

LE PROGRAMME
TRANSPORTEZ-VOUS
BIEN

PAR

 **carcept prev**
ASSUREUR D'INTÉRÊT GÉNÉRAL

Addictions au travail

Prévenir et accompagner les
salariés dans les entreprises
du Transport

13 mai 2025

TRANSPORTEZ-VOUS BIEN



INTERVENANTS



Solange SANKARA
Chargée de Développement
Services Prévention Santé QVT
Carcept Prev



Alexis PESCHARD
Président et Addictologue
G.A.E Conseil



1

Le programme TVB

*Enjeux du Transport
&
Solutions pour la Prévention*



TVB, le programme de Prévention des entreprises du Transport

TVB est



un programme de Prévention incitatif



conçu à l'initiative des partenaires sociaux de Branche



complémentaire aux dispositifs existants (CPAM, Formation Professionnelle...)

Les actions de Prévention TVB sont



Destinées aux salariés non cadres



De certaines entreprises du Transport (éligibilité) *



Financées par un fonds dédié (Haut Degré de Solidarité)



Accessibles via l'espace TVB
www.particuliers.carcept-prev.fr

- Transports routiers de fret interurbains (4941A)
- Transports routiers de fret de proximité (4941B)
- Location de camions avec chauffeur (4941C)
- Location et location-bail de camions (7712Z)
- Messagerie, fret express (5229A)
- Affrètement et organisation des transports (5229B)
- Transports routiers réguliers de voyageurs (4939A)
- Autres transports routiers de voyageurs (4939B)
- Déménagement (4942Z)
- Activités de sécurité privée (8010Z)
- Ferroviaire interurbain de voyageurs (4910Z)
- Transports ferroviaires de fret (4920Z)
- Transport urbains et suburbains de voyageurs (4931Z)
- Transport Routier Sanitaire (8690A)

Consommation de substances psychoactives et enjeux dans le Transport

Les chiffres à retenir



27,5% des hommes actifs ont au moins 1 épisode / mois de « *binge drinking* »



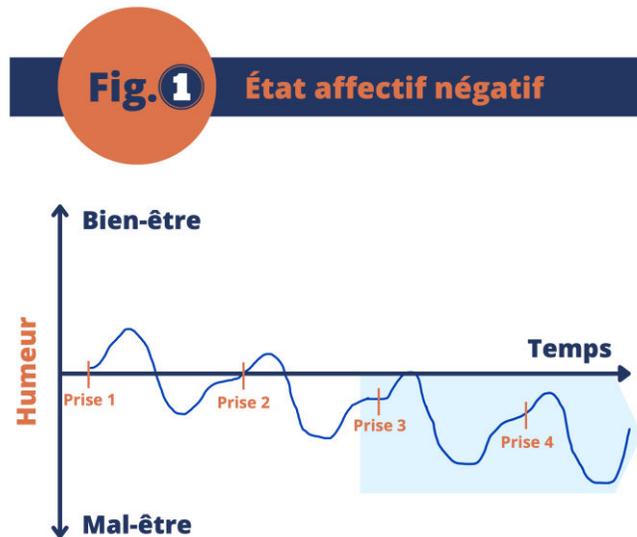
6% des actifs consomment du cannabis au moins 1 fois / semaine



4% des actifs ont au moins 2 mésusages d'anxiolytiques ou somnifères dans l'année

Cohorte CONSTANCES (mars 2021)

Quelles répercussions ?



Quelles réponses de CARCEPT Prev ?

- Consultation employeur
- Atelier prévention TVB « Jeu géant Addicto'Quizz® »
- Formations TVB avec l'AFTRAL et Promotrans



CONSULTATION EMPLOYEUR - PRIS EN CHARGE PAR TVB

Consultation employeur « Prévention des addictions en entreprise »

Pour vous accompagner dans la prévention des pratiques addictives dans votre établissement, Transportez-Vous Bien propose aux employeurs une consultation téléphonique avec un addictologue, spécialisé dans l'accompagnement des entreprises.

