



Chers adhérents,

Nous abordions le mois dernier la prévention des risques pour les salariés exposés au froid. Avec la baisse de la température, les maladies contagieuses hivernales refont leur apparition, notamment la grippe saisonnière qui sévit chaque année entre les mois de décembre et d'avril. Outre la vaccination recommandée pour certaines catégories de la population, sa prolifération peut être limitée par l'adoption de mesures de prévention efficaces et simples à mettre en place individuellement et collectivement.

En préparation de l'année 2019, nous avons dédié le verso de cette lettre à votre cotisation. Afin de simplifier vos démarches, vous trouverez toutes les informations relatives à la déclaration de vos salariés.

Cette dernière lettre de l'année est l'occasion pour les membres de notre Conseil d'administration, nos collaborateurs et moi-même, de vous souhaiter d'excellentes fêtes et de vous présenter tous nos vœux de santé et de prospérité pour 2019 !

Pascale DESVALLEES
Directeur Général

Quelles précautions prendre contre la grippe saisonnière ?

Eternuements répétés, toux persistante, nez qui coule... autant de signaux qui confirment l'entrée dans la période hivernale, synonyme de petits tracés de santé qui peuvent rapidement prendre des proportions importantes dans la population et avoir des répercussions non négligeables pour les actifs et leur entreprise en termes d'organisation du travail et de maintien de l'activité.

La grippe saisonnière touche chaque année près de 2,5 millions de personnes. Elle fait partie des maladies virales contagieuses qui apparaissent dès la fin de l'année pour durer jusqu'à l'arrivée du printemps. Un salarié atteint de la grippe s'arrête de travailler plusieurs jours car il est très affaibli et incapable de reprendre son travail. Il reste véritablement « cloué au lit ».

Afin d'éviter ces arrêts qui peuvent être nombreux au plus haut de la saison et de ne pas impacter l'activité de l'entreprise, quelques gestes de prévention pour se protéger et protéger les autres sont à adopter au plus tôt pour enrayer la prolifération de la maladie et la « contamination » de l'environnement professionnel.

Reconnaître les symptômes

- Fièvre généralement supérieure à 38°C.
- Courbatures (douleurs musculaires).
- Maux de tête.
- Fatigue intense.
- Toux.
- Malaise général.

Ces symptômes peuvent s'accompagner de maux de gorge et d'écoulement nasal.

Ne pas confondre grippe et état grippal pour lequel les symptômes sont semblables mais dont l'intensité est moins forte. Dans la plupart des cas, l'état grippal n'empêche pas de poursuivre ses activités.

Modes de propagation du virus

- La toux, les éternuements, les postillons.
- Le contact rapproché avec une personne infectée si on l'embrasse ou on lui serre la main.
- Le contact avec des objets contaminés tels que poignée de portes, bouton d'ascenseur, clavier d'ordinateur, téléphone...

Le délai entre la contamination et l'apparition des symptômes peut aller jusqu'à 5 jours, durée pendant laquelle la personne malade est très contagieuse.

Les lieux publics, les lieux confinés et très fréquentés amplifient la prolifération du virus de la grippe qui survit: 5 minutes sur la peau, quelques heures dans les sécrétions séchées, 8 à 12 heures sur les vêtements, mouchoirs, papiers... et plusieurs jours sur des surfaces inertes (poignée de porte, plan de travail, outils...).

Les gestes de prévention, un réflexe à adopter La vigilance est de mise !

Des gestes simples et efficaces pour faire barrage :

1. Se laver les mains régulièrement avec de l'eau et du savon ou avec une solution hydroalcoolique.
2. Se couvrir la bouche dès que l'on tousse ou que l'on éternue avec sa manche ou un mouchoir à usage unique.
3. Porter un masque et limiter les contacts en cas d'infection.
4. Se moucher dans des mouchoirs à usage unique et les jeter immédiatement à la poubelle.
5. Éviter de serrer les mains, d'embrasser et de partager ses effets personnels.
6. Éviter les lieux très fréquentés et éviter si possible d'y emmener les nourrissons et les enfants.
7. Aérer son bureau et les pièces de son logement tous les jours pour renouveler l'air.

