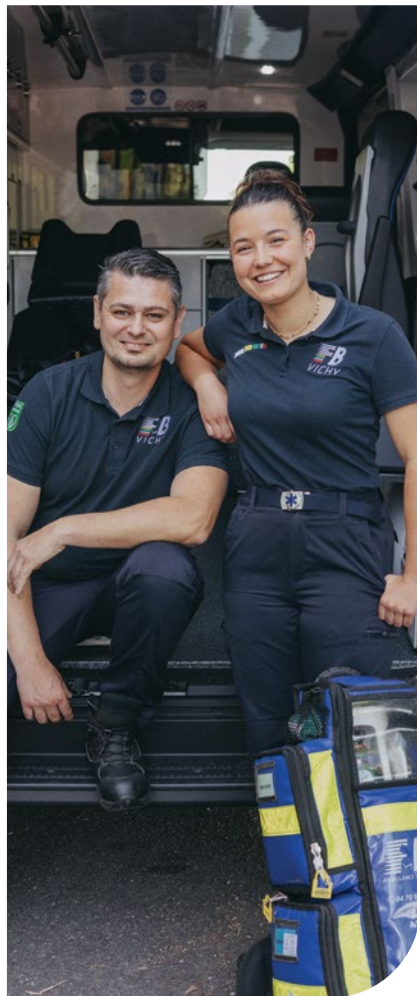




10 ANS D'IMPACT

LE PROGRAMME SANTÉ AU PLUS PROCHE
DES SALARIÉS DU TRANSPORT





SOMMAIRE

p. 3

Édito

p. 4

Prévention santé : franchir une nouvelle étape

p. 6

Le programme santé au plus proche des salariés du Transport

p. 8

DOSSIER

Transportez-Vous Bien : les raisons du succès

- Les priorités santé du Transport
- Les bons formats, au plus près des salariés
- Les bons interlocuteurs, aux bons moments

p. 16

Transportez-Vous Bien, ça change quoi ?

p. 18

À bord du Car Prev'

p. 20

Une mécanique bien rodée

p. 21

Le programme en bref

p. 22

Carcept Prev, toujours plus proche

« Prendre soin des professionnels du Transport, c'est investir dans l'avenir d'un secteur essentiel à la France. »



ÉDITORIAL

Chaque jour, le Transport fait avancer la France. Derrière chaque trajet, chaque livraison, chaque déplacement, il y a des femmes et des hommes. Ils sont en première ligne pour rendre notre quotidien possible.

Chez Carcept Prev, nous avons une mission : préserver leur santé.

Il y a dix ans, les partenaires sociaux du secteur ont créé le programme Transportez-Vous Bien et nous en ont confié la gestion. Ensemble, nous défendons plusieurs convictions.

Nous voulions un changement de culture pour faire une place de choix à la prévention. Pour faire la différence, elle doit être adaptée aux besoins et proactive. C'est ce qui fait toute la singularité de Transportez-Vous Bien.

C'est un programme pensé par ceux qui ont une connaissance fine des métiers du Transport, leur réalité, leurs enjeux de santé spécifiques. Et pour eux : il va à leur rencontre, dans leur entreprise, il les contacte, s'adapte à leurs horaires, il les accompagne.

Nous voulions embarquer les salariés dans la durée, pour les engager dans un parcours de soin complet.

Nous voulions de l'agilité, des formats et des solutions qui s'adaptent aux évolutions, qui soient à l'écoute des attentes des salariés et des entreprises.

Bien sûr, nous avons à cœur de mesurer l'impact de ce programme pionnier. Dix ans après sa création, les résultats sont là. À travers ce document, nous vous proposons de les découvrir et d'en mesurer la portée.

Ensemble, nous avons réussi notre pari. Ensemble, faisons passer Transportez-Vous Bien à la vitesse supérieure, pour embarquer toujours plus d'entreprises et de salariés.



BENJAMIN LAURENT,
Directeur de l'Offre et de l'Expérience Client, Carcept Prev

Prévention santé : franchir une nouvelle étape

Il y a 10 ans, le programme Transportez-Vous Bien voyait le jour, porté par une ambition commune des partenaires sociaux : apporter des réponses concrètes face aux évolutions du secteur du Transport. La santé et la sécurité au travail, essentielles pour l'attractivité des métiers comme pour la performance économique des entreprises, devaient faire l'objet d'une approche nouvelle, plus moderne, plus adaptée aux réalités du terrain. C'est pourquoi, depuis 10 ans, Transportez-Vous Bien s'attache à apporter des solutions clés en main, dont l'impact est bien réel sur la qualité de vie des salariés.

RÉPONDRE AUX DÉFIS STRUCTURELS DU SECTEUR

Les partenaires sociaux partagent un constat toujours d'actualité : les secteurs du Transport présentent des spécificités qui appellent des réponses adaptées. Certaines d'entre elles impactent directement la performance économique des entreprises, tel que le poids des arrêts maladie, qui compte en moyenne pour 5 points de la masse salariale contre 2 points dans les autres secteurs d'activité. À cela s'ajoute la tendance démographique, qui confirme un vieillissement progressif des salariés : la part des plus de 50 ans est passée de 20 % en 2006 à 40 % aujourd'hui. Par ailleurs, les études mettent en évidence des enjeux autour de l'accès aux soins. Les contraintes propres au secteur peuvent en effet favoriser certaines problématiques de santé, comme les troubles du sommeil, les douleurs chroniques ou les déséquilibres alimentaires. Face à ces enjeux, une conviction : agir en prévention est essentiel.

PENSER UNE PRÉVENTION DÉDIÉE AUX PROFESSIONNELS DU TRANSPORT

Dès 2016, intégrer la prévention santé dans la prévoyance a marqué une véritable innovation. Convaincus de son impact positif, les partenaires sociaux des branches du Transport routier et urbain ont uni leurs efforts en signant l'accord-cadre du 20 avril 2016, bientôt rejoints par les secteurs transport sanitaire et d'entreposage et stockage non frigorifique.

Ce programme s'appuie sur des principes forts, pensés pour répondre concrètement aux besoins du terrain : des actions conçues par et pour les professionnels du Transport, des intervenants conscients des réalités du secteur, et un accès simplifié à des dispositifs concrets et adaptés. Un engagement rendu possible par un financement sécurisé, grâce au Haut Degré de Solidarité, adossé au régime de prévoyance conventionnelle des salariés non-cadres du Transport, et donc sans surcoût pour les entreprises et leurs employés.