Quelle sensibilisation dans mon établissement ?

Dois-je modifier le règlement intérieur de mon entreprise ?

Ai-je le droit de réaliser des dépistages ?

Que puis-je faire pour aider mon salarié ?

A quel moment contacter la Médecine du travail ?

Autant de questions que vous vous êtes peut-être déjà posées...

- intégralement prise en charge par le programme Transportez-Vous Bien par Carcept Prev,
- des conseils personnalisés d'un addictologue en toute confidentialité.

Pour bénéficier de la consultation employeur, remplissez le formulaire de contact.

<https://www.transportezvousbien.fr/entreprises/consultation-employeur-prevention-des-addictions-en-entreprise/>

ATELIERS DE SENSIBILISATION PRIS EN CHARGE PAR TVB

A découvrir en vidéo



1H

SENSIBILISATION AUX CONDUITES ADDICTIVES (jeu géant)



INTERVENANT :

Consultant en addictologie

ATELIER :

Jeu géant mêlant des quizz et défis (activités ludiques de prévention) en équipe autour de 5 thèmes : les substances psychoactives (alcool/ drogues/ médicaments), les comportements (écrans, jeux...), la réglementation, les signaux faibles, et les ressources d'aides.



OBJECTIFS :

1. Prendre conscience des enjeux liés aux pratiques addictives au travail
2. Aller au-delà des idées reçues sur ce sujet tabou et libérer la parole
3. Prendre conscience à titre personnel de ses propres consommations ou comportements
4. Avoir une approche exhaustive du sujet et enjeux dans le transport



NOMBRE DE PARTICIPANTS :

60 à 120 personnes par jour

1H

SENSIBILISATION À L'HYPER- CONNEXION ET AUX ÉCRANS (jeu géant)



INTERVENANT :

Consultant en addictologie

ATELIER :

Jeu géant mêlant des quizz et défis (activités ludiques de prévention) en équipe sur la thématique de l'hyperconnexion, des écrans et des cyberdépendances (jeux, achats, réseaux sociaux...).



OBJECTIFS :

1. Aller au-delà de la banalisation des écrans aujourd'hui et prendre conscience de son temps écran
2. Prendre conscience des enjeux (santé, sur la route, hypovigilance) liés à l'hyperconnexion
3. Connaître les signaux faibles d'une pratique à risque et cyberdépendance
4. Avoir une approche exhaustive du sujet et enjeux dans le transport



NOMBRE DE PARTICIPANTS :

60 à 120 personnes par jour



A découvrir en vidéo



FORMATIONS AFTRAL PRISES EN CHARGE PAR TVB



ADDICTOLOGIE ET HYGIÈNE DE VIE

Présentiel : 3h30 de formation

OBJECTIFS DE LA FORMATION :

Identifier les **risques** des différentes addictions (conséquences pénales, sociales et professionnelles) pour mieux les prévenir.

Adopter une **hygiène de vie** compatible avec l'exercice de son métier.

Séquence 1 : 1h30

Identifier les risques d'addictions pour mieux les prévenir
Prévention des addictions, conséquences sur la vie professionnelle et personnelle (tabac, alcool, stupéfiants).

Mise en situation :

- Calcul d'alcoolémie.
- Simulation des effets de l'alcool sur le champ de vision et l'appréciation des distances en effectuant un parcours imposé éventuellement avec les bras chargés. Le formateur veille à la sécurité des stagiaires.

Séquence 2 : 1h30

Adopter une **hygiène de vie** compatible avec l'exercice de son métier.

- Hygiène alimentaire (régularité des repas, équilibre alimentaire, risques liés au surpoids, calcul de l'IMC - Indice de Masse Corporelle).
- Sommeil (importance, cycles du sommeil, troubles, dette de sommeil, conséquences sur l'activité professionnelle).
- Médicaments : classification (pictogrammes), effets et risques, dangers de l'automédication.

