

Réduire la fatigue au travail

Fiche technique

Secteurs

Tous secteurs

Public

Ouvrier ESAT

Durée

1 JOUR

Date limite d'inscription

04/03/2019

Lieux & dates

Groupe 1

QUID FORMATION - Bellevue (près Eglise) - 97200 FORT-DE-FRANCE

Le 4 avril 2019

Groupe 2

QUID FORMATION - Bellevue (près Eglise) - 97200 FORT-DE-FRANCE

Le 18 avril 2019

Groupe 3

QUID FORMATION - Bellevue (près Eglise) - 97200 FORT-DE-FRANCE

Le 16 mai 2019

Groupe 4

QUID FORMATION - Bellevue (près Eglise) - 97200 FORT-DE-FRANCE

Le 29 mai 2019

Interlocuteur Opco Santé

VALONY Isabelle

isabelle.valony@unifaf.fr

0696.89.14.02

Intervenants

☛ **Gilbert ZOCLY**

☛ **Aurélien JACQUELINE**

Contexte

Les Travailleurs d'ESAT encadrés par des Educateurs Spécialisés ou des moniteurs réalisent divers travaux pour des entreprises : conditionnement de produits, assemblage ou montage d'éléments divers, entretien d'espaces verts, restauration, etc...

L'organisation de l'activité et les conditions de réalisation des tâches génèrent des contraintes physiques importantes pour une population de salariés déjà d'une santé fragile et vieillissante. Beaucoup souffrent de fatigue musculaire qui risque de dégénérer en TMS. Il faut donc examiner quel levier il est possible d'actionner pour les maintenir en activité. Cette occasion leur sera donner au cours de cette action de formation qui aura pour thème de comprendre et de trouver les solutions pour réduire la fatigue au travail.

Objectifs

La formation doit permettre aux participants :

- ☛ Informer et sensibiliser sur les risques liés à la fatigue au travail
- ☛ Comprendre les risques de son métier et l'intérêt de la prévention,
- ☛ Observer son travail et repérer ce qui peut nuire à sa santé,
- ☛ Voir, comprendre et distinguer les bonnes et mauvaises postures
- ☛ Comprendre le phénomène d'apparition du risque
- ☛ Connaître le fonctionnement du corps humain et ses limites, Connaître les techniques des gestes et postures pour atténuer la fatigue et réduire les risques

Prérequis

Aucun

Contenu

- ☛ **La notion de danger et de risque** Les risques de son métier et l'intérêt de la prévention
- ☛ **Les accidents du travail et les maladies professionnelles** à partir d'exemples de situations pouvant entraîner une maladie professionnelle.
- ☛ **La situation de travail** Les déterminantsL'organisation du travail
La charge mentale de travail, les émotions négatives ou positives ressenties au cours du travail Les éléments de la situation de travail Le travail prescrit et le travail réel

- ☛ **Les troubles musculo squelettiques- Les limites du corps humain, la colonne vertébrale**
- ☛ **Les bénéfices de la prévention**

- ☛ Observer son travail pour identifier ce qui peut nuire à sa santé
- ☛ Les 9 principes généraux de prévention
- ☛ La prévention et la protection

➡ Les personnes chargées de la prévention**Exercices :**

➡ A partir de photographies :

➡ Repérer des situations dangereuses et les signaler

➡ Comprendre le pourquoi des consignes de sécurité

➡ Signaler les incidents et les problèmes pour réduire le risque de se blesser et de se fatiguer