

## Département santé, travail et environnement

BIOPÔLE • Secteur Croisettes  
Bâtiment SC-B – 2<sup>ème</sup> étage  
Rte de la Corniche 2  
1066 Epalinges  
T: 021 314 74 21

## Travail de nuit et horaires irréguliers : comprendre les impacts sur la santé et mettre en place des mesures concrètes de prévention

### DATE

VENDREDI 10 MARS 2023  
08H30 – 12H30

### LIEU

Unisanté, Département santé, travail  
et environnement,  
Rte de la Corniche 2, 1066 Epalinges

De nombreuses études montrent que le travail de nuit n'est pas sans conséquence sur la santé des individus (troubles alimentaires, stress, problèmes cardiovasculaires). Sa mise en place est réglementée et doit être accompagnée de mesures de prévention pour les collaborateurs.

Quelles sont les obligations de l'entreprise ? Comment prévenir la survenue d'accidents ou maladies en lien avec le travail de nuit ? Quels sont les meilleurs horaires ou rotations à planifier ?

Ce module de formation pratique et interactif vous permettra de mieux comprendre les enjeux légaux et de santé des horaires atypiques et de mettre en place des mesures concrètes de prévention, afin de maintenir vos travailleurs en emploi.

### OBJECTIFS DE LA FORMATION

- Connaître le cadre réglementaire autour du travail de nuit et des horaires atypiques
- Comprendre les effets sur la santé
- Comprendre le fonctionnement des principaux rythmes biologiques et les règles d'hygiène du sommeil
- Connaître les mesures de prévention possibles à mettre en place

### PROGRAMME

08H30 – 10H00 **Sommeil – physiologie et chronobiologie**

10H20 – 12H20 **Travail de nuit et en équipes - cadre légal, impact sur la santé et boîte à outils**

### INTERVENANTS

- **Dr. Med Victor Dorribo**, médecin du travail, Unisanté
- **Mme Anouck Luini Macchi**, spécialiste en promotion de la santé, Unisanté

### INFORMATION & INSCRIPTION

Les inscriptions se font au moyen du formulaire en ligne.

### RECONNAISSANCE

4 crédits de formation SSMT  
4 crédits de formation SSHT

### TARIF

CHF 350.– HT

### PUBLIC CIBLE

Cadres, responsables d'équipe ou des ressources humaines, et toute personne impliquée dans la santé et sécurité sur le lieu de travail.

La formation est prodiguée dès 10 inscriptions.  
Le nombre maximum de participants est 20.