Séquence 3 : 0h30

Réaliser un bilan de la formation.

- Synthèse du stage, commentaires, mise en perspective.

Mode d'évaluation

- Évaluation au fur et à mesure de la progression.
- Appréciation par le participant du niveau d'amélioration de ses connaissances et compétences.

+20
PTS

LE PROGRAMME
TRANSPORTEZ-VOUS
BIEN

PUBLIC

Salarié non-cadre du secteur du transport
- Chauffeur Livreur
- Chauffeur régional
- Chauffeur messagerie
- Transporteur de fonds
- Déménageur
- Conducteur de transport de voyageurs
- Agent logistique

MOYENS PÉDAGOGIQUES

- Salle équipée d'un ensemble multimédia
- Aire d'évolution et matériel de manutention (planche à roulette, transpalette, diable, cartons standards)
- Lunettes de simulation d'alcoolémie
- Logiciel de calcul d'alcoolémie

VALIDATION

Attestation de formation et de présence. Cette formation crédite le compte personnel de prévoyance du salarié à hauteur de 20 points de solidarité.



HYGIÈNE DE VIE DU CONDUCTEUR

E-learning : 1h30 de formation
(réalisable sur 30 jours)

OBJECTIF DE LA FORMATION :

Préserver son **capital santé** en adoptant une hygiène de vie compatible avec l'exercice du métier de conducteur.

Séquence 1 : Identifier les objectifs et étapes de la formation

- Accueil et présentation réalisés depuis la plateforme e-learning.
- Vérification du respect des prérequis (notamment ouverture du compte personnel de prévoyance).

Séquence 2 : L'équilibre alimentaire

- Bien manger pour être performant et en bonne santé.
- La pyramide alimentaire.
- Les aliments à privilégier, à limiter.

Séquence 3 : Les effets de l'alcool et des médicaments

- Les dangers de l'alcool au volant.
- Limite autorisée, sanctions encourues.
- Au volant, le bon taux c'est zéro !
- Conduite et médicament : lire attentivement la notice !

Séquence 4 : La conduite et les stupéfiants

- Un danger pour la conduite.
- Ce que dit le Code de la route.
- Les tests de dépistage, les sanctions encourues.

Séquence 5 : L'hypovigilance au volant

- Incidence de la fatigue sur les performances au volant.
- Rôle fondamental du sommeil.
- La somnolence et les signes avant-coureurs.
- Hypovigilance et distracteurs.

Séquence 6 : Bilan et synthèse du stage réalisés à partir de la plateforme e-learning

- Bilan de la formation.
- Synthèse du stage.
- Evaluation de satisfaction de la formation.

+20
PTS

LE PROGRAMME
TRANSPORTEZ-VOUS
BIEN

PUBLIC

Salarié non-cadre du secteur du transport avec une activité professionnelle liée à la conduite.

PRÉ-REQUIS

Le participant doit :
- Accéder à un poste informatique connecté à internet et en maîtriser son navigateur
- Disposer d'une adresse mail
- Avoir identifié et planifié une ou plusieurs séquences d'apprentissage en e-learning

Le stagiaire doit avoir activé son espace client Carcept Prev avoir reçu des identifiants transmis par l'AFTRAL pour se connecter au e-learning.

FORMATIONS PROMOTRANS PRISES EN CHARGE PAR TVB



PROGRAMME TVB

LE PROGRAMME TRANSPORTEZ-VOUS BIEN

PRÉVENTION DES RISQUES D'ADDICTION

20 PTS SOLIDARITÉ

🕒 DURÉE : 3 HEURES 30 MINUTES

1. OBJECTIFS

- Identifier et comprendre les risques des différentes addictions sous psychotropes pour mieux les prévenir.

