



Centre de prévention pour le dos
Rapport global des activités pour l'année 2020



Rédaction :

S. Felt

V. Lejeune

I. Lempereur

P. Martiri

SOMMAIRE

1	<i>Rappel</i>	3
2	<i>Formations réalisées en 2020</i>	4
3	<i>Formations « Liewen a schaffen mat sengem Réck »</i>	5
4	<i>Formations de prévention primaire</i>	5
	4.1 Formations "Een Dag fir däi Réck " - charges	5
	4.2 Formations « bureau »	8
	4.3 Formations “Gestes et postures dans le domaine des soins“ – jour de base	10
5	<i>Origine des inscriptions</i>	12
6	<i>Modifications d’organisation</i>	13
	6.1 Nouveau concept des formations de prévention primaire	13
	6.2 Activités de conception	14
7	<i>Participation à des manifestations</i>	15
8	<i>Conclusions</i>	15

1 Rappel

Suite à la convention conclue entre l'État du Grand-Duché de Luxembourg et l'Union des Caisses de Maladie portant création d'un Centre de Prévention pour le Dos (Mémorial A – N° 39 du 04 avril 2008), le Centre de Prévention pour le Dos (Prévendos) a été créé.

Les formations organisées dans le cadre du projet national du Centre de Prévention pour le Dos, pour lequel le STM est le gestionnaire, s'inscrivent dans le dernier axe de la **prévention (tertiaire)** des lombalgies « Liewen a schaffen mat sengem Réck » (LSR). Ces formations qui ont pour objectif d'assurer une meilleure qualité de vie aux travailleurs atteints de lombalgies sévères ont été suspendues à partir du 19 mars 2018 (dernier jour de la dernière formation).

Depuis le 1^{er} avril 2009, des formations de **prévention primaire** pour le dos (charges, Horeca, bureau, crèches, soins et les formations de formateur interne) sont financées par l'Association d'Assurance Accident dans le cadre du Centre de Prévention pour le Dos. Ces formations de prévention primaire sont gratuites et ouvertes à tous les salariés du Grand-Duché de Luxembourg.

Une description des formations est disponible sur le site www.prevendos.lu.

2 Formations réalisées en 2020

FORMATIONS POUR LOMBALGIQUES LSR (PREVENTION TERTIAIRE)

Au cours de l'année 2020, aucune formation n'a été effectuée.

Les formations pour lombalgiques « Liewen a schaffen mat sengem Réck » (LSR) sont suspendues depuis mars 2018 à cause de l'absence d'une salle de formation adéquate.

FORMATIONS DE PREVENTION PRIMAIRE

A partir du premier avril 2009, des formations de prévention primaire ont été intégrées au projet. Pour l'année **2020**, **22 formations de prévention primaire** ont été réalisées pour un total de **22 jours de formation**. Le nombre total de **participants** s'élève à **208**. Le tableau ci-dessous présente le détail des différentes formations.

Type de formation	Nombre de formations			Nombre de participants		
	Janv.- Juin	Juil.- Déc.	Total	Janv.- Juin	Juil.- Déc.	Total
Formations « Een Dag fir däi Réck » - Charges	9	2	11	92	9	101
Formations « Non aux douleurs au travail : Agissez » – Bureau	1	1	2	8	9	17
Formations « 8 Stonnen fir Iech an der Crèche wuel ze fillen »	4	0	4	49	0	49
Formations « Gestes et postures dans le domaine des soins » – Jour de base	5	0	5	41	0	41
Formations « Horeca »	0	0	0	0	0	0
Formations « Formateur charges »	0	0	0	0	0	0
TOTAL	19	3	22	190	18	208

Face à l'évolution du virus **COVID-19 au Luxembourg** (augmentation sensible des cas et premiers cas de transmission locale), le 12 mars 2020, le Gouvernement luxembourgeois a pris une série de mesures et recommandations afin de protéger la santé publique. Afin de répondre à celles-ci, le Centre de Prévention pour le Dos **a suspendu l'ensemble de ses formations à partir du lundi 16 mars 2020 et ce, jusqu'à la fin de l'année 2020.**

Cependant, au cours du second semestre 2020, à la demande expresse de certaines entreprises et dans le respect total des mesures sanitaires émises par le Gouvernement luxembourgeois (en vigueur au moment de l'organisation de la formation), 1 formation « Non aux douleurs au travail : Agissez » - Bureau et 2 formations « Een Dag fir däi Réck » - Charges ont été dispensées.

