

Sécurité et confort au travail

Objectifs de la formation :

L'objectif à l'issue de ces deux jours est l'information des travailleurs techniques soumis à des contraintes de port de charge et/ou à des postures contraignantes au cours de leur activité professionnelle. En effet, la compréhension de l'anatomie et la physiologie de base du corps humain et la connaissance d'actions simples à effectuer pour éviter les inconforts permettent au travailleur d'exercer en sécurité et de façon plus efficace.

Cette formation vous permettra :

- Une meilleure compréhension du fonctionnement du corps humain en mouvement
- Une mise au point sur les idées préconçues de chacun
- Une mise en place d'actions simples pour éviter les inconforts articulaires (cervicales, lombaires, genoux, coudes...).

Bien que notre formation soit assurée par des kinésithérapeutes, elle est ouverte à tout public non professionnels de santé. Cette pratique peut être exercée dans le cadre d'une profession, avec la restriction de ne pas l'utiliser dans un but thérapeutique (qui dans ce cas deviendrait une pratique illégale la masso-kinésithérapie).

Public visé : Tout public

Prérequis : Aucun

Compétences professionnelles visées :

- Acquérir ou ajuster les connaissances de l'anatomie, de la physiologie et de la pathologie musculo-squelettique fréquemment rencontrée en entreprise
- Acquérir des techniques simples permettant de prévenir/soulager des troubles musculo-squelettiques mineurs
- Faire des liens scientifiques avec les protocoles mis en place

Répartition des contenus : ¼ de théorie, ¾ de pratique

Moyens pédagogiques et techniques :

- Supports utilisés : PPS, paperboard, vidéos, squelette en plastique
- Modèle d'apprentissage béhavioriste concernant les enseignements fondamentaux
- Modèles d'apprentissage constructiviste et socio-constructiviste concernant les études de cas
- Evaluation formative (étude de cas) et sommative (connaissances fondamentales)

Moyens pédagogiques et techniques : Table(s), chaises, tableau à feutres/à craies/à feuilles mobiles, salle de cours, formateur 1emo1ze dans la spécialité (champs 1emo1ze-squelettique de la kinésithérapie).

Supports pédagogiques : Supports 1emo1zes : Powerpoint, paperboard, fiches 1emo à la demande.

Moyens de suivi de la formation et appréciation de ses résultats : Feuille d'émargement biquotidienne, tests au travers de l'analyse de situations

Lieu : sur votre site

Coût total : 2900 € pour le groupe

Programme et durée : 2 jours (14 h, soit 8 h + 6 h).

Jour 1

9h-13h

- Enjeux de la formation, enjeux de la prévention des troubles musculo-squelettiques
- Abord de la région dorso-lombaire

14h-18h

- Abord de la région inférieure du corps (hanches, genoux...)
- Exemples de cas pratiques

Jour 2

8h-11h

- Abord de la région supérieure du corps (cervicales, épaules, coudes...)
- Exemples de cas pratiques

11h-14h

- Idées reçues fréquemment retrouvées, mise au point sur les croyances collectives
- Cas particulier (facultatif) : postes impliquant un volume important d'heures de conduite
- Clôture de la formation

Les + de la formation

- Application directe en cabinet
- Connaître l'arbre décisionnel pour la prise en charge des indispositions statiques du rachis

Références

- MONOD H., KAPITANIAK B., 2003. Ergonomie, Elsevier Masson
- Regards sur l'activité en situation de travail, J Leplat, Paris : PUF, 1997
- INRS, Ergonomie et prévention en conception des situations de travail, Cahiers de notes documentaires - Hygiène et sécurité du travail - N° 179, 2000
- INRS, fiche pratique de sécurité ED 79, 1999
- INRS, diagnostic ergonomique des risques de TMS : cas d'une entreprise de petit équipement domestique, 2002
- INRS, aller de l'avant avec l'ergonomie, hygiène et sécurité du travail – n°244, 2016
- INRS, Conception des lieux et des situations de travail Santé et sécurité : démarche, méthodes et connaissances techniques ED 950, 2021
- Barette G., Decourcelle O., Triadou P. Ergonomie, kinésithérapie et santé au travail. EMC (Elsevier Masson SAS, Paris), Kinésithérapie-Médecine physique-Réadaptation, 26-030-B-10, 2007
- GATTO F. et VIEL E., 2001. Pédagogie et éducation à la santé. Education du patient, Les Annales de la kinésithérapie, t.28, n°1, 11-19, Masson, Paris.
- GATTO F., Kinésithérapie et éducation à la santé. Kinésithérapie scientifique, n° 462, SPEK, Paris, 2002, pp.63-64. (Revue indexée dans Médexpress, EMC, Rédatel et la base Pascal de l'INIST)