

Gestes et postures adaptés au personnel de restauration

Possibilité d'intervenir dans vos locaux sur ce thème, dates et conditions : nous consulter

1 jour, soit 7 heures

8h30 - 12h / 13h - 16h30

**Session intra-entreprise
& sur mesure**
Nous consulter

Opérateur de compétences

Thématique

- Santé sécurité

Action de formation

- Gestes et postures adaptés au personnel de restauration/hôtelier

Objectifs généraux

- Savoir 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 l'hôtellerie ou de la restauration et améliorer ses conditions de travail.

Objectifs pédagogiques

- Savoir 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 l'hôtellerie ou de la restauration et améliorer ses conditions de travail.

Contenus de la formation

Connaître les risques et TMS en restauration et hôtellerie

- Définir les risques : familles de risques, facteurs aggravants, signaux d'alerte.
- Connaître les conséquences liées aux accidents de travail et maladies professionnelles.
- Appliquer les principes de prévention des risques liés à l'activité physique et professionnelle.
- Aborder les points de réglementation.

Savoir se positionner pour des manutentions et gestes sûrs

- Aborder quelques notions d'anatomie et de psychologie.
- Connaître les postures de neutralité lombaire, transferts d'appuis, prises sécurisées et rapprochées.
- Positionner le corps pour une bonne manipulation.

Aménager et organiser le poste de travail

- Savoir organiser son poste de travail : hauteurs/portées, flux propres/sales.
- Se déplacer dans l'environnement de travail : cuisine/plonge, salle/bar.

Analyser des situations de travail et mises en situation

- Manipuler des bacs gastro, marmite et batterie de cuisine, cartons.
- Porter des plateaux, piles d'assiettes, charges lourdes type bonbonnes/fûts.
- Se déplacer avec des chariots, échelles de cuisine (pousser, tracter).
- Déplacer table et chaises, autre mobilier.
- Dresser une table (nappage...).

Bilan de la formation

- Discussion avec les participants sur les acquis de formation
- Remise d'un certificat de formation en fin de session

Gestes et postures adaptés au personnel de restauration

Modalités d'accès

Professionnels de l'Hôtellerie-Restauration.
Aucun prérequis.

Délai d'accès

Selon le calendrier prévisionnel.

Modalités d'inscription

Contact : fpc@cefppa.eu

En ligne sur **cefppa.eu**, en entrées et sorties permanentes

- **Pour les salariés de la branche**

Via le portail des actions de branche AKTO
espaceformation.akto.fr

- **Pour les TNS**

Via le **formulaire d'AGEFICE**

Coût

250€, prix net

Lieu

CEFPFA Adrien Zeller
4 rue Eugénie Brazier
67400 Illkirch-Graffenstaden

Accessibilité

Cette formation est accessible aux personnes en situation de handicap.

Méthodes pédagogiques

- Formation théorique alliant des analyses de documentation, des études de cas concrets, des mises en situation, des exposés et des échanges.
- Paperboard et tableau numérique, remise d'un livret pédagogique.
- Formation en présentiel.

Modalités d'évaluation

- Auto-évaluation des attentes et des compétences préalables à la formation.
- Evaluation en cours de formation par le formateur sous forme d'observations, de quizz et de questionnaires.
- Evaluation en fin de formation établie par le formateur et l'apprenant.

Taux de satisfaction

Disponible sur notre site www.cefppa.eu

