

Travail de nuit, travail posté : répercussions sur la santé

Ref : 2019-QV0016

Durée : 2 jours

Objectifs

Connaître la législation

Evaluer les conséquences physiologiques et psychologiques

Elaborer des pistes d'amélioration

Public

Tout personnel

Contenu de la formation

- Législation :
 - le travail de nuit
 - le travail posté
- L'horloge interne et les rythmes de vie.
 - rythmes biologiques
 - rythmes professionnels
 - rythmes sociaux et familiaux
- Les conséquences physiques et psychologiques:
 - troubles de l'alimentation
 - troubles du sommeil
 - troubles de la vigilance
 - troubles du caractère
- Les incidences sur le travail
- Prévention et axes d'amélioration

Méthodes pédagogiques

- Apports théoriques
- Études de cas
- Analyse des pratiques

Intervenants

Psychologue, consultant spécialisé.

Coût

Nous contacter