

SEMAINE DE SANTÉ-SÉCURITÉ : VOICI LES 4 ACTIVITÉS LES PLUS DEMANDÉES

Le mois d'août est souvent celui où les préparatifs pour la semaine (ou la journée) de santé-sécurité au travail débutent. Les gens sont souvent à la recherche d'activités intéressantes qui pourront amener des changements à moyen et long terme.

Pour obtenir une participation active, une règle majeure s'impose : les activités doivent être interactives. Ne croyez pas que le simple fait de distribuer des dépliants sur un sujet aura un effet considérable à lui seul.

Voici donc quelques activités interactives très appréciées !



Notre système d'évaluation de la condition physique permet d'évaluer plus de 100 personnes par jour à compter de 14\$/personne !

VOICI QUELQUES IDÉES POUR VOS ACTIVITÉS SST

CE MOIS-CI...

Condition physique p.1

**Ergonomie, stress
et nutrition** p.2

**Promotion
août 08 !** p.3

1) ÉVALUATIONS DE LA CONDITION PHYSIQUE

Les évaluations de la condition physique ont l'avantage d'intéresser un grand pourcentage des employés. De plus, comme nos intervenants peuvent effectuer les recommandations selon les résultats (même préparer des programmes d'exercices pour la maison), plusieurs personnes effectuent des changements réels à leurs habitudes. Pour stimuler davantage les gens, une réévaluation prévue est toujours un gros plus !

AVANTAGE PRINCIPAL :
Permet d'évaluer plus de 100 personnes par jour.

OBJECTIF PRINCIPAL :
Sensibiliser les participants sur leurs habitudes de vie et effectuer des recommandations.

Il est également possible d'ajouter une foule de tests selon vos besoins. Par exemple, des tests sanguins, de capacité pulmonaire, etc.

Pourquoi ne pas agrémenter l'activité avec la remise d'un podomètre et de notre programme de marche pour tous les participants.

2) ERGONOMIE ET MANUTENTION

Le volet «ergonomie» peut s'effectuer de manière plus formelle par des analyses des postes de travail plus problématiques. Cependant, une activité de plus en plus populaire est d'avoir un **ergonome ou un kinésologue qui fait une tournée de l'entreprise** et qui répond aux questions des gens en plus de prodiguer des conseils pour réduire les inconforts au travail. Ces conseils peuvent toucher tant le travail que les exercices adaptés selon les douleurs de l'individu.

Pour ce qui est de la manutention de charges, les participants auront droit à une portion de théorie sur les bases de la prévention des blessures lors des tâches physiques. Par la suite, la **partie pratique avec des activités interactives** permet de s'assurer que les gens ont bien assimilé les connaissances. Ce que les gens apprécient le plus de cette activité est la quantité de trucs qui sont applicables dans la situation réelle de travail et aussi dans la vie quotidienne.

AVANTAGE PRINCIPAL : Formation théorique et pratique adaptée aux situations réelles du milieu de travail.

OBJECTIF PRINCIPAL : Diminuer la fréquence des troubles musculo-squelettiques dans l'entreprise.



3) STRESS ET MASSOTHÉRAPIE

L'atelier de gestion du stress permet d'**expérimenter** des stratégies simples et rapides de gestion du stress. Avec une courte portion théorique en début de séance, les participants peuvent mieux comprendre le stress en plus d'apprendre des trucs efficaces pour y faire face.

La massothérapie a plusieurs effets bénéfiques tant au niveau physique que psychologique. Dans les milieux de travail, le **massage sur chaise** est le plus pratique car il est énergisant et plus d'être rapide et de s'effectuer par-dessus les vêtements. Évidemment, c'est aussi un bon moyen de démontrer sa reconnaissance envers le personnel.



AVANTAGE PRINCIPAL : Activité extrêmement appréciée des employés.

OBJECTIF PRINCIPAL : Démontrer sa reconnaissance envers le travail accompli par les employés et enseignement de trucs concrets.

4) NUTRITION

En plus de divulguer une foule d'informations pertinentes, la(le) nutritionniste peut faire goûter une foule d'aliments bons pour la santé mais souvent méconnus. Suite à de brefs questionnaires, les participants auront immédiatement droit à des recommandations sur leur alimentation. Choisissez votre thème !



AVANTAGE PRINCIPAL : Sujet qui touche la grande majorité des gens.

OBJECTIF PRINCIPAL : Améliorer les connaissances et les habitudes alimentaires des participants.

CONCLUSION

Bonne chance pour votre organisation de vos prochains événements en santé-sécurité au travail. Si vous avez besoin d'un coup de main, ISO-SANTÉ se fera un plaisir de vous aider !

PROMOTION AOÛT 2008*

UN MINIMUM DE 100\$ DE PRIX DE PARTICIPATION GRATUIT

Contactez-nous au 1-888-572-1190 pour planifier une activité efficace et interactive et ISO-SANTÉ s'occupera sans frais de vous fournir des prix de participation pour une valeur de 100\$ ou plus.

De plus, en réservant au mois d'août, vous profiterez d'un plus grand choix de dates disponibles pour l'automne prochain.



* Offre valable sur nouvelles soumissions seulement. La promotion est valable pour toutes les soumissions demandées au mois d'août 2008 et dont la réalisation du mandat débute avant le 31 janvier 2009. Tous les prix excluent les taxes applicables

ISO-SANTÉ
EST FORMATEUR
ACCREDITÉ
PAR EMPLOI-QUÉBEC

Produit par l'équipe de  pour entreprises

POUR NOUS REJOINDRE

MONTREAL ET AILLEURS AU QUÉBEC
1-888-572-1190

ESTRIE
819-572-1190

COURRIEL : isosante@isosante.com