



## Promotion de la santé en forêt

Succès d'un programme OFEV

Entretien avec un médecin du travail

Calendrier des cours



ÉDITORIAL

## Santé et forme physique – un précieux capital

Se faire du bien! Voilà une idée qui évoque en général un plaisir de courte durée hors de l’activité professionnelle: ne rien faire, un bon repas entre amis, un week-end de programme bien-être... Incontestablement bon pour le psychique, mais pas d’une grande durabilité en termes de santé.

La durabilité est la notion incontournable au cœur de notre branche. Mais la gestion durable ne devrait pas concerner seulement la forêt. Les collaborateurs, «capital» le plus précieux de l’entreprise, devraient aussi aborder leur travail astreignant de façon durable. S’ils ne le font pas, ils portent atteinte pour toujours à leur propre corps, leur propre «capital».

Le projet pilote «Promotion de la santé des apprentis forestiers-bûcherons» a posé les bases d’une amélioration dans ce sens. Les outils de sensibilisation des apprentis sont dès à présent disponibles pour les trois lieux de formation (entreprises formatrices, cours interentreprises et écoles professionnelles). Le présent numéro de «coup d’pouce» met l’accent sur le contenu et la mise en œuvre du nouveau programme de promotion de la santé.

Ce programme est l’occasion de «se faire du bien» durablement et de promouvoir à long terme la santé du personnel forestier – un bon placement dans de vraies valeurs!

Et ce qui ne vous aura pas échappé: vous découvrez le nouveau costume de «coup d’pouce»! L’atelier de graphisme Anex & Roth de Bâle a su rendre la revue encore plus vivante et agréable à lire.

Stefan Flury, coresponsable Codoc

### SOMMAIRE

2

#### ÉDITORIAL

Santé et forme physique – un précieux capital

3

#### SÉLECTION

4/5/8

#### SANTÉ ET BONNE FORME

Le top des rituels matinaux en forêt

6/7

#### CALENDRIER DES COURS 2018 CODOC

9

#### INTERVIEW

Docteur Urs Hinnen sur les examens médicaux pour les futurs forestiers-bûcherons

10

#### PRÉVENTION EN MATIÈRE DE SANTÉ POUR LES APPRENTIS

Aperçu d’un programme bien conçu

11

#### ACTUALITÉS & BRÈVES

#### COUVERTURE

Cartoon: Tom Künzli

## AMUSE-BOUCHE | SÉLECTION



Selfie de la forêt

«C'est cool  
quand ça roule!»Mike Studhalter (27)  
Corporation/bourgeoisie d'Altdorf3<sup>e</sup> forum de transfert  
de connaissances  
le 24 mai 2018 à Lyss

Le troisième forum de transfert de connaissances dans le domaine forestier aura lieu au Centre forestier de formation à Lyss le 24 mai 2018. Des spécialistes issus de la pratique, de la recherche et de l'enseignement se réuniront pour des échanges d'expérience.

Le programme de la matinée prévoit trois exposés: «La forêt dans le contexte de l'Agenda pour le développement durable», «Optimisation de la chaîne du bois et Industrie 4.0» ainsi que «Aider la forêt à s'adapter au changement climatique». L'après-midi sera consacré à un choix très diversifié de brefs ateliers avec des chercheurs et des praticiens.

Pour en savoir plus et s'inscrire:

→ <http://bit.do/codoc18>

535 MILLIONS D'ARBRES PEUPLENT  
LA FORÊT SUISSE, AUTREMENT DIT  
66 ARBRES PAR HABITANT.

Source: ForêtSuisse → <http://bit.do/codoc17>



## EXERCICE «DOS ROND»



## Position de départ

- Jambes légèrement fléchies, les mains reposent sur les cuisses.

## Exécution

- Enrouler la colonne vertébrale dans toute sa longueur (dos rond) puis dérouler en étirant complètement.

## Nombre de répétitions

- Enrouler et dérouler 8 fois.

## But de l'exercice

Mobiliser et favoriser la souplesse de toute la colonne.

SANTÉ ET BONNE FORME

# Le top des rituels matinaux en forêt

Dans l'entreprise forestière de Wartau (SG), la matinée commence toujours par l'échauffement en équipe – et ça plaît à tout le monde!

Florian Giger entreprend un mouvement de rotation avec sa cheville, étire la musculature des cuisses, puis celle du cou, fait des exercices de musculation au sol et tente l'exercice de l'avion en équilibre sur une jambe. Âgé de 17 ans, cet apprenti forestier-bûcheron de la commune de Wartau se trouve en compagnie de ses collègues de l'équipe forestière au centre d'entretien. Tous font des exercices, le groupe est de bonne humeur et détendu en ce début de matinée à 7 heures 10. Chacun se prépare à une dure journée de travail. À Wartau, la gymnastique d'échauffement est au programme depuis une année. «Au début, raconte Florian en souriant, le rituel était encore un peu spécial pour moi.» Mais maintenant, le jeune forestier a pris l'habitude, la journée de travail commence par l'échauffement. Il sait parfaitement quel exercice lui fait le plus de bien: «C'est le dos rond.»

