



## REUNION D'INFORMATION COLLECTIVE

### ORGANISER LES ROTATIONS D'EQUIPE EN HORAIRES POSTES

Vos salariés travaillent en 2x8, 3x8, 4x8 ou de nuit, parfois depuis plusieurs années.  
Vous constatez pour certains quelques difficultés à gérer le sommeil, une fatigue chronique, des troubles digestifs, du stress ?  
Vous vous posez des questions concernant l'impact des rythmes de travail sur les rythmes de sommeil et de vie?  
Vous souhaitez de l'information pour mieux comprendre, mieux organiser le travail ?  
Vous souhaitez échanger avec d'autres décideurs sur ces problématiques ?

Public : Chef d'entreprise, Responsable RH, Manager, Responsable sécurité, Représentant du personnel, salarié désigné compétent en santé-sécurité au travail

#### PROGRAMME

Comprendre le fonctionnement du sommeil

Connaitre les causes et conséquences habituelles d'une altération du sommeil

Organiser le travail : les recommandations actuelles (rotations, régularité des rythmes,...)

Définir les conseils de prévention pour les travailleurs postés

*Réunion animée par l'Ingénieur prévention de l'AIST 21*



**Places limitées**

→ **Inscription obligatoire sur [www.aist21.com](http://www.aist21.com)**

Rubrique "Formations" / "Réunions d'information collectives"

→ **Pour toute information** : Carole CELERIER - [c.celerier@aist21.com](mailto:c.celerier@aist21.com) - 03 45 83 26 08