

Risques Professionnels - Management Bureautique - Marketing Digital

GEPENF

Gestes et Postures Personnel petite enfance

Objectifs

Prévenir les risques liés aux gestes et postures du travail et lutter contre tous les troubles musculo-squelettiques (TMS) chez le personnel chargé de la petite enfance

Moyens & Méthodes

- Supports audiovisuels adaptés (vidéo projecteur).
- Alternance entre théorie et pratique
- Mises en situations réelles

Pré-requis

Etre agé d'au moins 18 ans Etre reconnu apte médicalement Lecture de la langue Française

Public

Tous les salariés

Durée

Initiale: 1 journée

Recyclage préconisé en cas de changement de poste ou au retour d'un accident de travail.

Lieu

Au sein de l'entreprise, de la collectivité ou en centre.

Accessible aux personnes à mobilité réduite.

Programme

- 1. Les enjeux
- Les notions de risque et de danger
- Les différences entre un Accident de Travail et une Maladie Professionnelle
- Les affections liées à la manipulation et au transport manuel
- · Les affections liées au travail sédentaire
- La règlementation
- 2. Les coûts humains et financiers
- Les différentes étapes et les conséquences pour le salarié
- Les taux d'incapacité
- Les conséquences pour l'établissement
- · Les statistiques accidents
- 3. <u>Les principes généraux de fonctionnement du corps humain</u>
- Les muscles, les articulations et les tendons et leurs différentes lésions
- La colonne vertébrale et ses principales lésions
- Les principales pathologies du dos
- 4. Les facteurs aggravants
- La charge
- La posture
- La répétition
- Les contraintes psychosociales
- Les contraintes organisationnelles
- Gestes et Postures à adopter et à éviter
- Préparer une manutention
- Ramasser un objet au sol
- Portage d'un petit enfant
- Portage d'un enfant
- Sortir un enfant d'un lit bas
- Repas, sieste, jouer au sol
- Se relever du sol
- Quiz de validation des acquis.
- Analyse des postes de travail
- Mise en pratique des acquis théoriques sur chaque poste de travail
- 8. Exercices d'étirement et de souplesse
- Exercices de souplesse à faire chez soi
- Exercices d'étirement à faire au bureau

Validation : Attestation de formation remise à chaque participant. Rapport de préconisations remis après l'intervention

V062024