urgence, pour sauver une vie, vous aurez besoin de réagir vite et efficacement.

Ce cours va permettre à tout un chacun de pratiquer des gestes simples et sans risque afin d'aider efficacement une personne victime d'un accident ou tombant subitement malade en attendant l'arrivée des secours.

Vous obtenez un certificat BLS-AED valable 2 ans

Durée : 4h30

Objectifs :

- Savoir activer la chaîne des secours
- Identifier et évaluer les situations d'urgence
- Avoir les bons réflexes
- Être capable d'appliquer les gestes de base de la réanimation

FORMATION REA

Version allégée du BLS-AED. Il donne une première approche des gestes de secours simples à pratiquer en attendant les secours.

Durée : 1h30

PARTENARIAT AVEC SOLBRA

Entre 2025 et 2026, nous déploierons la solution de branche SolBra pour renforcer la santé et la sécurité au travail au sein de notre organisation. Cette initiative comprendra l'analyse des risques, la mise en place de formations spécialisées et l'évaluation continue de nos pratiques en matière de sécurité.

Objectifs : implémenter les outils d'évaluation des risques, déployer des formations ciblées et évaluer l'efficacité des mesures mises en place.