FAIRE DE LA PRÉVENTION UN LEVIER BÉNÉFIQUE POUR TOUS

Prendre soin de la santé des salariés, améliorer la qualité de vie au travail : ces enjeux de performance sont incontournables pour les entreprises et influent à tous les niveaux. Qu'il s'agisse de recrutement, de fidélisation, de prévention des accidents du travail et des maladies professionnelles, la prévention orientée sur les enjeux de santé et sécurité du Transport est un levier pertinent à plusieurs égards. Si son premier effet est d'améliorer la qualité de vie des salariés, la prévention contribue également à réduire les risques d'arrêts de travail. Elle vient à la fois nourrir une politique RH ou QHSE (Qualité – Hygiène – Sécurité – Environnement) innovante, bienveillante à l'égard des salariés, et soutenir la santé de l'entreprise.



Il y a dix ans, les partenaires sociaux du Transport ont fait un choix fort : celui d'intégrer la prévention au cœur même de la prévoyance. Un choix audacieux, fondé sur une conviction simple : prendre soin de la santé des salariés, c'est aussi prendre soin de l'avenir de tout un secteur. Face au vieillissement de la population active, aux contraintes spécifiques des métiers du Transport et aux difficultés d'accès aux soins, nous avons voulu apporter une réponse concrète, utile et durable.

L'accord-cadre du 20 avril 2016 a marqué à cet égard un véritable tournant. En faisant de Transportez-Vous Bien un volet à part entière de l'offre de prévoyance Carcept Prev, les partenaires sociaux ont ouvert une voie innovante, solidaire et pragmatique, que peu avaient empruntée avant nous.

Dix ans après, ce choix démontre pleinement sa pertinence. En intégrant directement la prévention dans l'offre de prévoyance, nous en avons fait un droit concret pour chaque salarié du secteur : un accès simple, sans démarche supplémentaire, sans surcoût, à des actions de prévention pensées pour les réalités du terrain. Thématiques ciblées, formats adaptés, intervenants formés aux spécificités des métiers du Transport : tout a été conçu pour répondre au plus près des besoins.

Les résultats parlent d'eux-mêmes. Plus de 100 000 salariés ont déjà bénéficié du programme.

73 %

DES DIRIGEANTS ESTIMENT QU'AGIR
SUR LA PRÉVENTION SANTÉ DES SALARIÉS
EST UN ENJEU POUR LEUR ENTREPRISE¹

90 %

DES SALARIÉS SONT INTÉRESSÉS PAR
LA MISE EN PLACE D'ACTIONS DE PRÉVENTION
DES RISQUES SPÉCIFIQUES AUX MÉTIERS
DU TRANSPORT¹

94 % des dirigeants qui le connaissent le jugent pertinent. Et surtout, 76 % des salariés déclarent une amélioration de leur qualité de vie après en avoir bénéficié. Ces résultats ne doivent rien au hasard : ils sont le fruit d'un travail collectif rigoureux, mené dans un esprit constant d'écoute, d'innovation et de responsabilité.

Ce parcours prouve qu'il est possible de conjuguer engagement social, utilité concrète et performance durable. Avec Transportez-Vous Bien, la prévoyance dépasse sa seule vocation de protection financière : elle devient aussi un levier de prévention, de qualité de vie et d'accompagnement pour celles et ceux qui font vivre et avancer notre secteur au quotidien. »



JEAN-YVES GAUTIER, Président



PATRICK BLAISE, Vice-Président

La Présidence paritaire du fonds de Haut Degré de Solidarité –
programme Transportez-Vous Bien

Le programme santé au plus proche des salariés du Transport

Quelle est la première ambition de ce programme de prévention ? Répondre aux enjeux de santé spécifiques aux métiers du Transport. Transportez-Vous Bien est ainsi conçu et piloté par des professionnels du Transport, au service de celles et ceux qui y travaillent au quotidien. Cette approche guide à la fois l'identification des besoins et la conception du dispositif, afin de proposer des solutions concrètes, accessibles aux entreprises et aux salariés sur l'ensemble du territoire.

DES PRIORITÉS SANTÉ ALIGNÉES AVEC LA RÉALITÉ DU TERRAIN

Sommeil, nutrition, stress et bien-être mental, douleurs et maladies chroniques, santé cardiovasculaire, tabac et addictions : les six thématiques de prévention proposées par Transportez-Vous Bien partent des enjeux réels du secteur. Chaque thématique se décline en actions concrètes, facilement activables par les entreprises comme par les salariés.

81 %

DES SALARIÉS DU TRANSPORT DÉCLARENT
AU MOINS UN PROBLÈME DE SANTÉ :
FATIGUE, TROUBLES MUSCULOQUELETTIQUES,
STRESS, DIABÈTE...²

93 %

DES MALADIES PROFESSIONNELLES
DANS LE SECTEUR DU TRANSPORT ET
DE LA LOGISTIQUE SONT DES TROUBLES
MUSCULOQUELETTIQUES³

10 ANS D'ACCOMPAGNEMENT, 10 ANS D'ENRICHISSEMENT DU PROGRAMME

2018

+ 4 actions de prévention, dont les formations « addictions & hygiène de vie » et « coachings santé sommeil et santé cardiovasculaire »

2017

Conception et lancement du programme, avec les auto-évaluations et les services d'accompagnement

2019

Lancement de la tournée Transportez-Vous Bien en entreprise, + 3 actions de prévention, dont les coachings « douleurs chroniques », « activité physique et nutrition »

SIMPLE À UTILISER, PROCHE DES BESOINS

Le programme permet aux salariés d'être accompagnés à tout moment et sans frais, aussi souvent que nécessaire pour :

Identifier la thématique sur laquelle être accompagné(e), en effectuant une consultation ou un bilan de prévention santé par téléphone.

Bénéficier d'un coaching personnalisé, proposé sur différentes thématiques et mené par un professionnel de santé.

Accéder à des formations prévention, des auto-évaluations en ligne, un accompagnement personnalisé, des applications santé...

Les entreprises, quelle que soit leur taille, peuvent agir concrètement en faveur de la santé de leurs salariés en sollicitant, sans frais, des dispositifs pour :

Informier avec des kits de communication, des stands d'information par les équipes Carcept Prev sur site, webinaires...

Sensibiliser avec notamment des ateliers de prévention et formations en collectif, animés sur site par des experts et professionnels de santé.

Réaliser un dépistage en entreprise, avec des dispositifs de dépistage individuels sur des thématiques santé cardiovasculaire, santé visuelle, auditive, TMS...

