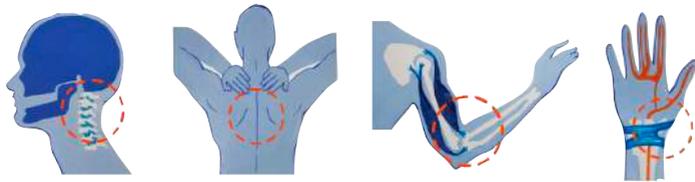


Qu'est-ce qu'un bon mouvement?

Il essaie de prendre en compte l'ensemble des fonctions corporelles.



Prendre en compte son bien-être au travail, c'est :

- Prévenir les troubles musculo-squelettiques.
- Le bonheur des salariés, la cohésion d'équipes.
- Une meilleure coordination.
- Diminuer les arrêts maladies, les accidents du travail.
- De meilleures habitudes au quotidien...

Ghislaine Bottero

Formatrice en entreprise (SNCF, L'Oréal et EDF), sa pratique sur le terrain et sa collaboration avec le milieu médical l'ont amenés à créer une méthode originale pour la gestion des gestes techniques au travail.

La Méthode Bottero® est une marque déposée à l'INPI (Institution national de la propriété industrielle) protégée sous le numéro n° 3751404, déposée le 5 juillet 2010.

Contact 06 07 10 84 99

ghislaine.bottero@gmail.com • www.methode-bottero.fr

Acquérir les bons réflexes et les bonnes postures

Ghislaine Bottero propose des formations sur mesure afin de prévenir les troubles musculo-squelettiques liés à l'activité physique au sein de la petite enfance.



Améliorer santé & sécurité au travail

La méthode Bottero®, le chemin vers le bon mouvement

L'addition de trois éléments

Activité réflexe

(réponse spontanée du corps)

+Activité motrice

(je décide de faire un mouvement)

+ Respiration

(nécessaire au bon mouvement)

= La méthode Bottero®

L'origine de troubles musculosquelettiques.

60% des accidents du travail (source : INRS), sont dus à la manutention, au portage des enfants, aux gestes répétitifs, aux postures au travail.

Leurs conséquences.

Les TMS affectent la santé, les capacités physiques et psychiques de chacun, l'absentéisme, la perte de motivation, augmentation des accidents, la surcharge de travail.

Limiter leurs impacts.

C'est mettre en place une démarche de prévention globale en intégrant les aspects organisationnels, humains et techniques.

Aménagements : espace poussette, casiers pour vêtements...

Supports pour placer l'enfant à hauteur d'adultes...

Espace dortoir : circulation libre entre les lits...



Une journée de formation

Réduire l'apparition des TMS au sein de la petite enfance.

Public :

groupe : à partir de 3 personnes.

(Toute personne désirant améliorer ses conditions de travail).

Durée :

Une demie journée ou plus à la demande.

Objectifs :

- Améliorer son activité au sein de l'entreprise.
- Identifier les facteurs à risques et leurs contraintes (horaire, bruit, matériel...).
- Prendre en compte l'organisation et les manipulations.

L'organisation : Répétitivité des gestes des tâches, durée.

L'échauffement à la prise de poste et les étirements à la fin de poste.

Les manipulations : Portage de l'enfant, habillage, déshabillage, change, couchage, levage (variation de poids), manipulation de lit, de matériel (postures contraignantes).

Pédagogie proposée :

- Pédagogie participative sur les postes de travail.
- Notions d'anatomie et de biomécanique appliquées aux situations réelles de travail tout au long de la formation.

Outils pédagogiques divers :

Vidéo, simulateur d'hernie discale, squelette...

Modalités d'évaluation de la formation

- Fiche individuelle et bilan de fin de formation.