3 Formations « Liewen a schaffen mat sengem Réck »

Les formations pour lombalgiques « Liewen a schaffen mat sengem Réck » (LSR) ont été suspendues depuis mars 2018 à cause de l'absence d'une salle de formation adéquate.

Au cours du dernier semestre de 2017, les médecins du travail ont été informés de la suspension imminente de ces formations et les inscriptions ont été momentanément arrêtées.

4 Formations de prévention primaire

N.B. : Les formations de prévention primaire de la période du 1er janvier 2008 au 31 décembre 2020 ont été prises en considération pour l'obtention des résultats.

4.1 Formations « Een Dag fir däi Réck » - Charges

➤ Caractéristiques des participants à la formation

Les résultats présentés ont été obtenus à partir d'un échantillon de **5.957 participants** qui ont pris part à une formation « Een Dag fir däi Réck » - Charges au cours des années 2008-2020.

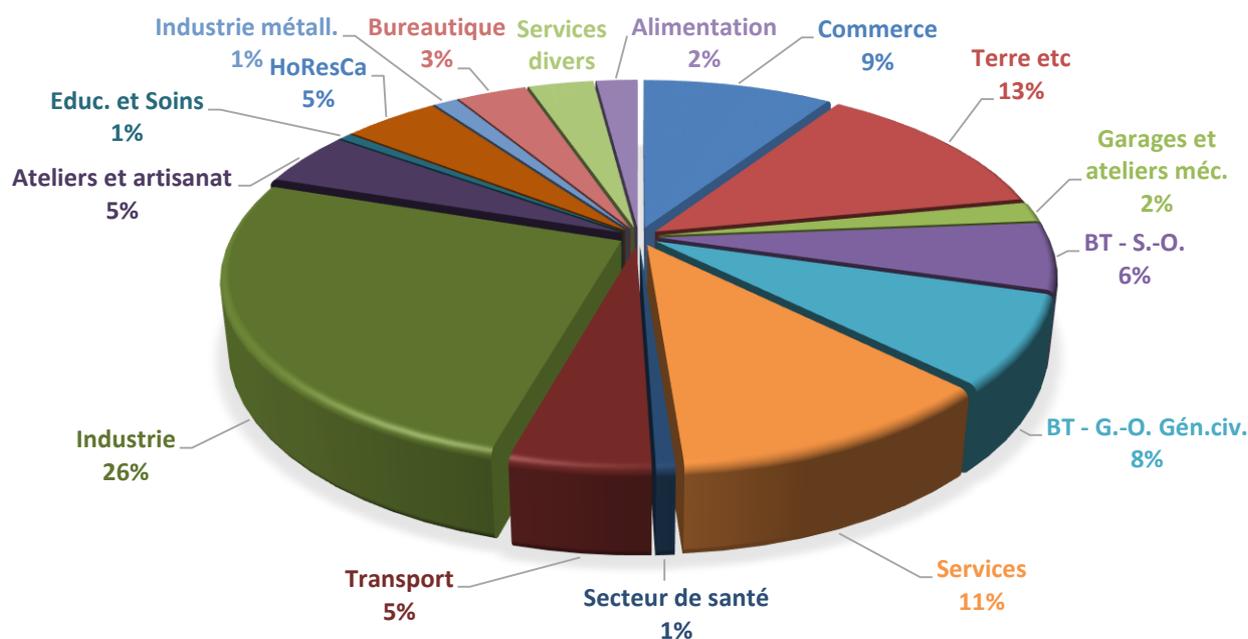
ÂGE

L'âge moyen est de **39,12 ans** ($\sigma= 9,91$), l'âge minimum est de 17 ans et l'âge maximum est de 68 ans.

GENRE

76,7 % des participants à la formation « Een Dag fir däi Réck » - Charges sont des **hommes**.

SECTEURS D'ACTIVITE DES PARTICIPANTS



Commentaire

Les 4 secteurs présentant le plus grand pourcentage de participants à ce type de formation sont : l'« industrie », la « construction (BT) », la « terre » et les « services » (participation supérieure à 10%).