«CE PROGRAMME EST  
UNE GRANDE CHANCE À SAISIR  
POUR NOTRE PERSONNEL FORESTIER.»

**But des exercices: prévenir les maladies et éviter les accidents** Les exercices d'échauffement de Florian Giger et de ses camarades ont un lien direct avec les efforts de l'OFEV (Office fédéral de l'environnement) visant à promouvoir la santé. L'un des principaux objectifs de la Stratégie de formation forestière est de prévenir les maladies professionnelles et les accidents par la promotion d'une bonne forme physique et de la conscience corporelle ainsi que par des méthodes de travail ménageant le corps. La Division Forêt de l'OFEV et l'Ortra Forêt Suisse ont mis en place un projet pilote dans ce sens. Le programme a été développé, testé et amélioré en s'appuyant sur des démarches de promotion de la santé dans le secteur forestier ou dans des branches apparentées. Les travaux ont bénéficié de l'accompagnement d'un groupe de travail composé d'experts d'offices forestiers cantonaux, de ForêtSuisse et de Codoc. Le développement et la mise en œuvre

Florian Giger, apprenti forestier-bûcheron de 2<sup>e</sup> année, estime que l'échauffement matinal est une bonne introduction à sa journée de travail.

ont été confiés à l'entreprise lifetime health GmbH de Wetzikon. La valise d'instruments de promotion de la santé avec ses nombreuses suggestions d'actions a été préparée à l'intention de chaque lieu de formation (cours interentreprises, écoles professionnelles et entreprises).

**«Ce programme est une grande chance à saisir pour notre personnel forestier»** La première phase du programme pilote a été testée dans les cantons de Saint-Gall et d'Appenzell Rhodes-Extérieures, et cela avec grand plaisir en ce qui concerne Felice Crottogini, responsable cantonal de la formation forestière à Saint-Gall: «Je me suis tout de suite annoncé en apprenant qu'on recherchait des cantons et des entreprises pour une démarche pilote. J'ai compris que c'était une grande chance de pouvoir sensibiliser nos forestiers à la promotion de la santé.» Felice Crottogini a alors





cherché et trouvé cinq exploitations disposées à servir d'entreprises tests, dont celle de Wartau. Un membre de l'entreprise lifetime health a rendu visite à l'équipe forestière en février 2017. Il a démontré des exercices et expliqué les aspects favorables à la santé ainsi que les processus corporels concernés. Pour Ernst Vetsch, chef de l'entreprise de Wartau, cette visite a été déterminante: «Ce fut un moment déclencheur; grâce aux explications claires, nous avons tous compris l'utilité des exercices et d'une pratique régulière du programme. Je suis vraiment persuadé de l'importance de cet échauffement matinal.»

#### **Un très bon départ dans la journée de travail**

Christoph Spring, contremaître forestier, confirme: «Absolument, c'est un très bon départ dans la journée de travail. En plus de l'échauffement, des étirements

et de la musculation, c'est aussi un moment de sociabilité. Nous sommes tous ensemble, parlons des travaux du jour, les bonnes blagues ne manquent pas, et on rigole.» La conscience corporelle ne se limite pas aux exercices du matin, mais s'intègre aussi aux travaux forestiers. Christoph Spring ajoute: «Si je sens mon dos, je fais des étirements et me détends en m'appuyant contre un arbre». Il s'engage aussi en tant qu'instructeur dans les cours interentreprises. Ici aussi, les exercices sont effectués selon le principe des cinq piliers (mobiliser, activer, coordonner, étirer, relaxer). ForêtSuisse instruit les instructeurs au sujet de ce programme lors de leurs formations continues.

→ p. 8

# Calendrier des cours 2018 Codoc

## Écologie forestière, entretien de biotopes forestiers

Acquérir et consolider la notion globale d'écologie en forêt, connaître les différents types de biotopes forestiers et leur entretien, connaître les possibilités de financement de certaines actions. Approche générale de l'écologie forestière.

→ 8.6.2018, Suisse romande

Public concerné: personnel forestier, propriétaires de forêts, responsables de dicastères des forêts

Coût: CHF 200.-

Inscription/information: CFPF, Le Mont-sur-Lausanne, tél. 021 316 26 63

corinne.de-matteis@vvd.ch, [www.formation-forestiere.ch](http://www.formation-forestiere.ch)

## Nouvelles directives pour l'estimation des valeurs de forêts

Le séminaire a pour but de prendre connaissance des nouvelles directives et d'appliquer les bases et méthodes d'estimation à quelques cas concrets. Les exercices d'estimation des valeurs seront réalisés en forêt.

→ 21.6.2018, Boudry NE

Public concerné: professionnels de la forêt et du bois concerné par l'estimation de forêts et d'arbres

Coût: CHF 410.-

Inscription/information: Formation continue forêt et paysage, c/o CG Consulting Sàrl, tél. 021 887 88 12  
[info@fowala.ch](mailto:info@fowala.ch), [www.fowala.ch](http://www.fowala.ch)

## Former les adultes en environnement avec Certificat FSEA formateur-trice d'adultes

Le cours vous permet d'acquérir toutes les compétences nécessaires pour concevoir et donner des cours sur la protection de la nature ou le développement durable basés sur vos propres connaissances environnementales. Divers concepts de formation ainsi que des modèles didactiques seront présentés, mis en pratique et discutés.

