

## GESTES, POSTURES ET PETITE ENFANCE

### PUBLIC

Toutes les personnes travaillant auprès d'enfants de 0 à 3 ans.

### OBJECTIFS

- e Identifier les dangers et les risques liés à son activité professionnelle (aux gestes et postures auxquels sont confrontés les participants)
- e Connaître les principes de sécurité physique et d'économie d'effort
- e Adapter les principes de sécurité physique aux différentes situations de travail spécifiques au secteur de la petite enfance
- e Savoir aménager son environnement de travail et les situations de travail (table à langer, lit, repas,...)

### CONTENU

- e Danger, risque, dommage : comment les identifier ?
- e Les TMS : Quelques mots pour quelques maux (syndrome du canal carpien, tendinite du coude, sciatique, lombago,...)
- e Prise de conscience de la mobilité corporelle (exercices physiques)
- e Organiser les espaces de travail, réfléchir aux situations contraignantes et au rôle de l'organisation du travail
- e Réflexion sur la mise en œuvre des principes de sécurité physique lors de la manutention manuelle de charges, de postures à risque et des différentes situations de travail rencontrées par les participants
- e Porter un jeune enfant : adapter sa technique en fonction de l'âge et du tonus de l'enfant
- e Préserver son dos au quotidien : les assises, les plans de travail debout,...

### MÉTHODE PÉDAGOGIQUE

- e L'intervention alterne séquences pratiques et théoriques
- e La réflexion sur les situations de travail est participative et vise à la mutualisation d'expériences
- e L'acquisition des principes de sécurité physique se réalise d'abord avec un objet neutre puis, selon les possibilités, se poursuit sur le lieu de travail ou en simulation des situations réelles
- e Un fascicule récapitulatif est remis à chacun des participants

## GESTES, POSTURES ET PETITE ENFANCE

### DURÉE

La durée est de 2 jours : 1 journée + 1 journée un mois plus tard.  
La seconde journée est un temps de suivi sur les situations de travail.

### EFFECTIF

*e* Groupe de 10 à 12 participants maximum

### INTERVENANT

*e* La formation est encadrée par un kinésithérapeute-formateur, spécialiste de la prévention des problèmes de dos et des troubles musculosquelettiques en secteur Petite Enfance.