La vaccination

Elle est recommandée pour les personnes les plus fragiles et les plus exposées, notamment dans le cadre de leur travail.

Pour éviter d'être contaminé :

- Personnes âgées de 65 ans et plus.
- Personnes atteintes de maladies chroniques.
- Femmes enceintes.
- Personnes obèses avec IMC sup. ou égale à 40.
- Personnes séjournant dans un établissement de santé de soins de suite ou médico-social.

Pour éviter de contaminer les autres :

- Professionnels de santé ou tout professionnel en contact régulier et prolongé avec des sujets à risque.
- Entourage familial ou personnes en contact avec des nourrissons de moins de 6 mois qui présentent des facteurs de risque de grippe grave.
- Personnel navigant des bateaux de croisière et des avions, personnel de l'industrie des voyages accompagnant des groupes de voyageurs.

Source : Santé Publique France

“ La prévention, une question de bon sens... ”



Pour rouler en toute sécurité en saison hivernale, n'oubliez pas de :

- Faire contrôler le niveau de charge des batteries de votre flotte auto.
- Vérifier que les liquides de refroidissement et du lave-glace soient adaptés aux températures basses, voire négatives.
- Contrôler le bon fonctionnement des essuie-glaces et des phares.
- Remplacer, si possible, les pneus par des gommages « hiver ».



Compte en ligne AT/MP

Accessible sur net-entreprises.fr, le compte accidents du travail et maladies professionnelles (AT/MP) est un service en ligne gratuit actualisé quotidiennement et ouvert à toutes les entreprises cotisant à la branche risques professionnels du régime général de la Sécurité Sociale.

Si une entreprise a plusieurs établissements, un seul compte suffit.

24h/24h :

- Consultation des taux de cotisation avec un historique sur 3 ans.
- Possibilité de faire le point en temps réel sur les sinistres professionnels récemment reconnus pour mener des actions de prévention adaptées et ciblées.
- Accès à la rubrique « comprendre la tarification » qui donne des éléments d'information sur les cotisations ainsi que les barèmes des coûts moyens par secteur d'activité.
- Bouquet de services déclaratifs offert.
- Accès aux autres services de l'Assurance Maladie - Risques professionnels.

Plus d'info sur www.carsat-sudest.fr

Retour sur la Matinale Intérim

L'AMETRA06, le CMTI06 et l'APST BTP06 remercient leurs adhérents de leur présence à la matinale qui s'est déroulée le 4 décembre sur le thème : « Préservons la santé au travail des travailleurs intérimaires ».



Cette réunion d'informations pratiques et d'échanges instructifs à été l'occasion de revenir sur le cadrage juridique, les modalités du suivi médical des salariés intérimaires, et l'accompagnement au maintien dans l'emploi entre autres.

Vous n'avez pas pu vous déplacer et souhaitez en savoir plus ? Contactez-nous au : 04.92.00.28.94.

Quels salariés devez-vous déclarer pour l'année 2019 ?

Le montant de la cotisation annuelle est fixé en fonction du nombre de salariés déclarés par l'employeur. Cette déclaration est obligatoire et réglementée par l'article L.4622-6 du Code du travail.



Si un salarié n'a pas été déclaré, le risque encouru pour son employeur est grand. En effet, s'il prend rendez-vous avec le médecin du travail dans le cadre d'une visite à la demande (pour laquelle il n'a pas d'obligation d'en référer à son entreprise) afin d'évoquer un problème de santé ou une exposition à un risque particulier au poste qu'il occupe, le service de santé au travail ne pourra pas le recevoir et devra l'orienter vers l'inspection du travail.

Salariés à déclarer :

- Les salariés présents dans l'entreprise au 1^{er} janvier, quelle que soit la nature de leur contrat de travail: CDI, CDD, contrats de professionnalisation, congés formation et contrats d'apprentissage car l'apprenti

bénéficie des mêmes droits que les autres salariés.

