

# INTÉGRER LA PRÉVENTION DES TMS\* DANS LA RÉFLEXION DE SON SYSTÈME D'ÉLEVAGE LAITIER

\*TMS : Troubles musculo-squelettiques | Prendre le temps de penser son corps  
et la pénibilité dans le travail

SESSION  
DE 2 JOURS

➤ CALVADOS OUEST

📅 22 FÉVRIER 2022  
8 MARS 2022

📍 LIEU  
Calvados Ouest

👤 RESP. DE FORMATION  
Virginie PARRAIN  
06 35 71 76 37  
vparrain@bio-normandie.org

🗨️ INTERVENANT·E·S

Oriane PAILLETTE  
Conseillère en prévention des  
risques professionnels  
Médecin du travail  
MSA Côtes Normandes  
Virginie PARRAIN  
Conseillère technique élevage  
à BeN

👥 PUBLIC  
Éleveurs laitiers bovin bio, en  
conversion et conventionnels  
ainsi que toute personne intéres-  
sée par la thématique

## OBJECTIFS

- Bien vivre son métier d'éleveur laitier
- Réfléchir à son système et à son organisa-  
tion du travail
- Définir un plan d'actions pour améliorer ses  
conditions de travail

## PRÉREQUIS

Aucun, hormis d'être décidé à améliorer ses  
conditions de travail (diagnostic à remplir  
entre les 2 journées par l'ensemble des per-  
sonnes travaillant dans la structure)

## ÉVALUATION DES ACQUIS

- ▶ Questions | Réponses, diagnostic par ferme

## TÉMOIGNAGE

Jean-Christophe BERNIER  
Éleveur bovin lait à HAMARS (14)

« J'ai accueilli sur ma ferme une formation de ce type en 2018 qui m'a permis de faire un inventaire complet des tâches quotidiennes et répétitives qui pouvaient occasionner des douleurs. Le plus concret a été la pesée des griffes. On s'est aperçu qu'elles étaient très lourdes. Les gobelets inox ont donc été remplacés par des gobelets plus légers. Le gain en charge annuelle est de 54 T pour 1 trayeur, 100 VL, 2 traites par jour (700 g par griffe !). Ce travail a aussi permis d'aménager la table d'alimentation pour faciliter le repoussage des fourrages. Reste encore à améliorer le transport du lait pour les veaux. Les bénéfices se sont fait ressentir très rapidement : j'ai beaucoup moins de douleurs aux épaules et aux coudes bien que la fréquence de traite ait augmenté depuis pour moi (pas-  
sage du GAEC à exploitation individuelle) »

## PROGRAMME

### Évaluer ses conditions de travail

- Introduction sur le travail en éle-  
vage laitier et tour de table des at-  
tentes
- Présentation des accidents du  
travail et des maladies profession-  
nelles
- Les pathologies par région ana-  
tomique : épaule, coude, poignet,  
rachis
- Hygiène de vie : hydratation, repos,  
condition physique
- Évaluer ses conditions de travail :  
diagnostic individuel pour identifier  
les problématiques points forts

### Améliorer ses conditions de travail en fonction de sa situation professionnelle

- Bilan des diagnostics des participants
- Échanges sur les perspectives de chacun
- Visite d'exploitation ou témoignage
- Pistes d'amélioration en fonction des situations  
de chacun

## + PÉDAGOGIQUES

Évaluation de sa situation par la réalisation  
d'un diagnostic sur les situations de travail  
de sa ferme  
Possibilité d'un suivi personnalisé selon les  
besoins par la MSA et d'une 3ème journée  
d'échange pour suivre la mise en place d'un  
plan d'action

Bien-être au travail

47



• BIO EN NORMANDIE •  
Les agriculteurs et agricultrices bio