



**Direction de l'Action Sociale  
du Personnel et de la Qualité  
de Vie au Travail**

## LA DASPQVT VOUS INFORME

### Les T.M.S c'est quoi ?

En France, les troubles musculo-squelettiques (TMS) constituent la première cause de maladie professionnelle. L'expression TMS regroupe un ensemble de maladies localisées au niveau ou autour des articulations : poignets, coudes, épaules, rachis ou encore genoux. Ils se manifestent par des douleurs et des gênes dans les mouvements. Ces pathologies concernent les muscles, tendons et gaines tendineuses, les nerfs, les bourses séreuses, les vaisseaux sanguins, les articulations, les ligaments, à la périphérie des articulations des membres supérieurs, de la colonne vertébrale et des membres inférieurs.

Pour plus d'informations, cliquez sur ce lien :

<https://travail-emploi.gouv.fr/sante-au-travail/prevention-des-risques-pour-la-sante-au-travail/article/troubles-musculo-squelettiques>

### Une alimentation équilibrée pour un bon développement des enfants et des adolescents

#### Attention aux faux amis !

L'alimentation est un élément important dans la vie d'un enfant dès son plus jeune âge. C'est aussi durant cette période qu'il va acquérir une partie de ses futures habitudes alimentaires. De nombreux parents se retrouvent alors démunis face à l'obésité infantile.

Il faut donc faire les bons choix nutritionnels :

#### \* Les légumes et les fruits

Un yaourt aux fruits ne compte pas pour une portion de fruits ! il n'y a que très peu de fruits dans leur composition.

#### \* Les produits laitiers

Les glaces et les crèmes desserts ne font pas partie des produits laitiers : ce sont des produits sucrés.

#### \* Les féculents

Les féculents ne font pas grossir, mais attention à ce qu'on met avec. Lors de la cuisson ou au moment du repas l'ajout de sauces, de matières grasses ou de fromages est à modérer.

#### \* Les viandes, poissons et œufs

Les poissons panés constituent, certes, un moyen de faire manger du poisson aux enfants, mais ils sont bien plus gras que le poisson nature et donc plutôt à réserver aux « dépannages » de dernière minute.

L'équilibre alimentaire ne se fait pas sur un seul repas, mais sur plusieurs prises alimentaires dans la journée, néanmoins attention au grignotage !

Aussi, une alimentation saine et équilibrée va de pair avec un corps sain et équilibré. L'activité physique joue une part essentielle au bon développement physique et psychologique de votre enfant. Adaptée au souhait du jeune, selon ses goûts, ses aptitudes, elle doit avant tout être un plaisir et deviendra bénéfique pour son état mental et de santé.

**L'eau est la seule boisson indispensable et recommandée à volonté au cours et en dehors des repas, ainsi que durant les efforts physiques.**

Pour plus d'informations, cliquez sur le lien ci-dessous :

<https://www.mangerbouger.fr/>

## Qui sommes-nous ?

Une équipe de professionnels pour  
l'accompagnement social et la qualité de  
vie au travail du personnel CTM, en toute  
neutralité et confidentialité

Ex-Immeuble France Telecom  
7, Route de la folie  
97200 Fort-de-France

☎ 05 96 55 39 48

☎ 05 96 55 45 16



## ACTUALITÉS

### Versement de l'aide exceptionnelle de solidarité

Les allocataires bénéficiaires en juin 2022 de l'une des prestations suivantes : allocation aux adultes handicapés (AAH), revenu de solidarité active (RSA), aide au logement, revenu de solidarité outre-mer (RSO) dans les DOM, pourront prétendre au versement d'une aide exceptionnelle.

Le montant est de 100 € par foyer, auxquels s'ajoutent 50 € par enfant à charge, elle vise à soutenir le pouvoir d'achat des personnes modestes.

Si vous ou l'un de proche percevez les allocations citées, pensez à vérifier que la prime a été effectivement versée.



Pour plus d'informations, scannez moi !

### Un chèque auto de 100 € à destination des chômeurs de moins de 25 ans

Les assureurs français ont promis, à l'issue d'une réunion avec le ministre de l'économie de contenir la hausse moyenne de leurs tarifs à un niveau en dessous de l'inflation pour 2022 et 2023.

À suivre !

Pour plus d'informations, cliquez sur le lien ci-dessous :

<https://www.economie.gouv.fr/direct-video-reunion-representants-secteurs-assurances-et-mutuelles#>



## INFO PRATIQUES

### LA DSSP devient la DASPQVT !

#### Nouvel organigramme → Nouvelle dénomination de Direction :

La Direction de l'Action Sociale du Personnel et de la Qualité de Vie au Travail remplace la DSSP.

Nous restons à votre écoute !

### C'est aussi la rentrée des activités culturelles et sportives !

La CAF de la Martinique a mis en place deux prestations pour encourager la pratique d'activités sportives, artistiques et culturelles :

- Le **TICKET LOISIRS** pour les enfants de 3 ans à 19 ans,
- Le **PASS LOISIRS** pour les jeunes de 20 à 25 ans.

Pour connaître les conditions pour en bénéficier, cliquez sur le lien suivant :

<https://www.caf.fr/allocataires/caf-de-la-martinique-97200/offre-de-service/vie-personnelle/politique-publique-jeunesse-ticket-loisirs-pass-loisirs-et-aide-aux-vacances>

### Attention !!!! : Prochaine campagne PASCO

La campagne PASCO pour le 3ème trimestre (Juillet-Août-Septembre) se déroulera du **03 au 18 Octobre 2022**.

Rendez-vous sur → Démarches simplifiées pour télécharger votre dossier !

