



Délégation régionale  
Pays de la Loire



## Techniques de nettoyage et postures adaptées

<b>RESPONSABLE CNFPT DU STAGE</b>	Franck PETITEAU	<b>DURÉE</b>	2 + 1 jours
<b>CORRESPONDANTES CDG</b>	<b>Stéphanie BARBEAU / Géraldine LEVIER</b>		
<b>HORAIRES</b>	<b><u>Horaires</u> : 9h00 – 17h00</b>		
<b>PUBLIC</b>	<b>Agents d'entretien.</b>		
<b>OBJECTIFS</b>	<p>Maitriser les bases de la maintenance et de l'hygiène des locaux Mettre en œuvre dans de bonnes conditions de sécurité, les mesures préventives nécessaires à la protection des agents et de l'environnement liées à l'utilisation et au stockage des produits d'entretien. Réduire et maîtriser les risques d'apparition de maladies professionnelles Faire acquérir aux stagiaires une compétence gestuelle maximale dans la manutention de charges inertes Étudier et appliquer concrètement les principes d'économie sur les postes de travail Améliorer les conditions de travail sur chaque poste</p>		
<b>CONTENU</b>	<p><b><u>1<sup>er</sup> jour</u></b> <b><u>Matinée :</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>➤ accueil des stagiaires</li><li>➤ évaluation orale des connaissances (existants et expériences)</li><li>➤ recensement des besoins et appréciation du poste de travail</li><li>➤ notion de professionnalisme</li><li>➤ notions d'hygiène en fonction des spécialités des locaux</li><li>➤ le nettoyage, pourquoi ?</li><li>➤ les différentes salissures, dont les micro-organismes</li><li>➤ notion de maintenance des sols et les différents types de nettoyage (entretien courant, ravivage, remise en état)</li></ul> <p><b><u>Après-midi :</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>➤ PRINCIPES GENERAUX DE MANUTENTION : Démonstration du geste type en manutention de charge. Principes d'économie d'effort. Principes de sécurité physique. Démonstration et manipulation aux gestes types<ul style="list-style-type: none"><li>▪ ergonomie et manipulation produits</li><li>▪ ergonomie et lessivage des surfaces</li><li>▪ ergonomie et manipulation des balais</li><li>▪ ergonomie et manipulation du chariot</li><li>▪ ergonomie et manipulation dans le local</li></ul></li></ul>		

<b>CONTENU suite</b>	<p><b><u>2ème jour</u></b></p> <p><b><u>Matinée :</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ rappel de la législation <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ code du travail, code pénal</li> </ul> </li> <li>➤ l'accident, l'accident du travail, la prévention</li> <li>➤ Éléments statistiques</li> <li>➤ Analyse du poste de travail. <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Évaluation des situations.</li> <li>▪ Écoute des remarques des opérateurs.</li> <li>▪ Prise de conscience de la position de travail.</li> </ul> </li> <li>➤ PRISE EN CONSCIENCE DU SCHEMA CORPOREL : <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Notions d'anatomie.</li> <li>▪ Physiologie et biomécanique du rachis.</li> <li>▪ Apprentissage du verrouillage lombaire.</li> <li>▪ Apprentissage des postures invariantes.</li> </ul> </li> </ul> <p><b><u>Après-midi :</u></b></p> <p>Démonstration et manipulation aux gestes types</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ ergonomie et manipulation de la monobrosse</li> <li>▪ ergonomie et manipulation de l'autolaveuse</li> <li>▪ ergonomie et manipulation des déchets</li> </ul> <p>Synthèse et projection : comment changer son poste de travail</p> <p><b><u>3ème jour</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Synthèse des journées précédentes et retours d'expérience.</li> <li>➤ Entraînement aux gestes types ouverture,</li> <li>➤ ergonomie et manipulation des déchets sous forme de petits ateliers de 3 personnes <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ ergonomie et manipulation produits</li> <li>▪ ergonomie et travaux en hauteur (dépoussiérage et lavage des vitres)</li> <li>▪ ergonomie et essuyage humide</li> <li>▪ ergonomie et balayage humide</li> <li>▪ ergonomie et aspiration</li> <li>▪ ergonomie et lavage manuel</li> <li>▪ ergonomie et manipulation de la monobrosse</li> <li>▪ ergonomie et manipulation de l'autolaveuse et/ou rotocleaner</li> </ul> </li> <li>➤ Bilan et synthèse</li> </ul>
--------------------------	--

<b>MODALITES D'ÉVALUATION</b>	Evaluation à chaud + bilan de la formation dématérialisé via notre site APPLICREA
-----------------------------------	---

<b>PRECISIONS LIEES AU DEROULEMENT</b>	Merci d'apporter votre tenue de travail
--	---