2. VALIDATION

- Remise d'une attestation individuelle à charger dans son espace client **carcept prev**

3. ÉVALUATIONS

- Evaluation initiale et finale sous forme de QCM

4. PUBLIC

- Salarié du secteur du transport

5. PRÉ REQUIS

- Aucun

👤 MOYENS PEDAGOGIQUES

- Interaction permanente entre les participants et le formateur
- Mise en situation des participants à partir de situations réelles
- Pédagogie de l'action

📄 PROGRAMME DE LA FORMATION

- Identification des risques d'addictions
- Comment devient-on addict ?
- Différents produits stupéfiants et leurs effets
- Conséquences sur la vie personnelle et professionnelle
- Prévention des addictions
- Réglementation en matière de dépistage



PROGRAMME TVB

LE PROGRAMME TRANSPORTEZ-VOUS BIEN

PRÉVENTION DES DISTRACTEURS TECHNOLOGIQUES

20 PTS SOLIDARITÉ

🕒 DURÉE : 3 HEURES 30 MINUTES

1. OBJECTIFS

- Identifier et comprendre l'impact des distracteurs technologiques sur la conduite d'un véhicule.

2. VALIDATION

- Remise d'une attestation individuelle à charger dans son espace client **carcept prev**

3. ÉVALUATIONS

- Evaluation initiale et finale sous forme de QCM

4. PUBLIC

- Salarié du secteur du transport
- Jeune Conducteur

5. PRÉ REQUIS

- Aucun

👤 MOYENS PEDAGOGIQUES

- Interaction permanente entre les participants et le formateur
- Mise en situation des participants à partir de situations réelles
- Pédagogie de l'action

📄 PROGRAMME DE LA FORMATION

- Définition d'un distracteur
- Les sources de la distraction lors de la conduite d'un véhicule
- L'utilisation des téléphones mobiles au volant et pendant les pauses.
- Réglementation et responsabilité individuelle
- Facteurs de risque aux conduites addictives
- Simulation d'une conduite addictive avec perturbateurs technologiques

2

Agir en tant qu'employeur

Points de repère



1) POINTS DE REPERES : RAPPELS JURIDIQUES

- **Art. R.4225-2 du Code du Travail** « *Les employeurs doivent mettre à la disposition des travailleurs de l'eau potable et fraîche pour la boisson* »
- **Art. R.4228-20 du Code du Travail** « *Aucune boisson alcoolisée autre que le vin, la bière, le cidre et le poiré n'est autorisée sur le lieu de travail* »
- **Décret n°2014-754 du 1/07/2014** : *l'employeur est autorisé à être plus restrictif concernant la consommation d'alcool en l'interdisant totalement dans son enceinte via une note de service ou dans son règlement intérieur pour des questions de sécurité (L4121-1). Ces mesures peuvent prendre la forme d'une limitation voire d'une interdiction totale dans la mesure où elles sont proportionnelles au but recherché* »
- **Art. R.4228-21 du Code du Travail** « *Il est interdit de laisser entrer ou séjourner dans les lieux de travail des personnes en état d'ivresse* »
- **Code de Santé Publique** : *les salariés engagent leur responsabilité en cas de non application des règles de prudence fondamentale dans le cadre de la prise d'un traitement pharmacologique : informer le prescripteur de la nature du poste occupé; lire la notice du médicament et informer le médecin du travail pour les personnes exerçant un poste à risque*
- **Code Pénal** : Rien ne peut justifier le fait de détenir un produit illicite y compris après une découverte. En France, la détention, la consommation et la vente sont pénalement condamnées. « *Le transport, la détention, l'offre, la cession, l'acquisition ou l'emploi illicite de stupéfiants sont punis de dix ans d'emprisonnement 7 500 000 euros* » (Article 222-37 du Code Pénal).

2.1] POINTS DE REPERES : QUID DU DÉPISTAGE ALCOOL & DROGUES ?

Pour aller plus loin : l'arrêt du Conseil d'État du 5/12/2016

« Un **test salivaire de détection immédiate** de produits stupéfiants a pour seul objet de révéler, par une lecture instantanée, l'existence d'une consommation récente de substance stupéfiante. Il ne revêt pas, par suite, le caractère d'un examen de biologie médicale au sens des dispositions de l'article L.6211-1 du Code de la Santé Publique (...).