→ 24.8-22.12.2018, Biel/Bienne BE

Public concerné: professionnels de l'environnement, de la protection de la nature, du développement durable ou du cleantech  
Coût: CHF 4500.-

Inscription/information: Fondation Silviva, Lyss, tél. 032 550 21 91  
[helene.sironi@silviva.ch](mailto:helene.sironi@silviva.ch), [www.silviva.ch/fr](http://www.silviva.ch/fr)

## Séminaire: Visions pour la forêt de demain

Des personnalités de la politique, de l'économie et de la culture animeront les participants à réfléchir en dehors des schémas de pensées traditionnels et à imaginer quels sont les besoins de la société suisse envers la forêt et quelles conséquences doivent être tirées pour sa gestion. Madame la Conseillère fédérale Doris Leuthard ouvrira ce séminaire.

→ 30/31.8.2018, Biel/Bienne BE

Public concerné: personnes et institutions intéressées

Coût: séminaire jeudi CHF 140.-, 90.- pour membres, 25.- pour les étudiants

Inscription/information: Société forestière suisse, Zurich, tél. 044 350 08 02, [www.forstverein.ch/fr](http://www.forstverein.ch/fr)

## Journée d'échange nationale - laissez-vous inspirer par les échanges!

La journée sera l'occasion de montrer comment enseigner toutes les disciplines scolaires à l'extérieur et le plus souvent possible. Nous réunirons les divers acteurs qui pourraient profiter du concept global du nouveau projet «Enseigner dehors»: comment par exemple intégrer des nouvelles matières en plein air ou planifier des apprentissages à long terme.

→ 22.9.2018, Lyss BE

Public concerné: personnes et institutions intéressées  
Coût: env. CHF 120.-

Inscription/information: Fondation Silviva, Lyss, tél. 044 291 21 91  
[lea.menzi@silviva.ch](mailto:lea.menzi@silviva.ch), [www.silviva.ch/fr](http://www.silviva.ch/fr)

## Sécurité lors de travaux en terrain difficile

Connaître et appliquer les règles de sécurité lors de travaux en terrain difficile. Intégrer les techniques de sécurisation selon les directives en vigueur. Analyse du chantier et du degré de difficulté. Recensement des risques spécifiques. Choix des mesures, des méthodes d'assurance. Sécuriser le périmètre d'intervention.

→ Octobre 2018, Le Mont-sur-Lausanne VD

Public concerné: forestiers-bûcherons, chefs d'équipe, contremaîtres, entrepreneurs forestiers

Coût: CHF 200.-

Inscription/information: CFPF, Le Mont-sur-Lausanne, tél. 021 316 26 63

corinne.de-matteis@vvd.ch, [www.formation-forestiere.ch](http://www.formation-forestiere.ch)

## Mise à jour des techniques

Connaître et appliquer les règles de base de la sécurité, de l'ergonomie et de la prévention des accidents lors des travaux de bûcheronnage. Connaître et savoir pratiquer les méthodes d'abattage de cas spéciaux. Adopter un comportement correct lors de l'emploi de la tronçonneuse.

→ 4.10.2018, Suisse romande

Public concerné: Formateurs d'apprentis, forestiers-bûcherons, chefs d'équipes, contremaîtres

Coût: CHF 200.-

Inscription/information: CFPF, Le Mont-sur-Lausanne, tél. 021 316 26 63

corinne.de-matteis@vvd.ch, [www.formation-forestiere.ch](http://www.formation-forestiere.ch)

## Développements et défis pour l'énergie-bois en Suisse

Depuis les années 1990, le recours à l'énergie-bois augmente, grâce aux progrès technologiques, mais grâce aussi aux mesures ciblées de la politique énergétique suisse et à une sensibilisation croissante de la population aux questions environnementales.

→ 5.10.2018, Vevey

Public concerné: professionnels de la forêt et du bois, représentants de propriétaires de forêt et des autorités

Coût: CHF 390.-, 100.- pour les étudiants

Inscription/information: Formation continue forêt et paysage, c/o CG Consulting Sàrl, tél. 021 887 88 12  
[info@fowala.ch](mailto:info@fowala.ch), [www.fowala.ch](http://www.fowala.ch)

## L'hydraulique

Connaître les principes de base de l'hydraulique et les différents composants hydrauliques d'une machine forestière. Comprendre les principaux dysfonctionnements. Savoir pratiquer la maintenance de base.

→ 19.10.2018, Agrilogie Marcellin à Morges VD

Public concerné: toute personne concernée par les véhicules et les machines.

Coût: CHF 500.-

Inscription/information: CFPF, Le Mont-sur-Lausanne, tél. 021 316 26 63

corinne.de-matteis@vvd.ch, [www.formation-forestiere.ch](http://www.formation-forestiere.ch)

## La forêt comme médecin: effets sur la santé, méthodes d'application et offres

Le lien entre les espaces verts et la santé a été confirmé scientifiquement. En Asie, il existe plus de 50 centres de thérapie forestière. Que se passe-t-il en Europe? Quel est le potentiel et l'importance de la forêt pour la promotion de la santé et la thérapie?