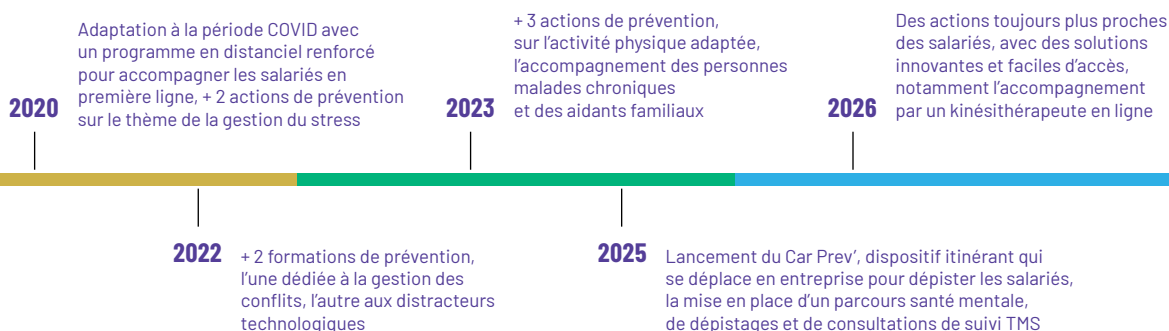
Prévenir les pratiques addictives en entreprise grâce à la mise à disposition d'un addictologue afin d'accompagner les dirigeants et les encadrants sur cette problématique.

UN MODE DE FINANCEMENT : LE HAUT DEGRÉ DE SOLIDARITÉ

Le programme Transportez-Vous Bien est financé par le Haut Degré de Solidarité du régime de prévoyance conventionnelle des salariés non-cadres du Transport. Il repose sur une cotisation mutualisée, partagée entre employeurs et salariés, permettant de proposer des actions de prévention sans frais supplémentaires.

UN PROGRAMME PIONNIER, INCITATIF À LA PRÉVENTION

Le programme Transportez-Vous Bien permet au salarié de cumuler des points de solidarité dans son compte personnel de prévoyance, qu'il peut activer en cas de coup dur (arrêt de travail continu supérieur à 6 mois, affection longue durée, invalidité, inaptitude à la conduite pour raison médicale, situation d'aidant de son conjoint ou enfant...) pour les transformer en services d'accompagnement. Des aides financières peuvent également être attribuées aux salariés confrontés à des difficultés.





Transportez-Vous Bien : les raisons du succès

Proximité, expertise, innovation : trois forces qui expliquent le succès de Transportez-Vous Bien. Concret, simple à déployer et pensé pour les réalités du terrain, le programme accompagne entreprises et salariés à chaque étape. Retour sur une réussite, témoignages et résultats à l'appui.



01

TRANSPORTEZ-VOUS BIEN : LES PRIORITÉS SANTÉ DU TRANSPORT

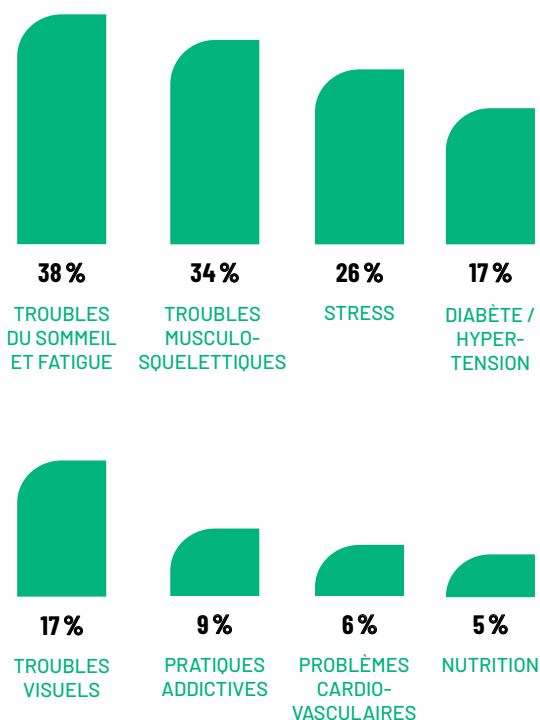
Sédentarité, manutention, incivilités, horaires décalés, stress au volant... Les métiers du Transport exposent les salariés à des enjeux de santé spécifiques. Avec Transportez-Vous Bien, Carcept Prev apporte des réponses concrètes autour de thématiques clés : sommeil, nutrition, santé cardiovasculaire, addictions, douleurs et maladies chroniques, bien-être mental, stress ou encore accompagnement des aidants. Un parcours complet, sur mesure et durable, pensé pour répondre aux besoins des salariés tout au long de leur vie professionnelle.



« Quand j'ai reçu le courrier qui proposait ce coaching gestion du stress et douleurs chroniques, j'ai trouvé que ça me ciblait, ça m'a fait réfléchir car j'étais dans une période où effectivement je commençais à fatiguer. C'est un bon truc parce que pour une fois qu'il y a quelque chose qui vient en amont de problèmes plus graves, je me suis dit "Écoute, essaye, ça t'est offert, ça a l'air carré, allez j'y vais." Et ça m'a plu. J'aurais dû le faire plus tôt. »

OLIVIER, 59 ans, Conducteur de bus

CE QUE DÉCLARENT LES SALARIÉS : LES PROBLÉMATIQUES SANTÉ QU'ILS RENCONTRENT¹





« En 2021, j'expliquais à mon interlocutrice Carcept Prev les problématiques que rencontraient nos salariés. Elle m'a présenté Transportez-Vous Bien, ça correspondait vraiment à nos enjeux. Les thématiques abordées sont pragmatiques, en fait elles correspondent à notre réalité. Hygiène de vie, sommeil, mal de dos, addictions : ça parle à nos salariés. Il y a aussi une proposition d'aide psychologique, qui est vraiment bien : ce sont des sujets délicats donc c'est très bien de pouvoir réorienter vers les bons interlocuteurs. »

MAGALI DAMIANI, DRH France – Mutual Logistics

PRENDRE LE POULS DU TERRAIN

Pour définir les thématiques sur lesquelles il est utile d'accompagner les entreprises et leurs salariés, Transportez-Vous Bien combine écoute du terrain et réactivité. Concrètement, les liens permanents entretenus avec le terrain d'une part – *via* le dialogue avec les partenaires sociaux – et avec les experts santé d'autre part, garantissent d'identifier les bonnes problématiques et de mettre en place des services ajustés, tant dans les sujets abordés que dans les modalités de mise en œuvre. Transportez-Vous Bien effectue d'ailleurs chaque année une étude pour connaître les avis et les attentes des dirigeants et salariés. En 2026, ce baromètre a montré que les priorités identifiées par les dirigeants étaient les douleurs musculosquelettiques (48 %), les troubles visuels (30 %) et les risques cardiovasculaires (28 %). Trois sujets au cœur du Car Prev', la nouvelle action de prévention du programme qui déploie des tournées de dépistage en entreprise.

