UMIH Formation devient

AKTIVÉO FORMATION

La recette du succès !

**PROCHAINES DATES DE FORMATION CONSULTEZ**

www.aktiveoformation.fr

0 806 700 701

contact@aktiveoformation.fr

7 HEURES | INTER ET INTRA ENTREPRISES 6 À 12 PARTICIPANTS | PRÉSENTIEL | VISIO

PROGRAMME

# GESTES ET POSTURES ADAPTES AU PERSONNEL DE RESTAURATION

**PUBLIC : Tout salarié des métiers de la restauration : cuisine, service, plonge, restauration collective, hôtellerie- restauration.**

**PRE REQUIS :** Aucun

PRESENTIEL

À L'ISSUE DE CETTE FORMATION, les participants seront capables de :

- Identifier les différents risques liés à l'activité physique et adopter les bons gestes et postures.
- Organiser son travail pour assurer sa sécurité et diminuer les contraintes.
- Maîtriser les techniques spécifiques liées aux métiers de la restauration et améliorer ses conditions de travail.
- Comprendre le mécanisme d'apparition des dommages corporels.
- Repérer les acteurs internes et externes de la prévention en entreprise.
- Proposer des actions de prévention adaptées à leur poste.

## MÉTHODE :

Alternance d'apports théoriques, d'ateliers pratiques, de cas concrets, de jeux de rôles

Méthode active et participative

En début de chaque session, un rappel des notions clés et une introduction aux nouveaux contenus sont proposés afin d'assurer la continuité pédagogique. En fin de session, une vérification orale de la compréhension et une validation des acquis sont réalisées collectivement.

## VALIDATION DE LA FORMATION :

Remise d'une attestation de formation

PROCHAINES DATES DE FORMATION CONSULTEZ
www.aktiveoformation.fr
0 806 700 701
contact@aktiveoformation.fr

7 HEURES | INTER ET INTRA ENTREPRISES 6 À 12 PARTICIPANTS | PRÉSENTIEL | VISIO

## DÉTAIL DE LA FORMATION

### COMPRENDRE LES ACCIDENTS DE TRAVAIL EN RESTAURATION

- Comprendre les principales causes d'accidents et de TMS dans la restauration
- Identifier les parties du corps les plus sollicitées
- Comprendre l'impact des postures et gestes répétitifs sur la santé

### IDENTIFIER ET REPERER LES RISQUES DANS L'ETABLISSEMENT

- Repérer les gestes et postures contraignants dans les différents postes (cuisine, service, plonge).
- Analyser les causes des accidents et douleurs fréquentes.
- Comprendre l'influence de l'organisation et de l'aménagement

### AGIR POUR PREVENIR : GESTES, POSTURES ET MANUTENTION

- Appliquer les techniques de manutention adaptées au matériel et aux denrées
- Adopter les bons gestes pour limiter les contraintes physiques
- Intégrer les principes d'ergonomie dans ses pratiques quotidiennes

### ORGANISATION ET COMMUNICATION POUR UNE PREVENTION DURABLE

- Mettre en place une organisation du travail favorable à la prévention
- Favoriser la communication et la coopération autour de la sécurité
- Intégrer la prévention dans les pratiques quotidiennes de l'équipe

**INTERVENANTS :**

Consultants spécialisés en ergonomie