→ 25.10.2018, lieu à définir

Public concerné: personnes intéressées des domaines de la forêt et de la santé

Coût: CHF 390.-, 100.- pour les étudiants

Inscription/information: Formation continue forêt et paysage, c/o CG Consulting Sàrl, tél. 021 887 88 12  
[info@fowala.ch](mailto:info@fowala.ch), [www.fowala.ch](http://www.fowala.ch)

## BLS-AED-SRC complet

Vous entraînez, de façon variée et ludique, les mesures BLS-AED en cas d'arrêt cardiaque (BLS = Basic Life Support) chez l'adulte et l'enfant ainsi que la manière d'utiliser le défibrillateur (AED = Automated external défibrillation), dans le cadre de différents scénarios réalistes.

→ 5/6.11.2018, Colombier NE

Public concerné: forestiers/forestières et autres personnes intéressées

Coût: CHF 140.–

Inscription/information: Alliance suisse des samaritains, Olten, tél. 062 286 02 00

administration@samariter.ch, www.samariter.ch/fr

## Engagement des engins forestiers dans la récolte mécanisée

Organisation de chantiers de récolte des bois mécanisée et semi-mécanisée. Analyse de la desserte fine et correction si nécessaire en collaboration avec le gestionnaire forestier. Protection physique des peuplements, des sols et des eaux.

→ 5.11-9.11.2018, Suisse romande

Public concerné: machinistes forestiers

Coût: CHF 1600.– Le financement par la nouvelle formule fédérale vous permet de récupérer 50% du montant.

Inscription/information: CFPF, Le Mont-sur-Lausanne, tél. 021 316 26 63

corinne.de-matteis@vvd.ch, www.formation-forestiere.ch

## Impacts des changements climatiques sur les dangers naturels

Les répercussions des changements climatiques renforcent la menace que représentent les dangers naturels en Suisse. Les températures en hausse, l'élévation de la limite des chutes de neige et la modification du régime des précipitations augmentent le risque de crues, de laves torrentielles, de glissements de terrain et de processus de chute. Objectifs, défis et champs d'action de l'adaptation aux changements climatiques dans le domaine des dangers naturels.

→ 30.11.2018, Fribourg

Public concerné: professionnels de la forêt et du bois, représentants de propriétaires de forêt et des autorités

Coût: CHF 390.–, 100.– pour les étudiants

Inscription/information: Formation continue forêt et paysage, c/o CG Consulting Sàrl, tél. 021 887 88 12

info@fowala.ch, www.fowala.ch

## Secourisme pour le personnel forestier (2 jours)

Le risque d'accident et d'atteinte à la santé est grand lorsqu'on travaille en forêt. Malgré toutes les précautions prises, des accidents peuvent se produire et peuvent avoir des conséquences graves. Il s'agit donc de garantir une fiabilité dans la planification pour l'organisation en cas d'urgence ainsi que d'apprendre comment réagir correctement en cas d'accident.

→ Date à définir

Public concerné: toutes les personnes travaillant en forêt

Coût: CHF 650.–

Inscription/information: ForêtSuisse, Soleure, tél. 032 625 88 00  
info@foretsuisse.ch, www.foretsuisse.ch

## Sauvetage forestier

Connaître et savoir pratiquer les gestes qui sauvent. Assurer l'organisation en cas d'urgence. Être capable de donner l'alarme. Assurer l'évacuation d'un blessé en collaboration avec les secouristes. Avoir un matériel de premiers secours à jour. Exercer le sauvetage forestier réaliste en collaboration avec Rega et les secouristes.

→ Date à définir

Public concerné: le personnel forestier, les entreprises forestières

Coût: CHF 200.–

Inscription/information: CFPF, Le Mont-sur-Lausanne, tél. 021 316 26 63

corinne.de-matteis@vvd.ch, www.formation-forestiere.ch

## Formations continues diverses

### CAS en gestion forestière

Avec le CAS, vous acquérez les compétences de gestion désormais indispensables, complétées d'un savoir-faire économique et technique intégrant les dernières avancées. Ces acquis de niveau HES sont directement applicables à la direction d'une entreprise forestière. L'enseignement a lieu une fois par mois et se répartit sur 14 mois.

→ Début du prochain cycle de formation: août 2018.

Haute École des sciences agronomiques, forestières et alimentaires HAFL, tél. 031 910 21 48,  
patric.buergi@bfh.ch, www.hafl.bfh.ch/fr

### Ranger

Le travail sur la relation entre l'homme et la nature, vivre avec la nature et vivre à ses côtés. Les participants sont préparés à leurs tâches très diversifiées pendant 8 modules totalisant 275 leçons. Le titre obtenu est un diplôme de Ranger du Cefor Lyss.

→ Début du prochain cycle de formation: mars 2019

→ Soirée d'information: 31.5.2018

Centre forestier de formation Lyss, tél. 032 387 49 11,  
info@bzwlyss.ch, www.bzwlyss.ch/fr

### CAS Éducation à l'environnement par la nature (EEN)

Études postgrades menant à un certificat; pour personnes intéressées à transmettre des thèmes touchant la nature et l'environnement de façon active et en s'appuyant sur le milieu forestier. Il est possible d'entrer dans ce cycle de formation à tout moment.