APPORTER DES SOLUTIONS ADAPTÉES ET APPLICABLES

Transportez-Vous Bien propose des contenus conçus au plus près du quotidien des salariés. Les conseils partent de situations concrètes et débouchent sur des solutions simples à appliquer. Sur la nutrition, par exemple, les diététiciennes-nutritionnistes aident les conducteurs à trouver un meilleur équilibre alimentaire malgré la mobilité. Sur le sommeil, les infirmières partagent des techniques pour récupérer, se redynamiser pendant le travail de nuit, mieux s'endormir ou adapter son rythme aux horaires décalés. Pour prévenir les troubles musculosquelettiques, des ostéopathes, chiropracteurs ou kinésithérapeutes expliquent les bons réglages au bureau ou au volant, les postures à adopter, les gestes à privilégier et les étirements utiles. Enfin, sur la gestion du stress, les conducteurs de transport de voyageurs peuvent recevoir des conseils pour faire face aux incivilités et aux situations d'agressivité.

02

LES BONS FORMATS, AU PLUS PRÈS DES SALARIÉS

L'un des grands atouts de Transportez-Vous Bien, c'est sa capacité à aller vers les salariés. Parce que les contraintes de disponibilité sont fortes dans les métiers du Transport, le programme a été pensé pour se déployer directement là où les salariés travaillent.

ALLER À LA RENCONTRE DES SALARIÉS

C'est la raison d'être de la tournée Transportez-Vous Bien : un camion dédié, ou un stand, s'installe pour une journée au sein des entreprises, à leur demande. Les animateurs Transportez-Vous Bien accueillent les salariés, leur présentent le programme, facilitent leur inscription aux services individuels comme les bilans de prévention santé ou les coachings. Et, depuis 2025, les entreprises peuvent demander la venue sur place d'un autocar médicalisé, le Car Prev', pour proposer à leurs salariés de bénéficier de dépistages réalisés par des professionnels de santé. Un atout clé dans le contexte de désertification médicale.

OFFRIR LE CHOIX

Les formats proposés sont pensés pour s'adapter aux contraintes d'organisation des entreprises comme aux disponibilités des salariés. Sur leur lieu de travail, et sur leurs horaires, les salariés peuvent participer à des ateliers ou formations, en collectif ou en individuel, mis en place à la demande de leur employeur auprès de Carcept Prev. Cette organisation facilite largement leur participation.



En complément, chacun peut activer, quand il le souhaite, des actions à distance ou en autonomie : coachings en distanciel, auto-évaluations en ligne, bilans de santé par téléphone, modules d'e-learning, vidéos conseils et ressources pratiques sur des sujets qui les concernent directement. Une diversité de formats, accessibles au bon moment, selon les besoins de chacun.

LA TOURNÉE TRANSPORTEZ-VOUS BIEN :
UN ÉVÈNEMENT TOUS LES

3 jours

EN MOYENNE DEPUIS

6 ans

EMBARQUER DURABLEMENT

C'est une autre force du programme : faciliter le premier pas, puis donner envie d'aller plus loin. Parce que le passage à l'action peut être difficile, Transportez-Vous Bien réduit au maximum l'effort demandé aux salariés comme aux entreprises. Sur site, les animateurs créent le dialogue, expliquent le programme et orientent chacun vers les solutions adaptées. Les experts santé viennent également à la rencontre des salariés lors des formations, ateliers ou dépistages. Tout est pensé pour rendre l'entrée dans le parcours simple et rassurante : accueil humain, explications claires, accompagnement personnalisé, mais aussi supports de communication fournis aux entreprises pour les aider à informer et sensibiliser leurs équipes. Les interventions favorisent aussi les échanges entre collègues, qui partagent leurs expériences et se recommandent certaines actions. Peu à peu, les salariés découvrent les différentes solutions, testent un premier service, puis s'engagent dans un parcours de prévention plus complet, sur plusieurs thématiques et dans la durée.

« Je viens de faire un dépistage TMS et j'ai conseillé à mes collègues de s'enregistrer pour avoir des conseils. Certains ont mal au dos, d'autres ont des problèmes cardiaques : ils vont pouvoir avoir des conseils et ça va améliorer leur quotidien. »

SONIA, Conductrice de bus

« Nos équipes, confrontées au quotidien aux exigences du transport sanitaire et à l'accompagnement des patients, sont sensibles aux actions concrètes leur permettant de prendre soin de leur santé. Ainsi, en 2024, la venue du camion Transportez-Vous Bien a été très appréciée. Cette journée a été un véritable succès : les salariés ont salué la qualité des échanges avec les intervenants et plusieurs d'entre eux ont souhaité poursuivre la démarche grâce aux actions de coaching proposées à l'issue de l'intervention. »

Sandrine VONARX, Responsable Ressources Humaines – Ambulances Framont-Bouffert – 130 salariés

« Je suis en train de terminer le coaching sommeil, de par mon expérience j'ai très envie d'embrayer sur d'autres coachings, par exemple celui sur la gestion du stress. »

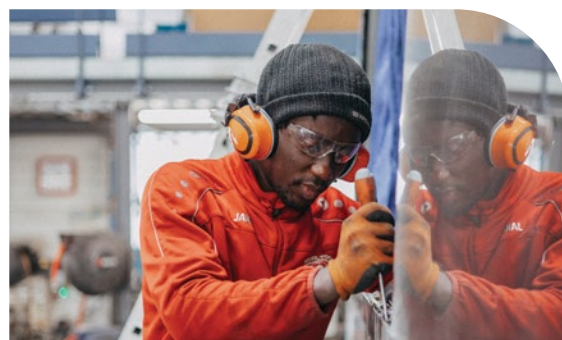
CHRISTOPHE, Conducteur routier longue distance

« Le format est vraiment idéal : les actions de prévention ont lieu sur nos sites, sur des temps qui sont courts et qui permettent à de nombreux collaborateurs de participer. L'affichage et les supports de communication sont fournis, ils sont bien faits et le matériel est propre. On voit aussi que ces moments créent du lien, des échanges entre collaborateurs, c'est aussi ce qu'on aime avec les interventions Transportez-Vous Bien. »

ALEXANDRA LHOMME, Responsable Ressources Humaines – Astr'in – 600 salariés

INNOVER EN CONTINU

Transportez-Vous Bien évolue en continu pour répondre aux besoins des salariés et enrichir son offre avec des solutions faciles à activer. Depuis 2025, le programme propose une solution innovante : un bracelet stimulateur d'endorphines. Associé à un coaching individualisé, il aide les personnes souffrant de douleurs chroniques à améliorer leur qualité de vie : 8 utilisateurs sur 10 constatent un effet positif sur leur bien-être. Autre évolution : les salariés inscrits aux coachings Sommeil et Nutrition peuvent désormais utiliser des objets connectés. Les données recueillies permettent aux infirmières de personnaliser encore davantage leur accompagnement.