(...) Les salariés ayant fait l'objet d'un test positif ont le **droit d'obtenir une contre-expertise médicale**, laquelle doit être à la charge de l'employeur.

(...) Le règlement intérieur réserve les **contrôles aléatoires** de consommation de substances stupéfiantes **aux seuls postes dits hypersensibles drogue et alcool**, pour lesquels l'emprise de la drogue constitue un danger particulièrement élevé pour le salarié ou pour les tiers (...). »



2.2) POINTS DE REPERES : QUID DU DÉPISTAGE ALCOOL & DROGUES ?



ALCOOL

Éthylotest à usage unique
ou numérique homologué

STUPÉFIANT(S)

Test salivaire 1 drogue
ou multi-drogues homologué



CONTEXTE D'UTILISATION PAR L'EMPLOYEUR

- État inhabituel
- Collectif anonyme
- Aléatoire (poste de sécurité)
 - Presque accident
 - Post AT



Les modes de contrôle
doivent figurer au RI

2.3) POINTS DE REPERES : QUID DU DÉPISTAGE ALCOOL & DROGUES ?

- Installation dans un lieu discret.**  1  Le test est réalisé par un manager préalablement formé et habilité au dépistage. Il est accompagné d'un représentant du personnel ou d'un salarié choisi par le salarié contrôlé.
- Le(s) manager(s) peut(vent) se dépister avant le démarrage de l'opération.**  2  La personne qui réalise le dépistage rappelle au préalable au salarié ses droits et le déroulé de l'opération de dépistage.
- Demande orale de l'accord du salarié pour le dépistage alcool et/ou stupéfiant(s).**  3  En cas de refus, ré-expliquer au salarié avec pédagogie les objectifs du dépistage ; répondre à ses inquiétudes ou incompréhensions vis-à-vis de la démarche. Rappeler que le refus pourra entraîner une sanction disciplinaire.
- Faire un premier test.**  4  L'intégrité du sachet du test doit être vérifiée ainsi que la date de péremption. Si le test est négatif et en l'absence de troubles du comportement, le salarié reprend son poste.
- Si le premier test est positif, il est possible de faire un deuxième test.**  5  Si le deuxième test est positif : application de la procédure de gestion d'un état inhabituel. Proposer également au salarié une contre-expertise médicale conformément à votre règlement intérieur.
- Si le salarié le demande, réaliser la contre-expertise.**  6  La contre-expertise se fera par une prise de sang dans un laboratoire médical, hôpital, ou autre établissement de son choix pour procéder au prélèvement dans l'heure qui suit le premier test.
- Les résultats de contre-expertise.**  6 bis  Le formulaire des résultats d'analyse devra enregistrer l'heure du prélèvement et certifier le contrôle de l'identité de la personne prélevée. Le coût de la contre-expertise sera à la charge du salarié si le contrôle s'avère positif ou à la charge de l'entreprise si le contrôle s'avère négatif.
- Remplir immédiatement le compte-rendu de gestion d'un état inhabituel.**  7  Le compte-rendu est à envoyer au service RH, au préventeur et au médecin du travail pour solliciter une visite médicale. La fiche de traçabilité d'une opération de dépistage est à remplir.



Il ne s'agit que d'un exemple de procédure; cette dernière est systématiquement à adapter à l'entreprise

2.4) POINTS DE REPERES : QUID DU DÉPISTAGE ALCOOL & DROGUES ?