Fondation Silviva, Zurich/Lyss, tél. 044 291 21 91,  
info@silviva.ch, www.silviva-fr.ch/cas

### Chef-fe de projet nature et l'environnement

Formation continue pour les personnes au bénéfice d'une formation initiale et qui souhaitent compléter leurs compétences en matière d'environnement. Le titre obtenu est un brevet fédéral. Les 54 jours de formation se répartissent sur 14 mois. Début du prochain cycle: été 2018.

→ Soirée d'information: 24.5.2018

sanu future learning sa, Bienne, tél. 032 322 14 33,  
sanu@sanu.ch, www.sanu.ch/fr

### Conseiller/-ère en environnement

La formation met l'accent sur la transmission de compétences de base en communication et conseil, travail de sensibilisation et de formation ainsi que la gestion de projet. Elle permet également de mettre la spécialisation à niveau et prépare à l'examen du brevet fédéral de Conseiller/-ère en environnement. Les 53 jours de formation se répartissent sur 14 mois.

→ Début du prochain cycle: été 2019

→ Soirée d'information: 24.5.2018

Lieu: sanu future learning sa, Bienne, tél. 032 322 14 33,  
sanu@sanu.ch, www.sanu.ch

### Spécialiste aux soins aux arbres

L'apport des soins aux arbres est essentiel pour la qualité de la vie dans les zones densément peuplées. Les 270 leçons transmettent les bases théoriques et pratiques aux futurs professionnels.

Association Suisse des Soins aux Arbres, Reinach,  
tél. 061 713 08 19, verband@baumpflege-schweiz.ch,  
www.baumpflege-schweiz.ch



Florian Giger et son formateur Christoph Spring exercent leur équilibre sur une jambe en faisant l'avion. Un bon exercice d'échauffement pour de nombreuses parties du corps.

**Le sujet fait aussi son entrée dans les écoles professionnelles** Et qu'en est-il des écoles professionnelles? Durant la phase pilote du programme, une demi-journée d'enseignement a été consacrée au thème de la santé dans la classe des apprentis de 1<sup>re</sup> année, notamment l'ergonomie, l'alimentation, les vêtements thermiques et le mode de vie. Selon le responsable cantonal de la formation forestière, Felice Crottogini, les réactions ont été très bonnes: «Nous allons aussi proposer ces leçons aux prochaines volées.» Les maîtres de sport de l'école professionnelle ont eux aussi été intégrés. Nous avons développé pour eux et leurs élèves un test de condition physique et des exercices pour les heures de sport. Florian Giger applique le programme de promotion de la santé aux trois lieux de formation, comme prévu par l'OFEV. Felice Crottogini se réjouirait beaucoup de voir un grand nombre d'entreprises des cantons de SG et AR adopter les exercices d'activation et de renforcement dans leur quotidien. Comme le dit le chef de l'entreprise, Ernst Vetsch:

**«FAIRE CES EXERCICES DEVRAIT DEVENIR UNE ÉVIDENCE, COMME PRENDRE LES DIX-HEURES OU PORTER L'ÉQUIPEMENT DE PROTECTION.»**

**Programme à long terme sous la conduite de Codoc**  
Les expériences réalisées dans les cantons de SG et AR durant la première phase du projet pilote ont été transférées dans les cantons de SO, BL, BS et du TI. Le projet pilote s'est achevé fin 2017 et a débouché sur un programme à long terme développé et dirigé par Codoc. Les éléments du programme et le rapport final du projet pilote sont disponibles en ligne sur le site de Codoc <http://bit.do/codoc1> (→ voir la liste sur une page spéciale

du bulletin). Pour Stefan Flury, coresponsable de Codoc et en charge des mesures de promotion de la santé, la situation est claire: «Nous nous trouvons dans une phase de transition. Il s'agit maintenant de motiver les forestiers à intégrer le programme dans leur quotidien. En espérant que la branche est prête. Nous sommes persuadés qu'il est possible de diminuer le nombre d'accidents grâce à ce programme, qui améliore la conscience corporelle durant le travail.» Les jeunes forestiers qui prennent soin de leur santé aujourd'hui vont à coup sûr remarquer les effets positifs lorsqu'ils seront plus âgés. Est-ce que les entreprises ont besoin d'un déclencheur comme à Wartau? Stefan Flury connaît la réponse: «Les entreprises ont la possibilité de se faire accompagner par un instructeur professionnel. Codoc participe aux frais.»

Texte et photos Brigitt Hunziker Kempf

#### L'important en bref

La Stratégie nationale en matière de formation forestière veut aider à éviter les maladies professionnelles et les accidents grâce à la promotion d'une bonne condition physique et de la conscience corporelle ainsi que de méthodes de travail ménageant le corps.

Un projet pilote a permis de développer un programme spécifique, de le tester et de l'adapter.

Les travaux ont bénéficié de l'accompagnement d'un groupe de travail composé d'experts d'offices forestiers cantonaux, de ForêtSuisse et de Codoc.