03

LES BONS INTERLOCUTEURS, AUX BONS MOMENTS

Autre atout phare du programme Transportez-Vous Bien : la qualité des partenaires santé. Sélectionnés avec exigence par les équipes de Carcept Prev, ils répondent à quatre critères incontournables. L'expertise métier, bien entendu, mais également la capacité à adapter leurs conseils aux spécificités des professions du Transport, la possibilité d'intervenir partout en France et la souplesse des horaires. Et eux, quel regard portent-ils sur leur mission ? Nous leur avons posé la question.

En quoi consiste l'accompagnement que vous proposez aux salariés ?

Christèle THIRY : Nous sommes partenaires historiques de Transportez-Vous Bien : notre équipe d'infirmiers accompagne les salariés via des coachings individuels, par téléphone, sur des créneaux qui collent à leurs contraintes. On a fait le choix d'une équipe pluridisciplinaire : chacun est formé aux différents sujets par nos experts qui, eux, sont spécialisés dans un domaine. Résultat, nos infirmiers peuvent accompagner les salariés sur de nombreux sujets : le sommeil, les risques cardiovasculaires, les douleurs, les addictions, l'activité physique, la gestion du stress...

Nicolas DESTANG : Depuis 2025, nous proposons le dépistage et le traitement des troubles musculosquelettiques, car les équipes de Carcept Prev avaient identifié ce besoin et voulaient

proposer des solutions aux salariés. Nous faisons des ateliers de sensibilisation, des séances d'ostéopathie et de chiropraxie sur site, et pour les entreprises de moins de 8 personnes, les salariés ont accès à des séances auprès de nos ostéopathes et chiropracteurs, en cabinet. Avec notre réseau de 900 professionnels, nous sommes présents partout en France et, s'il faut intervenir de nuit sur un site car c'est le seul créneau possible pour une équipe, nous le faisons.

Et en quoi ces accompagnements sont-ils particulièrement adaptés à leurs différents métiers ?

ND : Nous adaptons nos conseils à la pathologie identifiée, au métier de la personne, à son hygiène de vie, à sa vie personnelle. Et surtout, nous bénéficions d'une connaissance pointue des spécificités du secteur ! Je vous donne un exemple. Pour les conducteurs routiers, le passage de la boîte manuelle à la boîte automatique a eu une conséquence inattendue : certes, ça a soulagé les douleurs dorsales mais cela a généré pour certains des douleurs sur le genou gauche, car ça modifiait complètement la gestuelle. Donc on a adapté nos conseils à cette nouvelle donne, en indiquant des étirements spécifiques à faire.

CT : Nous connaissons parfaitement les différents métiers du Transport, donc nos conseils sont ultra-personnalisés. Par exemple, pour un conducteur de car grand tourisme qui suit un coaching sur les douleurs, nous proposons des mouvements de déverrouillage du haut du corps. Pour un ambulancier, aux horaires variables et décalés, on va conseiller les siestes « flash », les réflexes à adopter contre la somnolence. Pour les personnes chargées de la régulation, on a une approche qui combine des solutions pour les douleurs liées à la sédentarité et pour la gestion du stress, donc on travaille sur la respiration, les postures, l'hydratation...

Quel regard portez-vous sur ce programme, en tant que professionnels de santé ?

CT : Premier point : il est efficace ! Pour Carcept Prev, nous avons mené une étude sur la qualité de vie au travail basée sur un questionnaire scientifique, pour comparer l'avant/après coaching et les résultats sont très positifs. Second aspect : l'approche de Carcept Prev est ambitieuse,



Christèle THIRY est Directrice de la Plateforme de télésanté Medialane, société de services spécialisée en santé créée par des médecins urgentistes.



Nicolas DESTANG est Directeur associé de Back Office Santé, réseau français d'ostéopathie et de chiropraxie.

il y a une recherche active de solutions. Ce qui est formidable pour nous c'est que, quand on arrive aux limites de nos compétences, on sait qu'on peut orienter les salariés vers des solutions complémentaires. On se sent donc vraiment utiles et ça, pour des professionnels de santé, c'est précieux.

ND : Ce que je trouve remarquable c'est qu'il y a une conviction très forte qui anime les équipes : apporter des solutions concrètes. Nous sommes donc très attentifs aux retours des salariés, des entreprises, et nous partageons cela avec les équipes de Carcept Prev, dans un esprit de co-construction des actions.

« J'étais un peu bloquée, je me sens beaucoup mieux depuis la consultation. Je n'ai pas l'habitude de voir des médecins, donc c'est vraiment une bonne opportunité, ça permet de faire un petit check-up. Ce rendez-vous m'a motivée à aller plus consulter. »

ARMANDINE, Assistante de direction

TESTÉ ET APPROUVÉ : TÉMOIGNAGES DE SALARIÉS CONVAINCUS

« Avec mon infirmier, on a des échanges toutes les cinq semaines environ, calés sur ma disponibilité. Il connaît vraiment bien mon travail parce que je n'avais pas trop besoin de lui expliquer. Ça m'a beaucoup apporté. Savoir se tenir correctement derrière un volant, les gestes à faire et à ne pas faire... »

OLIVIER, 59 ans, Conducteur de bus

« Au début je me suis dit : la nutritionniste ne connaît pas mon métier, il est compliqué, il est sur la route, il n'y a pas toujours un restaurant pour manger équilibré. J'ai réalisé que ça n'était pas à moi de m'adapter à ce programme, mais c'est ce programme qui s'est adapté à ma vie de routier. »

ALAIN, 57 ans, Conducteur routier depuis 30 ans

« J'ai suivi des séances de coaching par téléphone, avec un infirmier spécialisé qui est très bien informé sur mon métier de chauffeur routier. Mon coach m'a aidé petit à petit à réaliser des choses très simples qui permettent de trouver le sommeil beaucoup plus rapidement. »

CHRISTOPHE, 57 ans, Conducteur routier longue distance

Transportez-Vous Bien, ça change quoi ?

Dirigeants, directeurs des ressources humaines : ils ont testé le programme et témoignent de sa pertinence. Des points de vue précis, qui complètent les données recueillies auprès de dirigeants et salariés.

