

Objectif : amélioration de la santé des agents de caisse



- agent de caisse tous secteurs
- pas de prérequis
- groupe de 4 à 10 participants



- kinésithérapeute
- ergonomiste
- formatrice PRAP IBC
certifiée INRS



- une demi journée -4h-
- présentiel
- lieu : centre de convention
Archamps



- attestation de participation



- 250e net / participant

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

- comprendre les enjeux de la prévention
- connaître les risques physiques associés aux gestes et postures inadaptés -TMS-
- savoir utiliser les réglages de son poste de travail
- adopter une gestuelle ergonomique de protection

METHODES PEDAGOGIQUES

- exposé interactif
- exercices pratiques
- mises en situation

PROGRAMME

1. Présentation de la démarche de prévention

- enjeux humains, économiques et sociétaux
- les risques liés aux mouvements inadaptés

2. Les TMS

- notions d'anatomie
- notions de physiopathologie

3. Principes de sécurité et d'économie d'effort en caisse

- utilisation des réglages du poste de travail
- apprentissage de la gestuelle de protection
- mise en place d'exercices de compensation en caisse

4. Hygiène de vie

- lien entre vie quotidienne et TMS