## INTERVIEW

# «Seuls les jeunes en bonne santé entrent en ligne de compte»

coup d'pouce s'est entretenu avec le docteur Urs Hinnen, médecin du travail, sur les examens médicaux pour les futurs forestiers-bûcherons.

## «À votre avis, les examens médicaux pour les futurs forestiers-bûcherons sont-ils utiles?»

Oui. Si l'on en croit la notice sur les tests médicaux d'aptitude professionnelle pour les futurs forestiers-bûcherons, il s'agit d'un métier corporellement exigeant et aussi dangereux en termes de risques d'accident. Seuls les candidats en bonne santé et de bonne constitution physique entrent en ligne de compte. Il s'agit, d'une part, du risque de maladies professionnelles, principalement des lésions auditives, atteintes à l'appareil moteur, tendinites, paralysies nerveuses périphériques par pression, du syndrome du tunnel carpien et du syndrome de Raynaud (atteintes dues aux vibrations). D'autre part, la sécurité au travail joue un rôle important: près d'un apprenti sur deux est victime d'un accident de travail. Et malheureusement, la branche est aussi marquée par des accidents mortels. C'est pourquoi il faut absolument accorder de l'attention non seulement à la formation, mais aussi s'assurer que les futurs professionnels soient en bonne forme physique et mentale et que leur système sensoriel fonctionne sans restriction.

## Les futurs forestiers-bûcherons doivent donc être parfaitement en bonne santé. Faut-il encore compléter la notice?

La notice est vraiment très complète. Mais il est vrai que les exigences de la profession sont très élevées. Peut-être faudrait-il compléter la notice dans le sens d'une bonne forme physique et mentale ainsi que de la capacité de concentration lors de l'utilisation d'engins très modernes.

## Les médecins généralistes peuvent-ils mener ce check aussi bien que les médecins du travail?

Les médecins du travail sont spécialement formés pour examiner la charnière homme-machine ou homme-travail. Leur expérience professionnelle joue aussi un rôle important. Si une formation complémentaire est nécessaire pour mener l'examen médical d'un conducteur professionnel, on comprend qu'il en va de même pour examiner les aptitudes dans des cas limites. Le cas échéant, les médecins généralistes peuvent se charger de l'examen sous la supervision d'un médecin du travail et demander son conseil en cas de besoin.

## Quelles expériences avez-vous vécues en rapport avec le secteur forestier?

J'ai participé à la révision de l'analyse des risques et me suis rendu en forêt pour analyser diverses situations de travail avec les responsables de la sécurité de la branche et avec notre hygiéniste du travail. Malheureusement j'ai aussi été confronté à l'analyse d'un accident mortel survenu lors de la récolte du bois.

Interview Eva Holz



Après ses formations en Suisse et à l'étranger, le docteur Urs Hinnen (Prévention et médecine du travail FMH) a été médecin-chef à l'Hôpital universitaire de Zurich et a collaboré à la formation des médecins du travail à l'ETH de Zurich. Urs Hinnen est cofondateur d'AEH (Centre pour la médecine du travail, l'ergonomie et l'hygiène) à Zurich et depuis responsable du secteur de la médecine du travail. (photo mise à disposition)



## Aperçu d'un programme bien conçu

La Division Forêt de l'OFEV et l'Ortra Forêt Suisse ont lancé le projet pilote «Promotion de la santé des apprentis forestiers-bûcherons» en 2016. Cette initiative s'est appuyée sur des programmes de promotion de la santé en cours dans la branche ou dans des secteurs apparentés.

Le projet pilote s'est achevé fin 2017 et a été transposé dans un programme ordinaire de Codoc qui propose diverses offres aux entreprises formatrices, aux cours interentreprises et aux écoles professionnelles.

En savoir plus: <http://bit.do/codoc1>

### À L'USAGE DES ENTREPRISES FORMATRICES ET DES COURS INTERENTREPRISES

**Série d'exercices complète** comportant des exercices d'activation et de renforcement classés en fonction des objectifs

→ Téléchargement gratuit

<http://bit.do/codoc2>

→ Disponible sous forme de carte aide-mémoire dès mi-2018 chez Codoc

**3 sets d'exercices** d'une durée de 10-15 min en vue d'activer le corps et de développer la coordination

→ Téléchargement gratuit

<http://bit.do/codoc3>

<http://bit.do/codoc4>

<http://bit.do/codoc5>

**Film d'information** de 5 minutes sur l'utilité des exercices journaliers, à l'intention notamment des entreprises formatrices

→ Lien sur le site internet, gratuit

<http://bit.do/codoc6>

**Visites d'experts dans les entreprises formatrices** en vue d'introduire des exercices et de processus de travail ergonomiques avec l'ensemble de l'équipe forestière

→ Possibilité de solliciter une participation financière de Codoc [stefan.flury@codoc.ch](mailto:stefan.flury@codoc.ch)

### À L'USAGE DES ÉCOLES PROFESSIONNELLES

**Vidéos sur des exercices de renforcement** (traduction de vidéos existants de l'entreprise Cardiopuls)

→ Lien sur le site internet dès mi-2018, gratuit

**Tests sportifs** en vue d'évaluer la condition physique et de proposer l'entraînement adéquat

→ Téléchargement gratuit en allemand

<http://bit.do/codoc7>

<http://bit.do/codoc8>

**Manuel** contenant un plan de progression, des séquences d'enseignement et du matériel en vue de réaliser des modules sur la santé en école professionnelle