PRATIQUE ET EFFICACE : LA PREUVE EN CHIFFRES

« Pour nous c'est une façon de mettre en avant la question du bien-être en entreprise. Nous avons commencé en 2021, et depuis nous organisons des interventions chaque année. Dès la première, c'était un franc succès : plus de 80 de nos salariés, sur les 140 du site concerné, ont participé. »

ALEXANDRA LHOMME, Responsable Ressources Humaines –
Astr'in – 600 salariés



94 %

DES DIRIGEANTS QUI CONNAISSENT
LE PROGRAMME LE JUGENT PERTINENT²

61 %

DES RÉPONDANTS ESTIMENT QUE L'IMAGE
DE L'ENTREPRISE EST OU SERAIT AMÉLIORÉE
PAR LA PROMOTION DES COACHINGS SANTÉ⁴

88 %

DE TAUX DE CONVERSION POUR LA TOURNÉE
CAR PREV' 2025 : 1700 SALARIÉS REÇUS SUR 51 SITES,
3 000 DÉPISTAGES RÉALISÉS, 1500 PRÉ-INSCRIPTIONS
AUX COACHINGS SANTÉ⁵

61 %

DE TAUX DE CONVERSION POUR LA TOURNÉE
TRANSPORTEZ-VOUS BIEN 2025 : +6 000 SALARIÉS
SENSIBILISÉS EN DIRECT LORS DE 154 DATES SUR SITES,
+3 600 PRÉ-INSCRIPTIONS AUX COACHINGS SANTÉ⁵

+5 %

CHAQUE ANNÉE, TRANSPORTEZ-VOUS BIEN EMBARQUE
+5 % DE LA POPULATION ACTIVE DE LA BRANCHE DANS
LA MISE EN ŒUVRE CONCRÈTE D'ACTIONS DE PRÉVENTION.
POUR COMPARAISON, CE CHIFFRE EST SUPÉRIEUR À CELUI
DE L'ASSURANCE MALADIE OBLIGATOIRE⁶

« En tant que DRH, je cherche à mettre en place des actions ayant de l'impact dans la durée. Ce que me permet le programme Transportez-Vous Bien : on est vraiment dans le préventif plus que dans le curatif donc je trouve ça très pertinent. En quatre années seulement, on a sensibilisé 25 % de notre effectif grâce à une action par an. »

MAGALI DAMIANI, DRH France – Entreprise Mutual Logistics – 700 salariés en France

« Dans notre métier, le corps est le premier outil de travail, j'ai donc souhaité mettre en place le programme Transportez-Vous Bien sur les thématiques "Gestes et posture" et "Hygiène de vie". J'ai trouvé qu'il y avait besoin d'adapter encore les exemples aux spécificités de notre métier, j'en ai fait part et je sais qu'ils vont ajuster car ils sont vraiment à l'écoute. »

AURÉLIE ALEXIS, Gérante de l'entreprise Alexis Déménagement – 9 salariés

RECOMMANDATION ENTRE PAIRS

65 % des bénéficiaires ont relayé autour d'eux les bonnes pratiques acquises grâce au programme. Une recommandation qui découle à la fois de la satisfaction très importante déclarée par 91 % d'entre eux, et des impacts positifs qu'ils ressentent sur leur santé et leur bien-être¹¹.

UN IMPACT POSITIF

Les études d'impact social réalisées dans le cadre du programme donnent une vision d'ensemble des bénéfices concrets ressentis par les salariés.

POUR L'ANNÉE 2025

+28 000 salariés du Transport accompagnés.
73 % de ceux qui ont bénéficié d'un coaching déclarent une amélioration de leur qualité de vie⁵.
85 % ont modifié leurs habitudes de vie à l'issue de leur accompagnement⁵.

DES ACTIONS DE PRÉVENTION QUI FONCTIONNENT

Le coaching Nutrition : jusqu'à -6 kg en moyenne, +23 % de consommation d'eau, +20 % de fruits et légumes, -14 % de grignotage⁷.

La consultation de prévention : 92 % de salariés qui ont reçu des recommandations ont mis en œuvre certaines d'entre elles voire toutes. 70 % d'entre eux déclarent une amélioration de leur état de santé⁸.

La formation Acteur de ma santé : près de 9 salariés sur 10 ont adopté au moins une bonne pratique présentée en formation. Pour 57 % d'entre eux, cela a amélioré leur santé physique⁹.

UN EFFET OPÉRATIONNEL DIRECT

84 % des salariés ayant bénéficié d'un dépistage des douleurs articulaires et musculaires ont été orientés vers une prise en charge des troubles musculosquelettiques⁵.

Après un coaching santé :

63 % des salariés déclarent une amélioration de leur santé physique¹⁰.

50 % déclarent une amélioration de leur bien-être au travail¹⁰.

À bord du Car Prev'

En 2025, le programme Transportez-Vous Bien a accueilli une nouvelle action de prévention. Son objectif : pallier les difficultés d'accès aux soins en allant à la rencontre des salariés du Transport sur leur lieu de travail, partout en France. C'est le rôle du Car Prev', un car spécialement aménagé pour réaliser des dépistages sur la santé cardiovasculaire, les douleurs articulaires ainsi que la santé auditive et visuelle.

Lorsqu'il arrive sur site, tôt le matin, le Car Prev' crée l'événement. Ce car aux dimensions impressionnantes, dont les deux étages aménagés intègrent trois salles de consultation et un espace d'accueil, est forcément intrigant. L'installation est propice à de premiers échanges avec les salariés autour d'un café : la convivialité est une caractéristique essentielle du Car Prev'.

souvent comme un levier de prise de conscience. Puis, il l'oriente vers les actions du programme Transportez-Vous Bien correspondant à ses besoins, voire vers un parcours de soin adapté. Au-delà de cette prise de contact individuelle, la présence du Car Prev', des animateurs et des experts santé ouvre le dialogue entre les salariés et facilite l'entrée dans le parcours de prévention.

20 MINUTES

Pour les salariés, les contraintes du métier font qu'il n'est pas toujours simple de dégager du temps pour un rendez-vous médical, et dans certains territoires, les difficultés d'accès aux soins et les délais de rendez-vous compliquent aussi les démarches. La présence du Car Prev' lève ces freins : pendant une journée, tout est sur place. Chacune des trois consultations proposées s'effectue en vingt minutes et la prise de rendez-vous offre un maximum de simplicité. Ces consultations, confidentielles et totalement prises en charge par Transportez-Vous Bien, sont assurées par des experts santé qui connaissent bien les enjeux santé spécifiques aux différents métiers du Transport.

