



ADOPTER LES BONS GESTES ET POSTURES POUR PRÉVENIR LES TMS

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

A l'issue de cette formation, vous saurez réduire les risques liés à l'activité physique, adopter les bons gestes et postures ainsi qu'organiser le travail pour diminuer les contraintes.

Vous serez capable de vous servir du matériel dans les meilleures conditions possibles.

CONTENU DU PROGRAMME

1. L'activité physique en hôtellerie restauration

Ramasser un objet léger ou lourd et attraper un objet en hauteur

Porter et déplacer des objets lourds

Balayer, laver et aspirer les sols

Porter le bac à produits de nettoyage et pousser un chariot

Faire un lit et ranger le linge

Travailler debout devant un plan de travail, nettoyer et dépoussiérer

2. Les conséquences pour la santé des salariés

L'inaptitude au travail

Les accidents du travail

Les maladies professionnelles

3. Les conséquences pour l'entreprise

L'absentéisme

Les répercussions financières

4. Le schéma corporel

La connaissance de notre dos

Les efforts en position debout et l'effort des bras

Le vieillissement du disque intervertébral : les différents types de douleur

Les troubles musculo squelettiques (TMS)

5. Les principes de prévention appliqués à la situation de travail

Durée & Tarif

1 jour – 7 heures

INTER : prix catalogue /pers.

INTRA : nous contacter

Modalités et délais d'accès

Formation en présentiel

INTER : possibilité d'inscription dans la limite des places disponibles jusqu'à la veille de la formation

INTRA : nous contacter

Public visé

Toute personne amenée à encadrer du personnel en restauration commerciale

Pré requis

Compréhension du français

Test de positionnement initial

Lieu

ASFOREST ou en entreprise

Dates de session

Voir catalogue

METHODES MOBILISÉES ET MODALITES D'ÉVALUATION

- Utilisation de méthodes pédagogiques expositives, interrogatives ou actives (tests, mises en situation, jeux de rôle...) permettant d'acquérir ou actualiser ses connaissances.
- Réalisation d'un quizz/QCM d'évaluation finale des connaissances
- Remise d'une fiche individuelle d'appréciation de la formation
- Remise au stagiaire du support de formation sur clé USB

HÔTELS / RESTAURANTS / CAFÉS / TRAITEURS