→ Téléchargement gratuit (bientôt disponible)

**Visites d'experts dans les écoles professionnelles** en vue d'introduire les exercices en présence des élèves et des enseignants

→ Possibilité de solliciter un soutien financier de Codoc auprès de [stefan.flury@codoc.ch](mailto:stefan.flury@codoc.ch)

**Exposés d'experts** dans les écoles professionnelles sur l'ergonomie, les sciences du mouvement ou l'alimentation

→ Possibilité de solliciter un soutien financier de Codoc auprès de [stefan.flury@codoc.ch](mailto:stefan.flury@codoc.ch)

**Personne de contact** Stefan Flury, coresponsable Codoc: [stefan.flury@codoc.ch](mailto:stefan.flury@codoc.ch) tél. 032 386 12 45



## CODOC

**Rapport annuel Codoc 2017: en avant pour une nouvelle période de quatre ans** 2017 a été pour Codoc une année de transformation et de développement, avec le renouvellement et l'élargissement de son mandat. La direction de Codoc a été renforcée par l'arrivée de Stefan Flury en tant que coresponsable de Codoc et responsable du nouveau secteur de la coordination de la promotion des compétences pour les travaux forestiers. Parmi les principales activités de Codoc en 2017, citons l'organisation de l'exposition spéciale à la Foire forestière internationale de Lucerne, la participation au projet «Les filles découvrent les métiers de la forêt», dans le cadre de la Journée nationale «Futur en tous genres» ainsi que le début de la collaboration avec la plate-forme des places d'apprentissage Yousty. Pour en savoir plus sur les activités de Codoc en 2017: Rapport annuel 2017

→ <http://bit.do/codoc10>

## ORTRA FORÊT SUISSE

**Révision de l'ordonnance sur la formation de forestier-bûcheron** La commission de révision de l'Ortra Forêt Suisse a réexaminé l'ordonnance sur la formation de forestier-bûcheron et le plan de formation dès octobre 2017. Pour ce faire, elle s'est appuyée sur les résultats de l'évaluation quinquennale. Si l'essentiel des objectifs d'apprentissage restent inchangés, quelques nouveautés sont à signaler, telles un cours CI de trois jours sur l'assurance contre les risques de chute et les techniques de base de l'escalade des arbres. Les apprentis sont dorénavant autorisés à utiliser les véhicules télécommandés comme le dumper à chenilles. La participation à l'installation et au démontage des câbles-grues fait son entrée dans le plan de formation. Les soins sylvicoles sont davantage orientés vers les soins rationnels.

Les projets de révision de l'ordonnance et du plan de formation seront discutés le 30.5.2018 lors d'une journée de rencontre en présence des acteurs de la formation. Ces documents seront téléchargeables dès fin avril à partir du site de l'Ortra Forêt: → <http://bit.do/codoc11>

## PROTECTION DES FORÊTS

**Notre forêt. comment se porte-t-elle?** L'Institut de biologie végétale appliquée IAP de Schönenbuch BL, sur mandat de plusieurs cantons, observe l'état de santé des forêts suisses depuis 34 ans. La Confédération participe également à certains projets de recherche. Le 5<sup>e</sup> rapport sur les résultats du programme intercantonal d'observation permanente des forêts a paru en mars 2018. Le rapport présente entre autres des résultats sur les dépôts azotés en forêt, sur la diminution de la croissance du tronc des hêtres, sur l'acidification du sol. Téléchargement du rapport: → <http://bit.do/codoc12>

**Protection des forêts: le bostryche est annoncé** Le volume de bois d'épicéa infesté par le typographe (ips typographus) a encore augmenté en 2017 pour atteindre 320 000 m<sup>3</sup>. Ceci représente entre 3 et 4 fois le niveau des années 2008 à 2012. Les dégâts des tempêtes, du poids de la neige et des périodes estivales de chaleur

et de sécheresse ont affaibli de nombreux peuplements, surtout sur le versant sud des Alpes, dans certaines régions des Grisons et dans les plaines du Plateau suisse. Pour en savoir plus: WSL → <http://bit.do/codoc13>

**Directives sur la gestion des organismes nuisibles pour les forêts** Conséquence de la mondialisation et des changements climatiques, les organismes nuisibles constituent une menace grandissante pour les forêts suisses. La protection contre ce phénomène est une préoccupation commune des autorités nationales et cantonales qui veillent à ce que les forêts puissent continuer à l'avenir de remplir leurs multiples fonctions pour le bien de la population suisse. L'Aide à l'exécution Protection des forêts décrit, en introduction, les principes de collaboration entre autorités, instituts de recherche et autres acteurs de la gestion des organismes nuisibles aux forêts. Les différents modules décrivent les mesures de lutte que doivent prendre les autorités en fonction des organismes nuisibles concernés. Ils reflètent l'état actuel des connaissances dans le domaine → <http://bit.do/codoc14>