La durée des traces alcool / cannabis

(à distinguer de la durée des effets)

	Alcool	Cannabis (THC)
Air expiré	environ 2h / unité d'alcool	
Urine	72h	5 à 70j (selon usage)
Sang	15j	10 à 72h
Salive		8 à 24h (selon usage)



Test urinaire



Test salivaire



Éthylotest



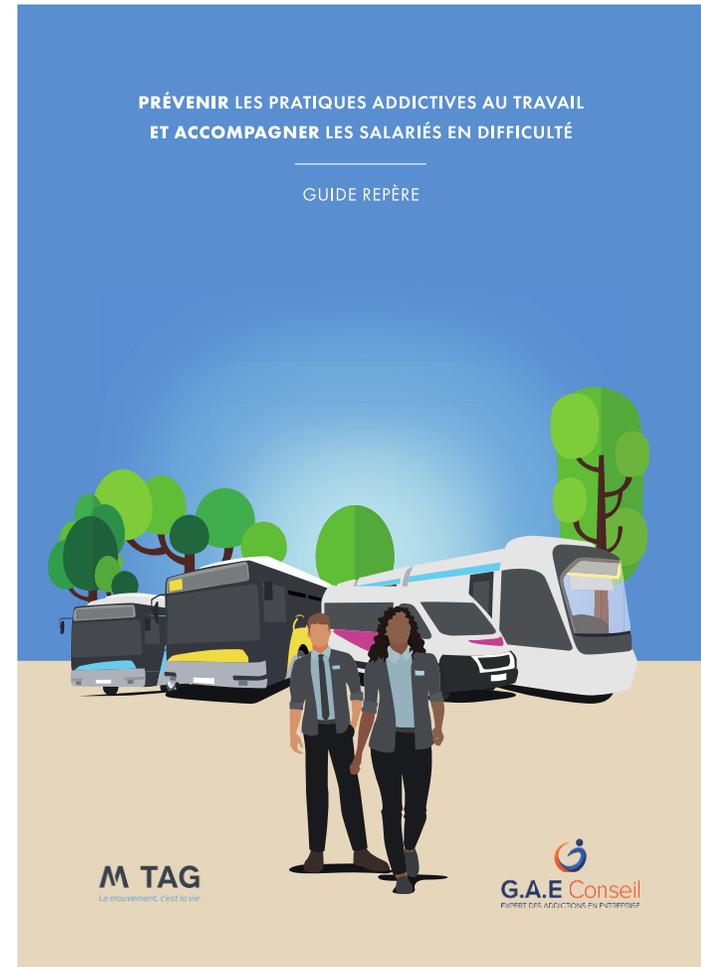
Prise de sang

3) MÉTHODOLOGIE DE PRÉVENTION COLLECTIVE : EXEMPLES D' ACTIONS

- Réaliser un état des lieux des enjeux / facteurs de risques dans son organisation
- Co-construire avec l'ensemble des parties prenantes une feuille de route annuelle
- Mettre à jour son RI, rédiger des procédures et outiller la ligne managériale
- Construire et animer des outils type « accueil sécurité » adaptés à votre organisation
- Réaliser des partenariats pour l'accompagnement de collaborateurs en difficulté
- Former votre ligne managériale, former des « bienveillants en addictologie »
- Sensibiliser l'ensemble de vos collaborateurs à l'occasion d'un safety day ou autre
- Suivre votre politique à l'aide d'indicateurs objectifs et l'ajuster annuellement si besoin
- Inscrire son engagement dans la durée et devenir signataire de la charte ESPER



Attention à ne pas avoir qu'une action « coup de poing » mais inscrire votre démarche de prévention dans la durée



