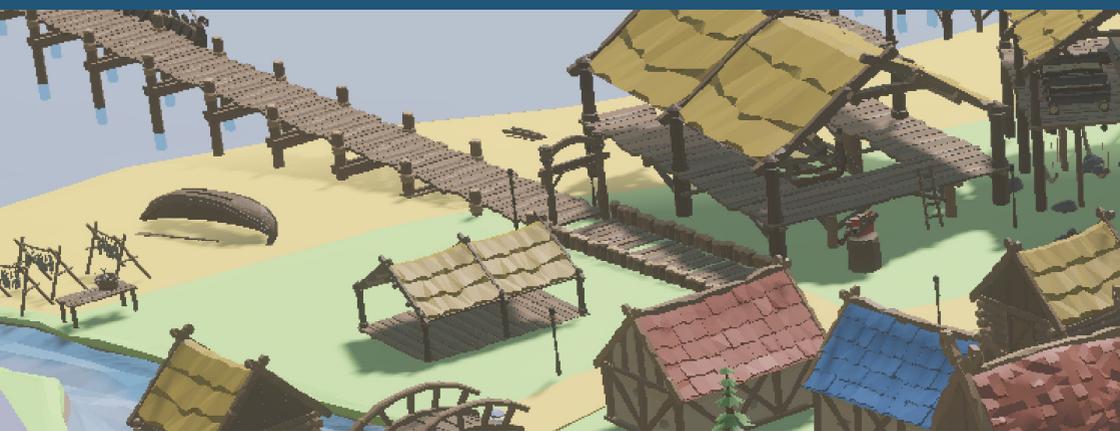
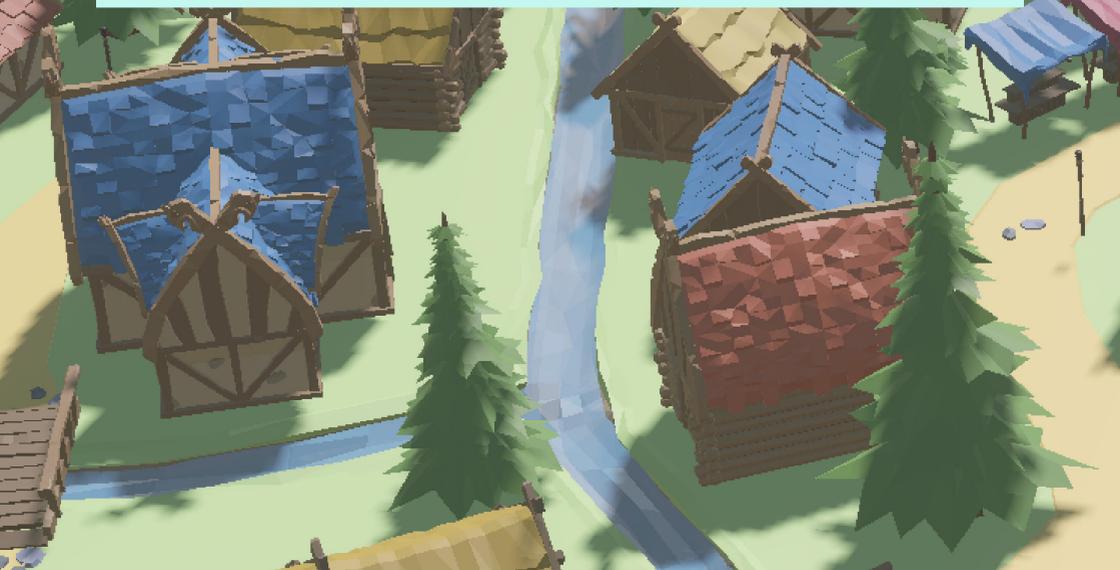




# CAUCHEMAR CHEZ LES VIKINGS



**Livret de debriefing**



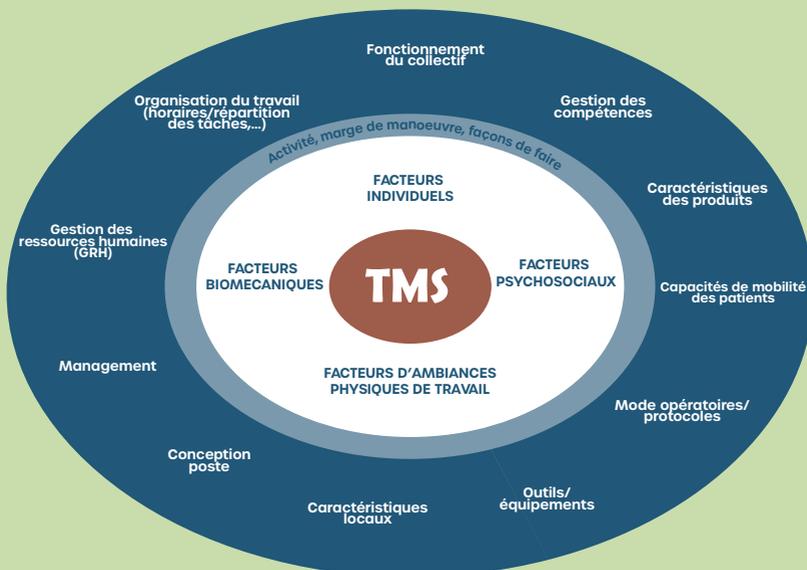
# Introduction

Les TMS sont des pathologies qui affectent les différents tissus (tendons, nerfs...) situés à la périphérie des articulations. Elles peuvent toucher toutes les articulations, mais concernent principalement celles des membres supérieurs : poignet, coude, épaule, dos.