UN PREMIER PAS DANS LE PARCOURS

Et après ? Ces consultations ouvrent la voie. L'expert santé fournit immédiatement au salarié un retour clair sur sa situation, ce qui agit





Le Car Prev' : 3 salles de consultation, une équipe de 7 personnes dont 3 experts santé – infirmière spécialisée, ostéopathe/chiropracteur, opticien – et 1 animateur du programme Transportez-vous Bien. Une journée Car Prev' : huit heures de présence sur site, 60 consultations réalisables. En 2025, 98 % des salariés participants se sont déclarés satisfaits de la journée.⁶

« Fin 2025, nous avons eu le plaisir d'accueillir la première tournée du Car Prev'. Cette initiative a rencontré un franc succès auprès de nos collaborateurs : les 64 créneaux de rendez-vous ont été complets en très peu de temps. Pour nous, il s'agit d'une illustration concrète de l'attention portée au bien-être des salariés, en parfaite adéquation avec les valeurs portées par la SIBRA. Ce dispositif présente de réels bénéfices pour nos équipes : aucun coût supplémentaire, un contenu très pédagogique et des intervenants d'un grand professionnalisme. »

MÉLANIE BOUDINOT, Chargée de recrutement et de formation – SIBRA (transports urbains de voyageurs) – 304 salariés

+ 5 300

DÉPISTAGES SANTÉ RÉALISÉS EN 2025 ET 2026
AUPRÈS DE 3 178 SALARIÉS DU TRANSPORT⁶.

+ 100

DATES EN 2025 DANS TOUTES LA FRANCE⁶.

POUR PILOTER LE PROGRAMME, UNE MÉCANIQUE BIEN RODÉE

Depuis 10 ans, toute une équipe se mobilise pour concevoir, déployer, organiser, faire évoluer le programme Transportez-Vous Bien. Leurs expertises complémentaires et les ressources qu'ils structurent contribuent amplement à son efficacité. Tour de piste des coulisses du programme.



TROIS EXPERTISES À LA MANŒUVRE

CEUX QUI CONÇOIVENT

01

L'équipe de conception des services ausculte les évolutions des risques de santé relatifs aux métiers du Transport, creuse les problématiques des entreprises et celles des salariés, mène des études... Elle sélectionne, aussi, les meilleurs partenaires santé pour être en mesure de proposer les services et parcours de prévention les plus adaptés.

CEUX QUI FONT LE LIEN

02

Des chargé(e)s de prévention accompagnent les entreprises au plus près du terrain. En lien direct avec elles, ils identifient leurs besoins, proposent les services les plus adaptés et facilitent l'organisation des actions sur site, comme les tournées Transportez-Vous Bien et Car Prev'.

CEUX QUI FONT CONNAÎTRE

03

Faire connaître le programme est essentiel pour qu'il bénéficie à un maximum d'entreprises et de salariés. L'équipe marketing pilote et déploie ce volet auprès des entreprises, bien sûr, mais aussi auprès des salariés. Présenter Transportez-Vous Bien, faciliter l'entrée dans le programme, simplifier l'accès aux services, accompagner les entreprises dans la communication... l'équipe pilote également tout le volet événementiel, stratégique pour assurer une présence.

« Notre enjeu est d'aller au plus près des salariés. Pour cela, nous activons différents leviers : campagnes d'information, mailings personnalisés, vidéos de témoignages, émissions de radio ou présence sur les grands événements du secteur. Nous mettons aussi à disposition des entreprises des supports thématiques et personnalisables, pour leur faciliter la sensibilisation des équipes. Notre objectif est simple : rendre l'entrée dans le programme la plus accessible possible, puis accompagner les salariés dans la durée. »

AMANDINE RAYNAL, Chargée de promotion

« Depuis la création de Transportez-Vous Bien, une attention particulière a été portée à l'accompagnement de chaque étape : de sa construction à son déploiement, jusqu'à sa montée en notoriété auprès des professionnels du Transport. Dix ans plus tard, le programme est devenu une référence, avec plus de 100 000 salariés accompagnés, grâce à une organisation exigeante, orientée résultats et optimisation continue. Une belle réussite collective ! »

PATRICIA OURMIAH, Directrice de projets en charge de l'animation du programme Transportez-Vous Bien

TRANSPORTEZ-VOUS BIEN : LE PROGRAMME EN BREF

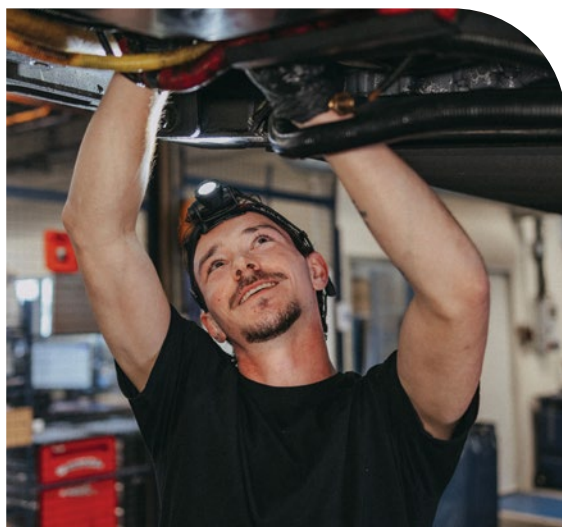
Transportez-Vous Bien, c'est le premier programme de prévention santé conçu par et pour les professionnels du Transport. Pris en charge dans le cadre du contrat de prévoyance des entreprises, il est piloté et animé depuis 10 ans par Carcept Prev avec l'appui de partenaires santé formés aux enjeux santé du Transport.

→ IL FACILITE L'ENTRÉE DANS LE PARCOURS DE PRÉVENTION

Toutes les entreprises du secteur, quelle que soit leur taille, partout en France, peuvent demander des interventions sur-mesure, sans frais :

- Ateliers (individuels ou collectifs) et formations de prévention, animés par des experts et professionnels de santé
- Dépistages sur site avec le Car Prev'
- Accompagnement des dirigeants et responsables RH dans leur politique de prévention santé et qualité de vie au travail

... et bénéficier d'outils pour informer les salariés : kit de communication, stand d'information animé par l'équipe Transportez-Vous Bien.



