



MISE À DISPOSITION

# Travail de nuit / travail posté : sensibilisation aux risques

Conditions de travail

Horaires atypiques

Sommeil

Santé

CODE PRODUIT

A26

## Thématique

Sensibilisation aux risques liés au travail posté ou de nuit.

Démarche multidisciplinaire.

## Objectifs

Sensibilisation de la ligne hiérarchique et/ou des travailleurs aux risques liés au travail à horaire irrégulier en milieu industriel ou autre

## Programme

**Prise de contact** : avec le conseiller en prévention interne afin de cibler la demande précise de l'entreprise et l'organisation des horaires de travail au sein de celle-ci.

**Durée** : entre 2 et 4 heures. Privilégier un ou des groupes de 15 à 20 participants maximum.

**Matériel nécessaire** : un local adapté au nombre de participants où le formateur peut faire une présentation (présence d'un projecteur et d'un écran nécessaire).

Contenu de la formation :

information aux travailleurs à l'aide d'une présentation comportant les aspects suivants :

- Définitions et importance du « travail à horaire irrégulier » en Belgique.
- Fonctionnement du corps (jour et nuit) et rythmes du sommeil.
- Effets sur la santé liés à ces horaires atypiques : troubles du sommeil, maladies diverses...
  
- Législation.
  
- Mesures possibles de réduction des risques pour la santé.
  
- Surveillance de santé.

Les informations seront développées en fonction de la demande de l'entreprise. Dans tous les cas, l'adaptation finale de cette formation requiert la collaboration du conseiller en prévention interne et du conseiller en prévention-médecin du travail qui se charge de cette information auprès des travailleurs.

## **Méthode**

Formation participative à l'aide d'une présentation PowerPoint.

## **Public**

Employeur, membres de la ligne hiérarchique, travailleurs occupant un poste de travail posté ou de nuit.