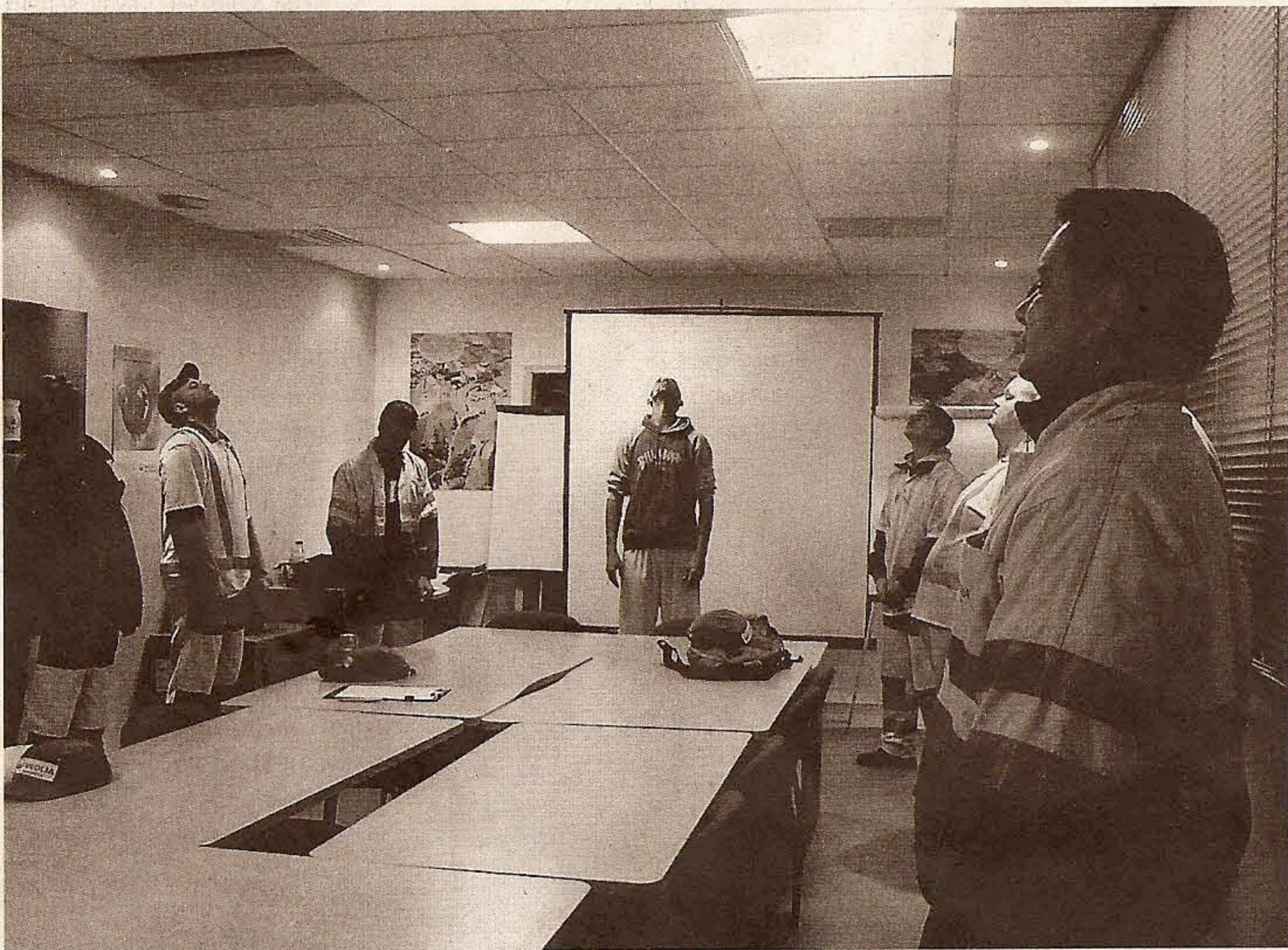


# Les éboueurs font la gym de bon matin



Trois fois par semaines, à 5 heures du mat, les équipes s'échauffent avec un coach sportif, au dépôt Véolia propreté de Villeneuve-Tolosane, avant de partir en tournée. / Photo DR

l'essentiel ▼

Un quart d'heure d'éveil musculaire pour éviter blessures et accidents... Le métier d'éboueur n'est pas de tout repos. L'agence Véolia propreté de Villeneuve-Cugnaux a mis ses équipes à la gym.

Ces hommes aux gilets fluo qui courent tous les matins derrière les camions bennes pour la collecte des ordures ménagères ne font pas un job de tout repos. Chutes dans le noir, mal de dos, tendinites, chevilles qui se tordent... pour améliorer la condition des chauffeurs et agents BOM (bennes ordures ménagères) l'agence de Véolia Propreté de Villeneuve-Tolosane, a lancé à

l'automne dernier un concept original d'échauffement musculaire. Trois fois par semaine, à 5 heures du mat, un coach sportif cueille les agents de collecte à froid dans leur dépôt avant le départ en tournée. Et c'est parti pour un p'tit quart d'heure d'éveil musculaire, de gym douce et d'assouplissement, histoire de faire démarrer la machine humaine en douceur. « C'est un métier physique et accidentogène. On s'est rendu compte que l'éveil musculaire permet de réduire le nombre d'accident, y compris pour nos chauffeurs qui le matin peuvent ne pas toujours être

« Conduire ou courir derrière le camion de bon matin, c'est physique et accidentogène »

bien réveillés », explique Gaëlle Bessonnet, responsable du service des collectes des déchets ménagers au Grand Toulouse. Ce stretching matinal est une action locale de Véolia Propreté-Villeneuve, dont le secteur de collecte couvre également Cugnaux, qui s'attache de plus en plus à la santé et à l'hygiène au travail de son personnel. Et dans ce milieu plutôt viril, faire la gym au saut du lit, n'a pas été immédiatement perçu comme une idée de génie. Mais l'effet gadget s'est très vite dissipé. Cet échauffement pris sur le temps de travail, contribue à détendre les muscles, et stimule l'esprit d'équipe.

## 3 questions à

LAURENT TARIN



Cofondateur de Panakeia, coachs consultants à Castanet

**Quelle est votre activité ?**  
Nous faisons de la formation et de l'accompagnement physique en développement durable et de la prévention santé au travail. Cela va de la problématique de l'échauffement, à de la formation continue, du renforcement musculaire, on est sur du mieux être en entreprise. On vient d'obtenir l'agrément en prévention des risques professionnels (IPRP).

**Quels secteurs d'activité peuvent être concernés ?**

Le secteur du BTP fait appel à des coaches sportifs, même si je n'aime pas ce terme en soi. Au sud de Toulouse, notre société Panakeia, fait du suivi du personnel d'un gravier du sud toulousain. Nous intervenons aussi auprès de France Télévision à Paris auprès des cameramen qui ont de gros problèmes de dos, sans compter Véolia Propreté.

**Pensez-vous que l'éveil musculaire en entreprise est dans l'air du temps ?**

C'est en train d'exploser. Les grands groupes sont en train de se positionner sur cette problématique-là pour une meilleure efficacité des salariés au travail, au travers de la prévention santé.

Panakeia est joignable au 0622590027