## DIVERS

**30/31.8.2018: Visions pour la forêt de demain «Au cœur de la forêt» pour les 175 prochaines années** Le futur de la forêt suisse est le thème central du séminaire organisé à l'occasion du jubilé de la Société forestière suisse. Des personnalités issues de la politique, de l'économie et de la culture exprimeront leur propre vision de la forêt future et inciteront les participants à imaginer créativement comment les besoins de la société et le visage de la forêt pourraient évoluer d'ici là. L'objectif de ce séminaire est d'insuffler une forte dose d'esprit visionnaire au public. Madame la Conseillère fédérale Doris Leuthard ouvrira ce séminaire. Informations détaillées et inscription en ligne dès le mois de mai sur l'agenda SFS → <https://www.forstverein.ch/fr/agenda>

**Publications OFEV: Annuaire La forêt et le bois 2017** L'Annuaire La forêt et le bois donne des informations détaillées sur les ressources forestières, la récolte de bois, les prestations et les produits de la forêt, la transformation du bois ainsi que le commerce de bois et de produits en bois de la Suisse. Publié pendant onze années sous la même forme, l'annuaire paraît désormais en deux versions séparées (allemand et français). Téléchargement et commande → <http://bit.do/codoc15>

**Sécurité du travail: nouvelle directive «Travaux forestiers»** La directive «Travaux forestiers» de la Commission fédérale de coordination pour la sécurité au travail (CFST) a subi une révision totale au cours des deux dernières années. Le nouveau texte tient compte de l'évolution technique et des nouveaux besoins des entreprises. Comme il est facilement compréhensible, ce document a aussi sa place dans la formation initiale et continue. Il constitue un véritable outil de lutte contre les accidents et maladies professionnels. Téléchargement: → [www.suva.ch/2134.f](http://www.suva.ch/2134.f)



Copyright État de Fribourg

## Arbres spectaculaires du canton de Fribourg

Éléments omniprésents du paysage rural et urbain, les arbres sont si communs qu'ils échappent parfois à l'attention du regard humain. Pourtant, de par leur taille, leur forme, leur âge ou leur importance écologique un grand nombre d'entre eux sont dignes d'intérêt pour l'observateur.

Pour cette raison, une vingtaine d'arbres «spectaculaires» parmi les 20 à 30 millions d'individus du canton de Fribourg ont été choisis. Seuls les arbres en forêt ou à proximité de celles-ci sont répertoriés; les arbres présents dans des parcs publics et privés ainsi que sur des places de villages ne sont au contraire pas pris en compte, bien que beaucoup soient remarquables. Ce choix subjectif ne prétend pas être exhaustif, mais il permettra aux curieux de tous les âges de découvrir des essences variées dans toutes les régions fribourgeoises. En savoir plus: → <http://bit.do/codoc16>

## IMPRESSUM

Éditeur: Codoc, Coordination et documentation pour la formation forestière  
Hardernstrasse 20  
CP 339, CH-3250 Lyss  
Tél. 032 386 12 45, fax 032 386 12 46,  
info@codoc.ch, www.codoc.ch  
Rédaction: Eva Holz (eho),  
Brigitt Hunziker Kempf, Rolf Dürig (rd)  
Traduction: Philippe Domont  
Réalisation graphique: Anex & Roth Visuelle  
Gestaltung, Bâle  
La prochaine édition de coup d'pouce  
paraîtra en octobre 2018.  
Délai de rédaction: 31.8.2018

**P. P.**

CH - 3250 Lyss  
Post CH AG

Avez-vous déménagé? Y a-t-il des erreurs dans votre adresse?  
Transmettez-nous, s.v.p., sans tarder votre nouvelle adresse ou les corrections éventuelles  
(Codoc: tél. 032 386 12 45, fax 032 386 12 46, info@codoc.ch).

Les nouveaux abonnés sont les bienvenus! coup d'pouce – l'organe  
spécialisé de la formation professionnelle forestière – paraît deux fois par an.  
Il est envoyé gratuitement aux intéressés.

**TESTEE DE FOND EN COMBLE!  
LA NOUVELLE HUSQVARNA  
CONVAINC AUSSI LES  
CHAMPIONS DU MONDE.**

facebook.com/Amstutzbrothers/

## PHILIPP ET URS AMSTUTZ TRAVAILLENT AVEC L' HUSQVARNA 572 XP®

Avec tout juste 6,6 kg et un puissant moteur 4,3 kW, la 572 XP® est dotée d'un rapport poids/puissance très élevé. Elle bénéficie également d'une capacité de découpe 12 % plus élevée que les précédents modèles équivalents. Ses excellentes capacités de refroidissement et son système de filtration résistant offrent de grandes performances, tandis que sa conception intelligente et son fonctionnement simple procurent un rendement supérieur, même lors de l'utilisation de guides de grande taille.



Regardez les vidéos des tests mondiaux sur  
[husqvarna.ch/endurance](http://husqvarna.ch/endurance)



HUSQVARNA VEF  
Verified Engine Formula

## HUSQVARNA XP POWER 2 TEMPS

Philipp et Urs alimentent leur  
572 XP® avec de l'essence spéciale  
écologique.

**husqvarna.ch**

**Husqvarna®**  
READY WHEN YOU ARE