

# MANUTENTION ET ERGONOMIE EN SECTEUR PETITE ENFANCE

AUCUN NIVEAU DE CONNAISSANCE PRÉALABLE N'EST REQUIS POUR SUIVRE CETTE FORMATION



**Durée :** 2 jours - 14 heures

**Tarif :** 2 100€

12 participants maximum

**Méthodes pédagogiques :** alternance de cours théoriques et pratiques, mise en situation, formation, active et participative sur la base d'apports notionnels illustrés, d'échanges pratiques, d'étude de cas et du vécu professionnel des stagiaires.

**Profil stagiaire :** toute personne amenée à travailler avec des enfants

Les Professionnels de la petite enfance sont exposés dans le cadre de leur travail à des situations qui mobilisent des compétences sur le plan technique et humain, et particulièrement lors de postures contraignantes (flexion, rotation du tronc, assis au sol, portages ou des manutentions de charges). Un apprentissage à repérer les situations à risques et se familiariser à des techniques d'ergonomie d'effort sera proposé à travers des mises en situation pratique.

La finalité vise à réduire les risques professionnels et à améliorer les conditions de travail. Prévenir ou réguler certaines situations « sensibles » constituent des ressources-clés qui favorisent une relation de qualité et de meilleures capacités d'engagement dans l'action au quotidien.

**OBJECTIFS :** connaître le fonctionnement du corps humain et ses limites, améliorer les conditions de travail par une approche ergonomique des situations des postes de travail, prévenir les risques par une analyse interactive des contextes de manutention et de l'environnement, acquérir des techniques sécuritaires qui permettent de réduire les états de tensions, en particulier au niveau des contacts de proximité avec les enfants, apprendre des pratiques corporelles comme moyen de ressourcement et d'évolution dans le travail relationnel, participer à la prévention et à la maîtrise des risques dans l'entreprise.

## PROGRAMME

### Comprendre l'apparition des risques TMS

- Notions d'anatomie statique et d'anatomie pour le mouvement
- Rappels anatomiques de physiologie et de biomécanique du mouvement
- Pratique d'exercices corporels afin de découvrir son anatomie en mouvement. Notion de tonus musculaire
- Apprendre à utiliser des outils pour enrichir son schéma corporel en sollicitant l'ensemble de son corps
- Travail dans la lenteur du geste pour favoriser l'observation et capter, percevoir, évaluer tous les détails du geste
- Connaître les conséquences de l'apparition des pathologies dans l'entreprise
- Réglementation en matière de Prévention des Risques Professionnels dans les établissements médico-sociaux.

### Travaux pratiques et applications

- Identifier les situations à risques afin d'estimer pour chaque situations le risque et les dommages potentiels
- Evaluation des automatismes incorrects afin de déterminer les actions et les postures qui engendrent la survenue des TMS en situation de travail.
- Apprentissage de techniques qui permettent de réguler ses réactions et celles de l'enfants
- Travail sur l'écoute en développant des notions essentielles que sont : la confiance, la distance, l'échange
- Les différentes étapes de la diversification alimentaire
- Les repères du Programme Nationale Nutrition Santé

Évaluation de début et de fin de formation