



Echauffement avant prise de poste

Lundi 10 décembre 2012

Actualités

Santé

Les salariés du Centre Hospitalier de St Denis font de l'activité physique de bon matin !



10 minutes d'éveil musculaire avant leur prise de poste pour éviter les blessures liées aux manipulations à froid

En octobre dernier, le CH St Denis a initié un programme pilote d'échauffement pour les Aides soignantes du service Geriatrie du CH St Denis. Le métier d'Aide Soignante est particulièrement physique et accidentogène.

Objectif ? Diminuer les accidents du travail liés aux manipulations à froid et prévenir l'apparition des troubles musculo-squelettiques (TMS).

Pour la mise en œuvre, le CH St Denis a fait appel à PANAKEIA, société de services spécialisée dans la prévention santé par l'activité physique.

"Le fait d'échauffer articulations, muscles et tendons, limite considérablement les blessures à froid et l'apparition des TMS liés aux mouvements répétitifs" précise Laurent Tarin, président de Panakeia.

Si ce projet pilote est concluant, l'objectif est de généraliser cet éveil musculaire à l'ensemble des salariés du CH St Denis en formant des référents en interne qui prendront le relais des intervenants Panakeia sur l'animation des séances d'échauffement.

Pour obtenir plus d'informations : www.panakeia.fr