

PROGRAMME DE FORMATION NOVADONE

1. Prérequis

Pour l'entreprise :

- Salle permettant d'accueillir jusqu'à 8 salariés assis, avec la possibilité d'utiliser un vidéoprojecteur sur un mur d'une taille suffisante.

Pour le salarié :

- Langue parlée et lue : Français.
- Diplômes nécessaires : Aucun.
- Dispositions de base en informatique pour appréhender les supports numériques envoyés (mailing).

2. Formation journée Mouvements et Postures - Travail sur écran

Matinée :

- 9h-9h05 : Présentation de Novadone et des objectifs de la formation.
- 9h05-9h15 : Évaluation des connaissances globales sur l'activité physique, la posture, le stress.
- 9h15-9h30 : Partie théorique sur la posture
- 9h30- 9h45 : L'activité physique (intégration notion de MCP)
- 9h45-10h15 : Problématique lié à votre métier (en rapport avec le bilan ergonomique fait préalablement)
- 10h15- 10h30 : Problématiques liées au télétravail
- 10h30 -10h45 : Partie théorique sur le stress
- 10h45-11h : Pause
- 11h00-12h10 : Pratique et mise en situation
- 12h10-12h15 : Synthèse.
- 12h15-12h25 : évaluation des connaissances post formation
- 12h25-12h30 : Temps accordé aux questions.

Pause déjeuner de 12h30 à 13h30.

Après-midi :

- Intervention ergonomique personnalisée de 20 min par personne.

Pour un suivi optimal permettant une meilleure assimilation de la formation, Novadone propose à vos salariés un entretien personnel en visio-conférence 3 mois après la formation. L'objectif sera de faire le point sur les contraintes rencontrées et permettre une mise en place facilitée de l'ensemble des sujets abordés durant la formation.

3. Objectifs de la formation

Le stagiaire pourra, à l'issue de la formation :

- Analyser les problématiques physiques imposées par son travail et les adapter afin de prévenir les TMS (Troubles Musculo-Squelettiques).
- Auto-évaluer la qualité de ses postures et attitudes physiques à l'aide d'indicateurs précis reportés dans une grille d'évaluation.
- Adapter, optimiser et sécuriser son environnement de travail afin de réduire les risques de TMS.
- Appréhender au mieux l'utilisation du matériel mis à sa disposition.
- Adopter différentes postures dans la journée compatibles avec une efficacité au travail optimale.
- Sensibiliser aux recommandations concernant la gestion du stress.

4. Durée de la formation

La journée de formation "Formation Mouvement et Postures - travail sur écran ½ journée" se déroule durant 3 heures 30 de 9h à 12h30.

Une pause est prévue à de 10h45 à 11h.

Une intervention personnalisée par salarié se déroule l'après-midi de 13h30 à 17h.

5. Modalité et délais d'accès

Capacité d'accueil maximale de 8 personnes lors de la journée formation.

La formation devra comprendre au minimum 4 salariés.

La journée de formation se déroule en un jour ou en deux demi-journées réparties.

Format d'accès :

Définition d'une date suite à la demande du client, dans un délai de deux mois.

6. Contacts

Responsable handicap : ULLMO Julien, Co-Fondateur,
06 36 20 82 00 julien@novadone.fr

Responsable administratif : TOUATI Nicolas, Co-Fondateur,
06 94 72 68 97 nicolas@novadone.fr

Responsable formations : LOIR Raphaël, Co-Fondateur,
06 33 94 18 75 raphael@novadone.fr

Lieu de formation : entreprise cliente, en présentiel.

7. Méthodes mobilisées

Les outils utilisés seront :

- Des outils informatiques de présentation type PPT.
- Des questionnaires interactifs en rapport avec la formation.
- Un support théorique des connaissances acquises sous forme de livret.
- Une grille d'auto-évaluation individuelle.
- Un système de mailing post-formation pour mobiliser les connaissances à distance des interventions.

8. Modalités d'évaluation

- Au cours de la formation, le stagiaire signera une feuille de présence par demi-journée de formation en présentiel, donnant lieu à une attestation de présence.
- Des tests de connaissances seront réalisés dans la journée par thématique, sous forme de quizz pour sensibiliser le stagiaire à chaque sujet abordé.
- À l'issue de la partie théorique, le stagiaire se verra distribuer un livret de synthèse des connaissances et d'auto-évaluation.

3 mois après, un point personnalisé en visioconférence sera effectué afin de constater les améliorations et faire face aux éventuelles difficultés rencontrées.

- L'envoi post formation (dans un délai de 4 mois maximum), de cette même grille permettra d'observer un effet potentiel de la formation sur le stagiaire.
- À l'issue de la formation, le stagiaire devra tester les connaissances acquises lors du séminaire, au moyen d'un QCM final.

9. Accessibilité aux personnes handicapées

Contacts de référence : 0 800 360 360 permettant d'entrer en relation avec des acteurs impliqués dans l'accompagnement de personnes handicapées à proximité :

Cette formation est accessible à toutes les personnes handicapées il reste préférable de contacter l'entreprise afin de déterminer la prise en charge la plus adaptée.

- CDR
- AGEFIPH (contacter les organismes)

10. Indicateurs de résultats

Diffusion des résultats sous forme chiffrée par Novadone :

- Taux de satisfaction de la formation.

Au sein de l'entreprise cliente :

- Pourcentage d'arrêts maladies l'année suivante en rapport avec les TMS en comparaison de l'année précédente.