➤ Résultats obtenus

SATISFACTION DES PARTICIPANTS

Un questionnaire d'évaluation de la satisfaction est remis aux participants à la fin de la journée de formation. Celui-ci permet d'évaluer l'impact à postériori des formations.

Ce questionnaire a été modifié au cours de l'année 2008. Seuls trois items n'ont pas été modifiés (satisfaction générale ; ambiance de groupe ; alternance entre les exposés et la pratique) ; ces trois questions seront analysées à partir de **l'échantillon global**, à savoir depuis la création des formations.

Le nouveau questionnaire se compose de 8 items abordés et notés sur une échelle de Lickert de 1 (très mécontent/certainement pas) à 5 (très content/certainement oui).

Question	Libellé	Valeur moyenne	Écart-type	Nbr répondants
1	Satisfaction générale	4,45	0,64	7.002
2	Ambiance dans le groupe	4,62	0,54	7.003
3	Satisfaction par rapport au formateur	4,73	0,50	5.650
4	Satisfaction par rapport aux exposés théoriques	4,43	0,61	5.651
5	Satisfaction par rapport au matériel utilisé	4,27	0,68	5.650
6	Satisfaction par rapport aux mots, au vocabulaire utilisés par les formateurs	4,57	0,58	5.650
7	Alternance (succession, rythme) entre les exposés et la pratique	4,43	0,65	6.998
8	Apprentissage de nouvelles choses pour mieux vivre avec son dos	4,56	0,61	5.641

Commentaire

Ces résultats restent identiques par rapport à ceux des années antérieures.

4.2 Formations « Bureau »

Après un remaniement profond de leur contenu au cours de l'année 2017, ces formations ont été « rôdées » en 2018 et 2019 et sont actuellement au point.

➤ Caractéristiques des participants à la formation

Les résultats présentés ont été obtenus à partir d'un échantillon de **1.456 participants** qui ont pris part à une formation « Bureau » au cours des années 2008-2020.

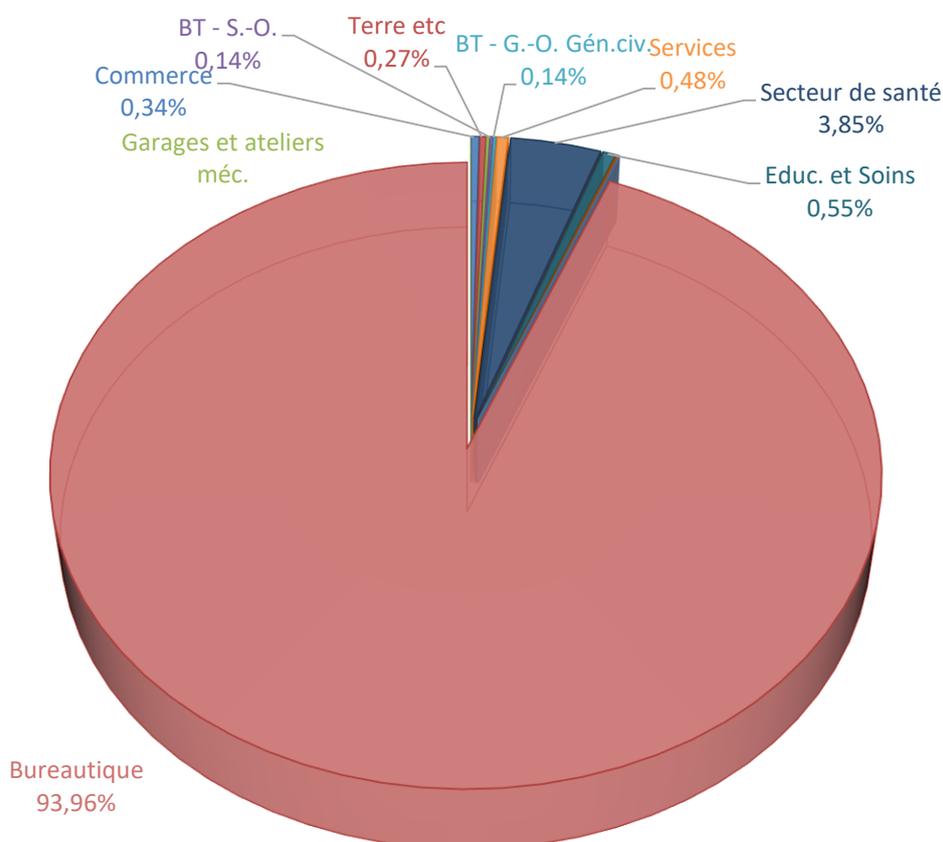
ÂGE

L'âge moyen est de **40,67 ans** ($\sigma = 8,70$), l'âge minimum est de 18 ans et l'âge maximum est de 62 ans.