Pour travailler sur la prévention des TMS, il faut identifier les facteurs de risques et leurs origines.

Les facteurs de risques se regroupent en quatre familles :

- Facteurs biomécaniques : posture, effort, répétitivité, charge...
- Facteurs d'ambiances physiques de travail : bruit, température, lumière, vibrations...
- Facteurs psychosociaux : pression temporelle, organisation du travail, horaires, manque d'autonomie...
- Facteurs individuels : âge, sexe, pathologie existante, formation...



Au-delà d'intégrer ces notions théoriques, ce jeu permet d'expérimenter de façon ludique les quatre étapes de la démarche de prévention des TMS.



Revoyons-les ensemble.

- Première étape : se demander en quoi on est concerné.

La prise de conscience commence par la première information du chef viking, qui vous alerte sur la problématique dans votre village.

**CAUCHEMAR CHEZ LES VIKINGS**  
*Le Contexte*

• QUE LA BATAILLE CONTRE LES TMS COMMENCE •

« Vous êtes responsables de la décadence de ce village et je vous ai convoqués pour y mettre fin ! »

Vous avez 3 ans pour stopper cette épidémie de TMS qui met en péril notre avenir, faute de quoi, vous serez bannis !

Chaque année, identifiez les 2 secteurs les plus défaillants de votre village parmi les 3 proposés, en tenant compte des indicateurs santé, productivité, finances.

Repérez les causes de TMS de ces secteurs en écoutant ce qu'ont à dire les membres de votre conseil puis les travailleurs. Sélectionnez uniquement ce qui vous semble pertinent en évitant les pièges !

Enfin, choisissez les 3 solutions qui vous paraissent les meilleures. Si vous avez bien réalisé votre recueil d'informations, vous trouverez la clé pour les mettre en place.

En agissant efficacement, vos indicateurs s'amélioreront !  
Retournez dans votre village et mettez-vous au travail !

Débuter →

- Deuxième étape : savoir par quoi commencer.

Recherchez des informations auprès du conseil et sur le terrain afin de choisir les situations de travail prioritaires.

**CAUCHEMAR CHEZ LES VIKINGS**  
*Le Village*

TEMPS 8:43

-41 pts SCORES

Santé  
Productivité  
Finances

CIRONO EN PAUSE

Aide Réglages

- Troisième étape : savoir comment agir.

Recueillez des informations auprès du conseil et sur le terrain pour établir un diagnostic des situations et mettre en œuvre un plan d'actions (proposition de solutions).



Sélectionnez des solutions en lien avec les différentes contraintes identifiées (biomécaniques, psycho-organisatrices, etc.) en tenant compte de leur impact sur la santé, la productivité et, au final, la pérennité du village.

**CAUCHEMAR CHEZ LES VIKINGS**  
Les Solutions

• HARALD FORGE LES OUTILS DU VILLAGE •

Contrainte Biomécanique | Contrainte Psycho-Orga | Facteur Individuel | Ambiance Physique

Actions sélectionnées 0/3 - Actions prioritaires trouvées 0/3 ★

- Choisir solution + Acquérir un marteau pilon semi-automatisé 77 77 (-40)
- Choisir solution + Effectuer une formation "Gestes et Postures" 77 77 (-23)
- Choisir solution + Fournir des bouchons d'oreilles pour protéger nos forgerons des nuisances sonores 77 77 (-5)
- Choisir solution + Associer un système de soufflet de forge automatisé avec le marteau pilon 77 77 (-34)
- Choisir solution + Construire un hangar de stockage du bois accessible à nos livreurs 77 77 (-25)

Étape 4 - Finir la mission et évaluer vos choix →

Visite | Forge | Café

Aide | Rangement | Humidité | Vraiment | Fatigue | Fourmillement

- Quatrième étape : évaluer les résultats obtenus.

Évaluez la pertinence des actions menées et mesurez les avancées en prévention.

**CAUCHEMAR CHEZ LES VIKINGS**  
Le Village

• SYNTHÈSE ANNUELLE DE VOTRE LUTTE CONTRE LES TMS •

Contrainte Biomécanique | Contrainte Psycho-Orga | Facteur Individuel | Ambiance Physique

VOTRE ACTION :

→ Missions entamées 2/2

Ci-dessous, les Missions sont classées dans l'ordre idéal selon lequel il aurait été souhaitable d'agir au Village.

→ Comparez celui-ci avec vos interventions réelles :

- 1 → Intervention 2 Sigmund réalise des planches 53 52 36 points 35 39 42
- 2 → Intervention 1 Harald forge les outils du village 51 54 55 34 points 40 28 0
- 3 ✗ Intervention 3 Hilda élève des vaches -32 points -34 -24 20

38 points 39 41 22

Passer à l'année suivante →

Aide | Réglages

L'efficacité du plan d'action est évolutive : si certaines solutions ont un effet immédiat, d'autres produiront des effets à plus long terme.

La lutte contre les TMS est un engagement permanent : il faudra donc réévaluer ce plan d'actions régulièrement, et également travailler sur les autres situations prioritaires identifiées à l'étape 1.



**PLAN  
RÉGIONAL  
SANTÉ TRAVAIL  
NORMANDIE**