Tous les salariés non-cadres peuvent solliciter, en toute confidentialité et sans frais, des accompagnements personnalisés :

- Consultation médicale de prévention
- Bilan de prévention santé
- Coachings santé individuel
- Services santé
- Formations en ligne
- Auto-évaluations

→ IL RÉPOND À DES PROBLÉMATIQUES IDENTIFIÉES

Trois salariés du secteur sur quatre déclarent faire face à au moins un problème de santé¹

Les taux d'arrêt de travail pour maladies professionnelles du secteur sont 2,5 fois plus élevés que la moyenne nationale³

→ IL ABORDE SIX THÉMATIQUES SANTÉ



→ IL OBTIENT DES RÉSULTATS

En 10 ans, **100 000 salariés** en ont bénéficié⁶

+25 000 bilans de prévention santé réalisés⁶

20 000 coachings effectués⁶

+5 300 consultations de dépistage réalisées à bord du Car Prev' en 2025 et 2026⁵

→ IL BÉNÉFICIE D'UNE FORTE RECONNAISSANCE

94 % des dirigeants qui le connaissent trouvent le programme pertinent¹

3 salariés sur 4 déclarent une amélioration de leur bien-être à la suite des coachings santé¹

Carcept Prev, toujours plus proche

Au service de ceux qui font rouler la France, Carcept Prev déploie ses opérations avec un objectif : agir au quotidien pour que leur rôle essentiel au bon fonctionnement de notre société et de notre économie soit reconnu à sa juste valeur, et contribuer ainsi à améliorer leurs conditions de travail.

01

LE TROPHÉE DES ROUTIERS

Valoriser les métiers

Depuis 2014, ce concours national du Transport routier de marchandises rassemble plus de 1500 candidats. Organisé tous les deux ans par Carcept Prev, AFTRAL et OPCO Mobilités, le Trophée des routiers met à l'honneur leurs compétences pointues en les mobilisant lors d'épreuves théoriques et pratiques.

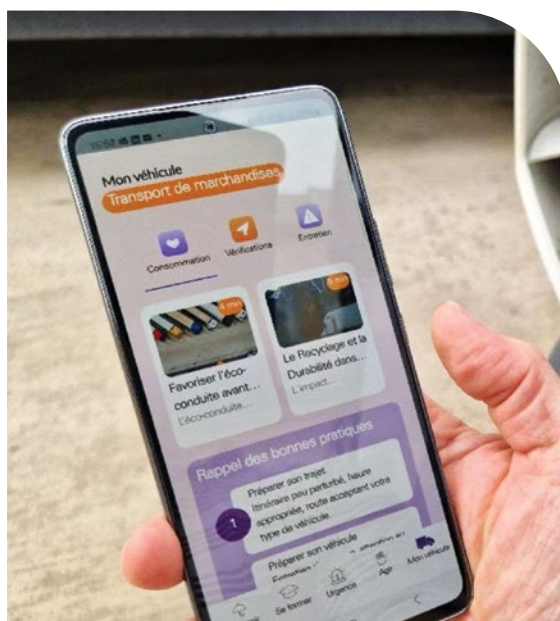


02

PROTÉGEONS LA ROUTE

Prévenir les risques routiers

Pour les professionnels du Transport routier, les accidents de la route demeurent la première cause de mortalité au travail. Pour y répondre, la Fondation Carcept Prev a créé l'application « Protégeons la route ». Conseils, contenus pédagogiques : elle fournit les clés pour adopter les bons réflexes et réduire les risques, au quotidien.





Se lever tôt
Être souvent seul
Faire des centaines
de kilomètres

**... Ils le font
pour vous !**

Manque de reconnaissance,
éloignement familial, déplacements,
horaires décalés...

Leur quotidien
est parfois
difficile, alors **RESPECTONS
LES ROUTIERS**

Respectons les routiers
est une opération **Carcept Prev**
» www.respectonslesroutiers.fr

**fondation
carcept prev**
GROUPE KLESIA



**DANS LES TRANSPORTS,
NE LAISSONS PAS
LES TENSIONS
MONTER À BORD.**

Les agents du transport public nous font
avancer chaque jour, respectons-les.
Toute agression est passible de 45 000 €
d'amende et de 3 ans d'emprisonnement*.

**fondation
carcept prev**
GROUPE KLESIA

UTPF

**ORICO
Mobilités**

star* | roannais
AGGLOMERATION

03

RESPECTONS LES ROUTIERS

Renforcer la reconnaissance
des conducteurs routiers

Lancée en 2023, l'opération « Respectons les routiers » vise à encourager plus de reconnaissance et de respect envers la profession. Elle sensibilise le grand public au rôle essentiel qu'assurent les conducteurs routiers, et souligne les difficultés auxquelles ils sont confrontés, comme les mauvaises conditions d'accueil sur certains sites et aires de repos.

04

CAMPAGNE DE LUTTE CONTRE LES INCIVILITÉS

Revendiquer le respect pour les professionnels
du Transport

Cette campagne alerte sur les incivilités – insultes, agressions verbales ou comportements irrespectueux – auxquelles sont trop souvent confrontés les agents des transports publics. Elle rappelle l'importance du respect mutuel, et montre aux professionnels qui vivent ces situations au quotidien qu'ils sont soutenus.



SOURCES

1. Baromètre OpinionWay pour Carcept Prev, 2025.
2. Baromètre OpinionWay pour Carcept Prev, 2026.
3. Assurance Maladie Risques professionnels, 2026.
4. Étude d'impact social réalisée en janvier 2024 par les infirmières et diététiciennes par téléphone auprès d'un échantillon de 438 salariés bénéficiaires du programme Transportez-Vous Bien.
5. Données Carcept Prev 2025.
6. Données Carcept Prev 2026.
7. Étude réalisée en 2022 auprès de 500 salariés ayant réalisé le coaching Nutrition.
8. Mesure d'impact social réalisée sur un échantillon de 149 salariés ayant réalisé la consultation de prévention entre avril 2021 et août 2022 (marge d'erreur de 4,7 %).
9. Mesure d'impact social réalisée sur un échantillon de 404 participants ayant bénéficié de la formation entre janvier 2021 et juillet 2022 (marge d'erreur de 7 %).
10. Mesure d'impact social réalisée sur un échantillon de 1507 salariés ayant terminé un coaching entre le 1^{er} janvier et le 1^{er} novembre 2024 (marge d'erreur de 3,6 %).
11. Mesure d'impact social 2025 réalisée auprès d'un échantillon de 438 salariés bénéficiaires du programme Transportez-Vous Bien, à distance de leur dernière séance de coaching (3 à 8 mois) (marge d'erreur de 3 %).

CRÉDITS

Conception et réalisation :  **Patte Blanche**

Photographies : Violaine Papot-Libéral, Cécile Dorléans



Transportez-Vous Bien accompagne les entreprises du Transport dans leur politique de prévention et rend tangible la valeur de leur contrat Prévoyance. Pour mettre en place des actions dans votre entreprise ou faire connaître le programme à vos salariés, contactez-nous : TransportezVousBien.fr → contact

