



L'équilibre au travail



Le bien-être de la personne dans l'exercice de sa fonction est au centre de la notion d'équilibre au travail. Ce «bien-être» est un objectif favorable tant pour l'employeur que pour l'employé. Cela s'acquiert par la connaissance des gestes et des mouvements qui respectent la physiologie du corps humain et soutiennent la biomécanique corporelle. En bref, il s'agit de trouver un équilibre par la conscientisation de son propre corps et ses mécanismes.

Prévention des TMS



Les TMS (troubles musculo-squelettique) se caractérisent par diverses affections inflammatoires et/ou dégénératives des muscles, des tendons, des articulations et des nerfs. Ces maladies dites professionnelles apparaissent en raison d'une mauvaise gestion du corps dans les tâches quotidiennes et les postures qu'elles induisent.

L'offre «Pro-équilibre»



Nous proposons à nos partenaires des solutions adaptées, durables et spécifiques à chaque entreprise. Une dynamique qui s'inscrit dans l'autonomisation des équipes de travail et dans une intervention précoce en faveur d'une employabilité sur le long terme.

L'offre «Pro-équilibre» c'est :

- *l'analyse et l'identification des besoins*
- *la formation et l'accompagnement individuel et en groupe*
- *l'évaluation intermédiaire*
- *le renforcement des acquis et les interventions spécifiques*
- *le rapport final et la validation*

Action & Equilibre Sarl

27 rue Prévost-Martin
1205 Genève
078 911 93 43
info@actionequilibre.ch