



Preventech Consulting est un cabinet-conseil dédié à l'amélioration des conditions de travail, organisé autour de 3 pôles :

- Sécurité au travail
- Ergonomie
- QVCT



Mise en place de séances d'échauffements avant la prise de poste



CONTEXTE

En 2011, la CNAMTS (Caisse Nationale de l'Assurance Maladie des Travailleurs Salariés) a montré une augmentation de 3,3 % des AT (Accidents du Travail et Accidents de Trajets) et de 8,6 % des MP (Maladies Professionnelles) par rapport à 2010.

Pour lutter contre ces augmentations d'AT et de MP dans votre entreprise, Preventech Consulting vous propose des solutions toujours plus innovantes.

OBJECTIFS

- ▶ Sensibiliser et former des « coaches échauffements », relais à l'échauffement des salariés en entreprise.
- ▶ Permettre à ces « coaches échauffements » d'acquérir une réelle méthodologie de prévention des conditions de travail. Ils seront donc capables d'animer les séances d'échauffement, mais également de conseiller au quotidien les salariés sur les bonnes pratiques physiques de travail.

Au-delà d'une bonne préparation musculaire avant la prise de poste, vous verrez se développer dans votre entreprise :

- une réduction des AT et des MP
- une meilleure cohésion au sein du groupe de travail
- une réduction du stress due au développement du bien-être
- un éveil psychique avant de commencer sa journée de travail
- une lutte contre les risques physiques tels que les Troubles Musculo Squelettiques

MOYENS

- ▶ Intervenants : Ergonomes, Coachs sportifs

Phase de sensibilisation



- Sensibilisation de la direction et des managers. -1/2 journée
- Sensibilisation des stagiaires (en **Physique** ou par **Affichage**). – séance 1h

Phase de préparation pour le coach 3 jours



- Réalisation de vidéos des postes de travail concernés
- Création d'une séance d'échauffements adaptée au service concerné
- Création du contenu de formation sur-mesure.

Formation 2 jours



Journée 1

- Module 1 : Introduction / S'imprégner de la problématique et des risques physiques liés.
- Module 2 : L'analyse des situations de travail / Etre capable de repérer les mauvais gestes et de les corriger. Prendre du recul.

Journée 2

- Module 3 : Les gestes de bases. S'approprier les bonnes pratiques. Comprendre les gestes de bases.
- Module 4 : Animation pédagogique des échauffements / Appropriation de la séance d'échauffements.

Suivi



- Suivi quelques semaines après avec le groupe de coaches référents.
- Suivi avec la Direction : suivi des AT, de l'absentéisme, de l'efficacité des échauffements.