


FORMATION

PREVENTION DES TMS ET RISQUES PHYSIQUES POUR LES AGENTS DE RESTAURATION COLLECTIVE



Référente CDG	Géraldine LEVIER - 02.43.24.20.93 ou geraldine.levier@cdg72.fr
Lieu	Collectivités d'accueil du département de la Sarthe
Durée	<u>1,5 jour</u> : Jour 1 : 09h00 – 12h00 /13h00 – 16h00 + ½ journée : 09h00 – 12h00
COÛT	200 € par agent
INTERVENANT	Un kinésithérapeute formateur en santé au travail agréé par France Prévention
PUBLIC	Agents travaillant au sein d'un service de restauration collective : cuisine et service.
OBJECTIFS	<ul style="list-style-type: none"> Permettre aux participants de préserver leur capital santé locomoteur, de réduire leurs risques physiques personnels et d'améliorer leur qualité de vie au travail. Permettre à la collectivité de réduire le risque physique et la pénibilité par une amélioration des situations à risques et des pratiques professionnelles.
DEMARCHES PEDAGOGIQUES	<p>Avant formation : Envoi d'un lien à chaque participant (directement à l'agent ou via sa collectivité) vers un questionnaire destiné à adapter le contenu de la formation aux problématiques de santé et aux environnements de travail.</p> <p>L'analyse des questionnaires sera réalisée par le kinésithérapeute formateur afin d'assurer la confidentialité des données.</p>
CONTENU	<p>Première séance de formation collective (6H)</p> <ul style="list-style-type: none"> Les TMS et le risque physique en collectivité et dans les services de restauration, à partir des données CNRACL et des réponses au questionnaire préalable. Description et fonctionnement de l'appareil locomoteur (adaptés aux résultats de l'enquête et des bilans). Découverte corporelle et éducation gestuelle : gravité et équilibre, prédominances fonctionnelles et interdépendances, placement et déplacement des membres inférieurs, alternances des appuis, placement du dos, décompression discale, dégagement abdominal, relâchement des épaules, utilisation de la respiration. Pratique de mouvements préventifs et/ou compensatoires : pratique en groupe et corrections individualisées. Initiation au port de charge en protection discale.

	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Analyse de quelques situations de travail comportant un risque physique, à partir de FASR (Fiches d'Amélioration des Situations à risques) réalisées dans des services de restauration collective. ▪ Évocation des situations à risques rencontrées par les participants et priorisation de celles qui seront analysées à la session 2, à partir de prises de vue réalisées par les agents. ▪ Objectifs personnels et collectifs de mise en application pour la séance 2 : Relire le livret. Pratique individuelle des mouvements préventifs, au fil de l'eau, prises de vue de situations à risques et transmission au formateur. <p>Entre les 2 sessions</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Les participants volontaires réalisent des prises de vue de situations comportant un risque physique et les transmettent au formateur ▪ Le formateur prépare une Fiche d'Amélioration des Situations à Risques (FASR) <p>Deuxième séance de formation collective (3H)</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Débriefing des objectifs personnels et collectifs, de mise en application de l'inter séance ▪ Pratique de la routine de mouvements "Réveil PAMAL". ▪ Pratique de mouvements préventifs et/ou compensatoires : pratique en groupe et corrections individualisées. ▪ Projection de photos et/ou vidéos des situations de travail à risques transmises par les agents au formateur. ▪ Analyse des situations, propositions d'amélioration, rédaction de la FASR (Fiche d'Amélioration des Situations à Risques) en présence du conseiller de prévention. ▪ Objectifs personnels et collectifs de mise en application pour l'après-formation ▪ Évaluation de la formation par les participants (questionnaire d'évaluation + verbalisation). ▪ Synthèse de la formation en présence d'un responsable de la collectivité.
A PREVOIR PAR LES PARTICIPANTS...	<p>Venir dans une tenue confortable, propice à des exercices d'échauffement et d'étirement.</p> 
SUPPORT	<p>Un livret « Prévention des TMS chez les agents de restauration » sera remis.</p>