GENRE

58,4 % des participants à la formation Bureau sont des **femmes**.

SECTEURS D'ACTIVITE DES PARTICIPANTS



Commentaire

Ce type de formation se caractérise par une participation légèrement plus féminine.

➤ Résultats obtenus

SATISFACTION DES PARTICIPANTS

Un questionnaire d'évaluation de la satisfaction est remis aux participants à la fin de la journée de formation. Celui-ci permet d'évaluer l'impact à postériori des formations.

Ce questionnaire a été modifié au cours de l'année 2008. Seuls trois items n'ont pas été modifiés (satisfaction générale ; ambiance de groupe ; alternance entre les exposés et la pratique) ; ces trois questions seront analysées à partir de **l'échantillon global**, à savoir depuis la création des formations.

Le nouveau questionnaire se compose de 8 items abordés et notés sur une échelle de Lickert de 1 (très mécontent/certainement pas) à 5 (très content/certainement oui).

Question	Libellé	Valeur moyenne	Ecart-type	Nbr répondants
1	Satisfaction générale	4,40	0,63	1.694
2	Ambiance dans le groupe	4,49	0,58	1.695
3	Satisfaction par rapport au formateur	4,62	0,57	1.386
4	Satisfaction par rapport aux exposés théoriques	4,36	0,63	1.386
5	Satisfaction par rapport au matériel utilisé	4,23	0,67	1.386
6	Satisfaction par rapport aux mots, au vocabulaire utilisés par les formateurs	4,42	0,64	1.386
7	Alternance (succession, rythme) entre les exposés et la pratique	4,29	0,71	1.694
8	Apprentissage de nouvelles choses pour mieux vivre avec son dos	4,44	0,64	1.386

Commentaire

Résultats superposables à l'année précédente. Ceux-ci étaient attendus puisque le nombre de participants n'a pratiquement pas évolué.

4.3 Formations « Gestes et postures dans le domaine des soins » – Jour de base

➤ Caractéristiques des participants à la formation

Les résultats présentés ont été obtenus à partir d'un échantillon de **1.982 participants** qui ont pris part à une formation « *Gestes et postures dans le domaine des soins – Jour de base* » au cours des années 2008 à 2020.

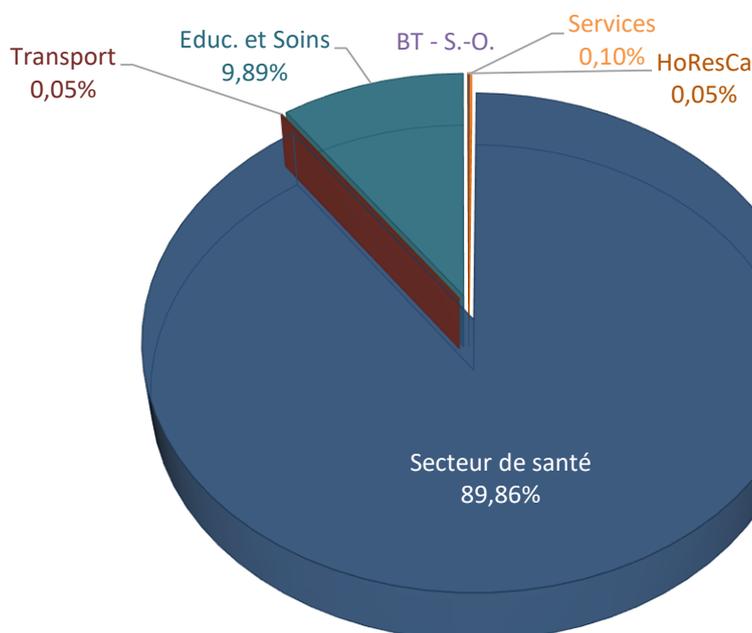
ÂGE

L'âge moyen est de **37,6 ans** ($\sigma = 10,25$), l'âge minimum est de 18 ans et l'âge maximum est de 63 ans.

