

## 1 Contexte



Les contraintes physiques et psychosociales du travail administratif, associées aux facteurs de risque personnels, sont à l'origine de plaintes et d'arrêt de travail préjudiciables au bon fonctionnement des services concernés.

Si la conception des locaux et les équipements mobiliers et bureautiques ont sensiblement progressé ces dix dernières années, le niveau des connaissances en ergonomie du personnel reste insuffisant au regard des modifications importantes des tâches, des outils et de l'organisation du travail durant cette même décennie.

En complément des acquisitions d'équipements et de l'aménagement des postes et espaces de travail, l'employeur a tout intérêt à proposer aux salariés volontaires une formation leur permettant d'agir positivement sur leurs postes, de mieux gérer les contraintes liées au travail de bureau et de bénéficier des conseils d'un professionnel de santé.

1

## 2 Objectifs

Diminuer, chez les participants, la fréquence et la gravité des accidents et maladies liés aux facteurs de risques professionnels et personnels.

Permettre aux participants d'acquérir des savoirs et des savoir-faire leur permettant de mieux contrôler le risque et de participer activement à la démarche globale pluridisciplinaire de prévention.

**3 Intervenants** : kinésithérapeutes, formateurs PAMAL certifiés par Kiné France Prévention.



## 4 Présentation en CHSCT :

Objectifs, méthodologie, contenu et supports de l'action, réponses aux questions.

2

## 5 Réunion d'information :

présenter l'action aux salariés et les inciter à s'inscrire aux formations.



## 6 Visite préparatoire

Entretien avec les responsables des unités concernées, un responsable Ressources Humaines et le médecin du travail.

Visite des unités et des postes concernés, observation des locaux, des mobiliers et des équipements, analyse des postes et prises de vues.



## 7 Bilans individuels

Evaluation des antécédents, des attentes, des représentations, des facteurs de risques personnels, des capacités physiques, des savoir-faire...

3

## 8 Formation

3 ou 4 demi journées, par groupe de 6 à 12 volontaires

Les accidents du travail et maladies professionnelles dans le secteur tertiaire : causes, conséquences et prévention.

Description et fonctionnement des appareils locomoteur et visuel.

Réglages personnalisés du siège, de l'écran et du poste.

Éducation posturo-gestuelle : économiser son corps au travail et dans la vie quotidienne.

Mouvements d'échauffement, d'étirement, de respiration, de détente et de relaxation.

Propositions individuelles et collectives d'amélioration des situations à risque.

Objectifs personnels et collectifs de mise en application entre les séances et après la formation.

## 8 Restitution et suivi

Restitution de l'action aux responsables concernés.

Suivi à distance, bilans de contrôle, recyclages, formation de référents.



Kiné France Prévention regroupe 25 associations et 300 kinési-préventeurs qui ont à leur actif environ 200 commanditaires, dans tous les secteurs d'activité.

Fondé en 1993, KFP est représenté au sein de sociétés savantes et d'organismes de prévention. Il entretient des relations régulières avec les pouvoirs publics, les collectivités et les organismes sociaux.

KFP gère son propre centre de formation destiné à ses intervenants kinés.

Le Conseil Scientifique de KFP conduit des recherches et accrédite les intervenants.

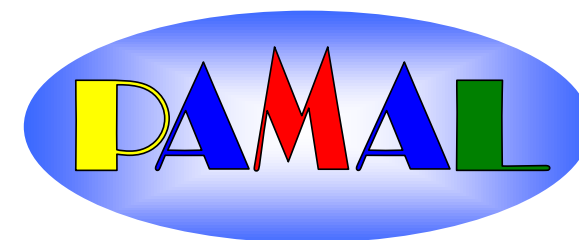
KFP organise des congrès nationaux ou sont diffusés les meilleurs outils et pratiques.



[www.kinefranceprevention.fr](http://www.kinefranceprevention.fr)



## Formation « Prévention des Accidents et Maladies de l'Appareil Locomoteur » Santé au bureau



Contexte.

Objectifs, intervenants et présentation de l'action.

Visites sur les postes et bilans individuels.

Formation et supports

Présentation de KFP

[contact@kinefranceprevention.fr](mailto:contact@kinefranceprevention.fr)

[www.kinefranceprevention.fr](http://www.kinefranceprevention.fr)