3

Mémo TVB

*Ressources
Passage à l'action*



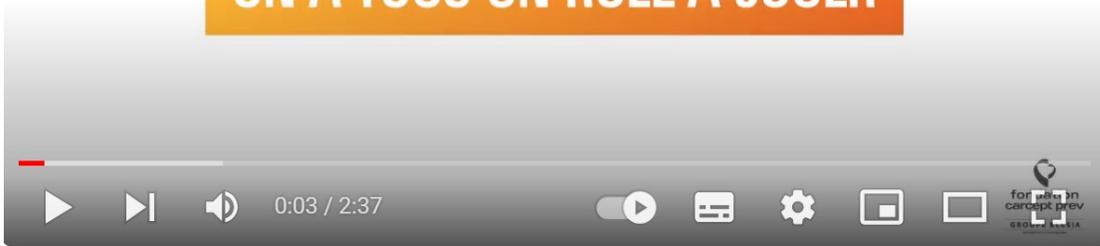
RESSOURCES DE COMMUNICATION À DESTINATION DES SALARIÉS

Vidéo 2'30 : premier niveau
d'information sur les addictions



Cliquez ici

LES PRATIQUES ADDICTIVES ON A TOUS UN RÔLE À JOUER



Podcast :
21 audios de 3 minutes



Un guide repère de
28 pages sur les
écrans



ÉCRANS, JEUX,
RÉSEAUX SOCIAUX...
À QUEL MOMENT
EST-CE TROP ?

GUIDE REPÈRE

**fondation
carcept prev**
GROUPE KLESIA

POUR PASSER A L'ACTION

Bénéficiaire d'une
Consultation
employeur

- [La consultation "Prévention des addictions en entreprise"](#)



Formulaire de contact

Entreprises, notre équipe dédiée est à votre écoute

Vous pouvez ici nous transmettre vos questions, vos demandes sur le programme Transportez-Vous Bien. Nous vous répondons rapidement.

Ce formulaire est exclusivement réservé aux demandes des entreprises sur le programme Transportez-Vous Bien (TVB).

Pour toutes autres demandes Carcept Prev hors Transportez-Vous Bien, merci de cliquer ici.

Organiser
un **Atelier TVB**

- [En savoir + sur les ateliers de Prévention](#)



Formulaire de demande d'atelier TVB en ligne

1. Bienvenue 2. Votre événement 3. Votre entreprise 4. Récapitulatif

1

Configurez ici votre événement :
effectifs, choix de l'animation, date
et coordonnées (1).

2

Votre demande sera étudiée selon
différents critères : adhésion
effective à TVB, disponibilités des
intervenants...

3

Une fois votre demande validée,
vous serez contacté par les
intervenants pour finaliser
l'organisation de votre événement.

Inscrire les
salariés à des
Formations TVB

- [Le catalogue de l'AFTRAL](#)
- [Le catalogue de Promotrans](#)



Demander une formation par mail

AFTRAL : carcept-prev@aftral.com

PROMOTRANS : carcept-prev@promotrans.fr

ACCÉDER À LA CONSULTATION « PRÉVENTION DES ADDICTIONS EN ENTREPRISE »

→ Remplir le formulaire de contact : <https://www.transportezvousbien.fr/entreprises/contact/>

1) Sélectionner le nombre de salariés rattachés à votre établissement

Entreprises, notre équipe dédiée est à votre écoute

Vous pouvez ici nous transmettre vos questions, vos demandes sur le programme Transportez-Vous Bien. Nous vous répondons rapidement.

Ce formulaire est exclusivement réservé aux demandes des entreprises sur le programme Transportez-Vous Bien (TVB).

Pour toutes autres demandes Carcept Prev hors Transportez-Vous Bien, merci de [cliquez ici](#).

QUESTION PRÉALABLE : COMBIEN DE SALARIÉS NON-CADRES COMPTE VOTRE ENTREPRISE ?

- Moins de 50 Entre 50 et 100 Plus de 100

2) Sélectionner la consultation et indiquer les coordonnées de votre établissement

OBJET DE VOTRE MESSAGE

- Demande de présentation TVB par un chargé de prévention
- Consultation employeur "prévention des addictions"
- Informations sur les actions à la main des entreprises (stand, ateliers, formations ou kit de communication)
- Informations sur les formations AFTRAL du programme TVB
- Informations sur les formations PROMOTRANS du programme TVB
- Recevoir la lettre d'information Carcept Prev et les dernières actualités TVB

transportezvousbien.fr

LE PROGRAMME
TRANSPORTEZ-VOUS
BIEN

PAR



carcept prev

ASSUREUR D'INTÉRÊT GÉNÉRAL