GENRE

86,93 % des participants à la formation « *Gestes et posture dans le domaine des soins – Jour de base* » sont des **femmes**.

SECTEURS D'ACTIVITE DES PARTICIPANTS



Commentaire

Il s'agit de formations où la population est majoritairement féminine et issue des secteurs de la santé, de l'éducation et des soins.

➤ Résultats obtenus

SATISFACTION DES PARTICIPANTS

Un questionnaire d'évaluation de la satisfaction est remis aux participants à la fin de la journée de formation. Celui-ci permet d'évaluer l'impact à postériori des formations.

Ce questionnaire a été modifié au cours de l'année 2008. Seuls trois items n'ont pas été modifiés (satisfaction générale ; ambiance de groupe ; alternance entre les exposés et la pratique) ; ces trois questions seront analysées à partir de **l'échantillon global**, à savoir depuis la création des formations.

Le nouveau questionnaire se compose de 8 items abordés et notés sur une échelle de Lickert de 1 (très mécontent / certainement pas) à 5 (très content / certainement oui).

Il est à noter que ce type de questionnaire a été introduit pour ces formations à partir de septembre 2009. Les résultats présentés ci-dessous ont donc été obtenus à partir d'un échantillon recueilli de septembre 2009 à décembre 2020.

Question	Libellé	Valeur moyenne	Ecart-type	Nbr répondants
1	Satisfaction générale	4,62	0,60	1.762
2	Ambiance dans le groupe	4,68	0,52	1.762
3	Satisfaction par rapport au formateur	4,79	0,45	1.762
4	Satisfaction par rapport aux exposés théoriques	4,49	0,59	1.762
5	Satisfaction par rapport au matériel utilisé	4,49	0,64	1.762
6	Satisfaction par rapport aux mots, au vocabulaire utilisés par les formateurs	4,66	0,52	1.762
7	Alternance (succession, rythme) entre les exposés et la pratique	4,68	0,50	1.762
8	Apprentissage de nouvelles choses pour mieux vivre avec son dos	4,63	0,54	1.762

5 Origine des inscriptions

Pour l'année 2020, la répartition par services inscripteurs du nombre de participants se fait comme suit :

Types de formation	Services inscripteurs							% d'inscriptions non effectuées par le STM gestionnaire
	<i>Arcelor</i>	<i>STI</i>	<i>ASTF</i>	<i>FHL</i>	<i>CFL</i>	<i>FONCTION PUBLIQUE</i>	<i>STM</i>	
Formations « Een Dag fir däi Réck » - Charges	9	9	0	0	0	0	83	17,8 %
Formations « Een Dag fir däi Réck » - Bureau	0	0	0	0	0	8	9	47 %
Formations « Gestes et posture dans le domaine des soins » – Jour de base	0	0	0	9	0	0	32	21,9 %

Commentaire

Les variations constatées sont toujours importantes d'une année à l'autre.

Cependant, pour l'année 2020, le nombre de participants étant réduit, ces variations ont peu de signification.

6 Modifications d'organisation

6.1 Nouveau concept des formations de prévention primaire

AGIR EN ENTREPRISE

A la fin de l'année 2018, ce nouveau concept d'intervention en entreprise a vu le jour.

Rappel de ce concept :

« Agir en entreprise par la formation d'un formateur interne »

Il s'agit de former un (ou plusieurs) formateur(s) interne(s) avec pour objectif que celui-ci puisse, au sein de son entreprise :

- Informer et former tous les collaborateurs de son entreprise sur les risques dorso-lombaires en tenant compte de LEUR réalité de travail ;
- Répondre aux besoins spécifiques de son entreprise et des travailleurs, par la connaissance des postes de travail, du matériel à disposition, des techniques propres ;
- Suivre l'évolution des travailleurs formés et compléter/adapter leur formation en fonction des changements au sein de son entreprise (matériel/machines, organisation, mutation de poste, etc.) ;
- Renforcer l'esprit d'équipe, de cohésion et d'entraide dans la gestion du risque dorso-lombaire ;
- Adapter les horaires de formation en fonction des disponibilités et de l'organisation de son entreprise.

