

Nouvelles sessions 2024

FORMATION INTER-ENTREPRISE : Le management du travail posté, de nuit ou des rythmes décalés au sein d'une organisation.

Pourquoi cette formation ? L'effet néfaste du travail de nuit sur la santé des salariés est solidement documenté. Divers rapports d'experts et d'études cliniques ont mis en avant les risques liés à l'exposition prolongée à ces horaires décalés, de nuit ou posté : troubles du sommeil, fatigue et baisse de vigilance, augmentation du risque de pathologies métabolique ou cardiovasculaire. Il est donc crucial que les entreprises considèrent les impératifs de protection de la santé et de la sécurité des travailleurs lorsque leur activité nécessite ces modes de travail.

Durée de la formation : 17 h
(3h sous format e-learning et 14h en présentiel).

Profils des stagiaires :

- Service Ressources humaines
- Service de santé au travail
- Direction industrielle ou logistique ou manager terrain
- Responsable des plannings

Prérequis : Aucun

Modalités pédagogiques : mixte formation présentielle et distancielle

Equipe pédagogique : formation animée par Charles de la Personne et Anthony Dubroc.

Docteurs en pharmacie, DIU le sommeil et sa pathologie, IPRP sur les rythmes de travail décalés et dirigeants de MySommeil, leader de l'accompagnement Travail posté, de nuit et décalés en entreprise depuis 2012.

Moyens pédagogiques et techniques :

- Module e-learning de préapprentissage
- Apport théorique
- Partage de cas pratiques et d'expérience
- Travail individuel et collectif avec restitution au groupe

Effectif maximal par session : 12



4 dates prévues en 2024 à Paris, Lyon, Marseille et Bordeaux

Tarif par stagiaire : 1350€ HT (pauses et déjeuners compris)

Dates et informations complémentaires :
cdelapersonne@dbvm.fr



Programme de la formation :

Acquérir les connaissances et compétences nécessaires au déploiement des mesures correctrices et de préventions utiles à votre organisation en travail de nuit, posté ou en rythme décalé.

- 1. Modules e-learning de mise en compétence sur un tronc commun**
 - a. Rôles et importance du sommeil
 - b. Sommeil et stress
 - c. Impacts et mesures d'adaptation du travail de nuit
 - d. Impacts et mesures d'adaptation liés au travail du matin
- 2. Introduction et tour de table**
 - a. Présentation des objectifs et du programme de la formation en présentiel
 - b. Tour de table de présentation des participants
- 3. Rappel du cadre légal lié au mode de travail atypique**
 - a. Définitions
 - b. Textes et cadre légal encadrant le travail de nuit et posté
- 4. Compréhension des mécanismes physiologiques**
 - a. Comprendre le fonctionnement physiologique des rythmes postés et de nuit
 - b. Impacts sur la santé : les effets du travail posté et nuit sur les organismes
 - c. Impacts sur la vigilance : les effets du travail posté et nuit sur le risque d'accident
- 5. Les facteurs d'adaptation au travail de nuit, posté ou décalés**
 - a. Le facteur chronobiologique
 - b. Le facteur sommeil
 - c. Le facteur personnel
- 6. Les mesures de prévention à mettre en place dans les entreprises**
 - a. Les recommandations médicales liées à ces modes de travail
 - b. Les mesures de prévention primaires
 - c. Les mesures de prévention secondaire
 - d. Les principales mesures d'adaptation des salariés
- 7. Rappel de la journée 1 : Synthèse des points clés**
- 8. Partage d'expérience des process et méthodes MySommeil d'analyse et d'accompagnement**
 - a. Nos règles d'accompagnement
 - b. Partage d'un cas 1 d'analyse d'un rythme posté / de nuit
 - c. Partage d'un cas 2 d'analyse d'un rythme posté / de nuit
 - d. Les freins et leviers d'accompagnement dans la mise en place des actions
- 9. Mise en pratique et travail en groupe sur la mise en place d'un plan d'action**
 - a. Présentation des cas issus des problématiques apportées par les stagiaires
 - b. Préparation du plan d'action
 - c. Présentation au groupe et échange
- 10. Évaluation des acquis de la formation**
 - a. Quiz d'évaluation des acquis de la formation
 - b. Remise de la certification "MySommeil"
- 11. Conclusion de la formation**
 - a. Tour de table
 - b. Évaluation de la formation

