

HYGIENE ET SECURITE

Les gestes et postures dans les étages

<p>Objectifs opérationnels :</p> <p>A l'issue de la journée de formation, les employés d'étage des hôtels seront capables d'appliquer des gestes et postures favorables à une bonne santé, dans leurs activités professionnelles comme personnelles.</p> <p>Objectifs pédagogiques :</p> <p>Prendre conscience de l'importance de notre corps dans la vie quotidienne Comprendre le mécanisme de l'acquisition des réflexes Savoir pourquoi on a mal au dos Reconnaître les bonnes postures qui favorisent la musculation et épargnent les articulations Appliquer naturellement les gestes et postures dans son travail d'employé d'étages</p>	<p><u>Personnes concernées :</u> Tout le personnel des étages des hôtels.</p> <p>Pré requis : Aucun.</p>
<p>PROGRAMME</p>	<p>PEDAGOGIE</p> <p>Le Formateur</p> <p>Expérimenté en formation de personnels pour l'Hôtellerie –Restauration.</p> <p>Moyens et pédagogie</p>  <p>½ journée : activités de découverte : questions/réponses ; activités de démonstration : exposés, vidéos</p> <p>½ journée : activités applicatives dans une chambre.</p> <p><u>Intra entreprise France entière et International.</u></p> <p>Tarif inter par personne</p> <p style="text-align: center;">1 jour</p> <p style="text-align: center;">590 €</p> <p style="text-align: center;">Réf : HR157</p>
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Les conséquences positives et négatives des différentes postures sur le corps ➤ Les mécanismes psychiques des automatismes ➤ Notions d'anatomie, physiologie et pathologies de la colonne vertébrale et des muscles ➤ Identifier les causes de mal de dos et l'origine des douleurs ➤ Prendre conscience des gestes nocifs liés aux habitudes de travail ➤ Les différentes postures à appliquer dans son travail (pratique sur les postes de travail) ➤ Apprendre des techniques personnelles de prévention 	

Organisme de formation PROFORMALYS – Formation Hôtellerie Restauration