

Mobilisation des malades, prévention des lombalgies

à Paris

SST 025

> du 11 au 13/06/2018

Durée : 3 jours

Coût : 820€ nets

Objectifs

- > Approfondir les notions d'anatomie et les principes d'ergonomie afin de faciliter son environnement de travail
- > Adapter ces différentes techniques selon ses propres besoins au travail

Programme

- > Rappels anatomiques et physiopathologiques
- > Contrôle de la colonne vertébrale
- > Principes de sécurité physique et d'économie du confort
- > Principes d'ergonomie applicables à l'environnement
- > Apprentissage des différentes techniques au quotidien et exercices pratiques
 - Manutention générale
 - Manutention spécifique
 - Charges lourdes
 - Mise en place d'un plan de prévention au sein du service
 - Évaluations possibles

Public concerné

- > Tout personnel confronté à la manutention des patients ou de charges lourdes

Méthode pédagogique DPC

- > Évaluation des connaissances
- > Analyse des pratiques
- > Mises en situation, cas concrets
- > Évaluation des acquis
- > Support pédagogique remis aux stagiaires

Intervenant

- > Ergonome - Kinésithérapeute
- > Coordination : Marie-Christine COMBES, Cadre Kinésithérapeute

Travailler la nuit

en INTRA

AES 015

Durée : 3 jours

Coût : nous consulter

Objectifs

- > Mieux comprendre spécificités du travail de nuit
- > Identifier la relation entre la charge mentale et physique du travail posté
- > Repérer les incidences du travail de nuit sur la vie privée
- > Faire l'auto-diagnostic de son organisation personnelle
- > Acquérir des méthodes de récupération
- > Élaborer une démarche de prévention et de gestion des difficultés engendrées par le travail de nuit

Programme

- > La charge de travail
- > Chronobiologie
- > Caractéristiques significatives de l'activité du personnel de nuit
- > Conséquences psychologiques et sociales
- > Échanges autour de la pratique quotidienne
- > Évaluation de la charge de travail sur les différents postes
- > Analyse de la relation entre l'environnement de travail, la tâche à accomplir et les capacités de l'opérateur
- > Gestion du stress
- > La récupération
- > Projet d'élaboration d'un plan d'action personnalisé
- > Approche des techniques de relaxation
- > Recommandations ergonomiques adaptées à la charge de travail

Public concerné

- > Tout personnel de nuit

Méthode pédagogique DPC

- > Évaluation des connaissances
- > Analyse des pratiques
- > Mises en situation, cas concrets
- > Évaluation des acquis
- > Support pédagogique remis aux stagiaires

Intervenant

- > Ergonome - Kinésithérapeute
- > Coordination : Marie-Christine COMBES, Cadre Kinésithérapeute, Ergonome

Faire face au stress et à l'épuisement professionnel

à Paris

SST 021

> du 05 au 08/11/2018

Durée : 4 jours

Coût : 1100€ nets

Objectifs

- > Savoir reconnaître les différentes sources de stress
- > Apprendre à décoder ses propres signaux d'alerte
- > Développer des capacités de gestion du stress
- > Acquérir des techniques spécifiques
- > Mieux comprendre et connaître le syndrome d'épuisement professionnel

Programme

- > Le stress : définition et dynamique
 - Le stress traumatique et cumulatif
 - Rôle des émotions dans la survenue du stress - Analyse des générateurs du stress et de ses propres signaux d'alerte
 - Recherche de facteurs de risque
 - L'épuisement professionnel ou « burnout »
 - Les symptômes et les conditions spécifiques de récupération
 - Techniques de respiration, de relaxation
- > Processus psychologiques et cognitifs du stress
 - Stratégies d'adaptation
 - Les différents outils de prévention et de gestion

Public concerné

- > Tout personnel soignant confronté aux situations de stress

Méthode pédagogique DPC

- > Évaluation des connaissances
- > Analyse des pratiques
- > Mises en situation, cas concrets
- > Évaluation des acquis
- > Support pédagogique remis aux stagiaires

Intervenants

- > Psychiatre, psychologue
- > Coordination : Christine DELABARRE, Psychologue du travail