Le projet de formation (reprenant notamment le contenu de celle-ci) est proposé et discuté avec l'entreprise à partir d'une analyse préalable approfondie :

- de la demande et des besoins de l'entreprise ;
- des situations de travail présentes au sein de l'entreprise ;
- de la connaissance préalable des candidats « formateur interne ».

La durée de formation est variable en fonction des différents éléments collectés lors de l'analyse préalable et est définie en fonction du projet de formation.

Un support constitué d'un ensemble de fiches théoriques et pratiques est remis aux participants lors de la formation.

Au cours de l'année 2020, l'ensemble des outils de formation nécessaires à la formation « Agir en entreprise – Charges » ont été finalisés. La première formation en entreprise a pu débuter en décembre, plusieurs visites préalables dans plusieurs entreprises ont eu lieu et de nouveaux projets de formations ont été discutés.

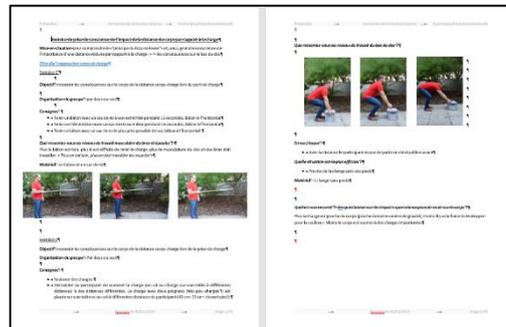
6.2 Activités de conception

Dans le cadre de la mise en place du nouveau concept de formation primaire « *Agir en entreprise – Charges* », les éléments d'enseignement suivant ont été créés et finalisés en 2020 :

- 40 fichiers de présentation Powerpoint®



- 90 exercices d'animation / pratique d'apprentissage



- 37 fiches support pour les participants



7 Participation à des manifestations

Prévendos a participé en tant qu'intervenant :

- **à la conférence organisée par l'ITM le 29 octobre 2020 dans le cadre de la campagne « Lieux de travail sains 2020-2022 »** de l'agence européenne pour la sécurité et la santé au travail (EU-OSHA) avec une présentation intitulée : « Et si la prévention des TMS passait par la formation d'un formateur interne à l'entreprise ».

8 Conclusions

L'année 2020 a été marquée par la pandémie mondiale de COVID-19. En effet, le 11 mars 2020, l'épidémie de COVID-19 a été déclarée pandémie par l'OMS qui a alors demandé de renforcer l'hygiène préventive et des mesures de protection pour prévenir la saturation des services de soins intensifs.

De par ce fait et suite aux mesures prises par le Gouvernement luxembourgeois, le Centre a enregistré en 2020 un recul net du nombre de **formations de prévention primaire** par rapport à 2019.

POUR 2021, le Centre de Prévention pour le Dos (Prévendos) a pour objectif :

- **Au niveau de la prévention primaire**
 - ▶ De poursuivre l'élaboration du nouveau concept (finalisé pour le secteur « Bureau ») de formation de prévention primaire basé sur les nouveaux éléments issus de la littérature et sur notre retour d'expérience en débutant la conception de la formation « Non aux douleurs au travail : Agissez » – Charges.

Pour rappel, les éléments de base de ce concept sont les suivants :

- Organiser des séances de sensibilisation dans les entreprises avant toute formation pour permettre une meilleure implication des personnes participant aux formations ;
- Avant la formation, rencontrer la direction de l'entreprise afin d'effectuer un bilan et une mise en place d'une stratégie d'intervention. Cette discussion permettrait d'adapter le type de formation selon l'investissement souhaité par l'entreprise (alibi ?, demande des travailleurs ?, réel projet d'entreprise ?) ;
- Élaborer des nouveaux contenus de formations :
 - Plus centrés sur la pratique (→ démarche inductive) ;
 - Utilisant l'expérience des participants (méthode d'interrogation) et sollicitant leur participation (« participative ») ;
 - Développant les stratégies d'adaptation et de prise de décision des participants dans le cadre de situations de manutention ;
 - Encourageant et stimulant la pratique de l'activité physique.

► De poursuivre la mise en pratique des formations « Agir en entreprise – Charges » et de les déployer.

- **Au niveau de la prévention tertiaire**

► D'envisager d'éventuelles collaborations et de poursuivre activement la recherche d'un lieu de formation pour permettre la continuité de ces formations.