- Les salariés dont le contrat de travail est suspendu au 1^{er} janvier mais absents pour maladie, accident de travail ou maladie professionnelle, congé sabbatique, congé parental, congé maternité ou paternité. Bien qu'absents au moment de la déclaration, ils font toujours partie de l'effectif à cette date.
- Les gérants salariés.
- Les stagiaires affectés à des postes à risques présents au 1^{er} janvier. Il n'est pas obligatoire de déclarer les stagiaires hors risques particuliers.

Salariés qui ne sont pas à déclarer :

- Les travailleurs intérimaires car ils sont salariés de l'entreprise de travail temporaire. Il est du ressort de cette dernière de les déclarer à son service de santé au travail.
- Les salariés en contrat saisonnier ou en CDD embauchés sur une période annuelle pré-déterminée sont à déclarer en cours d'année quand ils seront intégrés à l'effectif.
- Les intervenants extérieurs non salariés de l'entreprise: employés mis à disposition, sous-traitants, etc.

Votre cotisation 2019

La déclaration de votre situation et de votre effectif au 1^{er} janvier nous permet de calculer au plus juste votre cotisation annuelle.

Bénéficiez des mêmes prestations sans aucune augmentation de tarifs !

Nous vous informons dès à présent que nos tarifs 2019, pour la 2^{ème} année consécutive, ne subiront aucune augmentation. Les tarifs seront identiques à ceux appliqués en 2018 et 2017.

Que couvre la cotisation ?

La cotisation annuelle couvre non seulement le suivi individuel de la santé des salariés, mais elle permet également d'accéder à l'ensemble de nos services :

- Interventions en milieu de travail des membres de l'équipe pluridisciplinaire à la demande du médecin du travail : ingénieurs en évaluation et prévention des risques, ergonomes, assistantes en santé-travail, assistante sociale, psychologue du travail, techniciens HSE ([plus d'info ici](#)).
- Formations en entreprise, dans nos locaux ou en ligne ([découvrir ici](#)).
- Informations sur vos obligations réglementaires.
- Sensibilisations aux risques professionnels.
- Accès aux informations de prévention.

Gagnez du temps grâce à la cotisation en ligne !

Dès le début du mois de janvier, connectez-vous à votre «Espace adhérent» depuis notre site web www.ametra06.org. Après avoir saisi votre identifiant et votre mot de passe vous accédez à la cotisation annuelle. Une fois votre déclaration effectuée, vous pourrez choisir le mode de règlement : carte bancaire, virement ou chèque.

Notre service adhérents se tient à votre disposition pour toute information complémentaire :

- du lundi au vendredi
- de 9h00 à 12h00 et de 14h00 à 17h00

* Par téléphone au : 04.92.00.24.70

* Par email à : administratif@ametra06.org

Nouveau : Vous avez également la possibilité de remplir un formulaire en ligne depuis l'onglet «Contact» de notre site web : www.ametra06.org.

Vous souhaitez en savoir plus sur la cotisation et la gouvernance des services de santé au travail interentreprises (SSTI), visionnez notre vidéo sur : www.ametra06.org



Où puis-je retrouver mon mot de passe pour accéder à mon espace adhérent privatif sur le site web de l'AMETRA06 ?

Votre mot de passe pour accéder à votre espace adhérent depuis notre site web vous a été transmis sur l'appel de cotisation annuelle envoyé par courrier. Vous y trouverez également votre identifiant.

AMETRA06 INFO est édité par l'AMETRA06.

Siège et administration : Le Petra, 2-4 rue Jules Belleudy, 06200 NICE - Tél. : 04.92.00.24.70 - Fax : 04.93.55.11.46

Email : administratif@ametra06.org

Contact : Sophie Chantelot - Chargée de communication : s.chantelot@ametra06.org

Retrouvez toutes nos lettres AMETRA06 INFO sur www.ametra06.org

Retrouvez toute l'actualité de la santé au travail des SSTI de la région sur : presanse-pacacorse.org