

Gestes et postures - 1 jour

Format :

Présentiel

Durée :

1 jour / 7 h

Référence :

SEC-GES-0115

Type de formation :

Formation qualifiante

Public :

Toute personne pour laquelle la présence au poste de travail génère des contraintes gestuelles et nécessite la mise en action de certains groupes musculaires, que l'activité soit à dominante dynamique ou statique.

Personnes en situation de handicap :

Vous êtes en situation de handicap et vous souhaitez faire une formation ?

Merci de bien vouloir nous contacter en amont afin d'étudier ensemble vos besoins et les solutions les plus adaptées.

Objectifs de développement des compétences :

Permettre au stagiaire de devenir acteur de la prévention de l'entreprise et par là même, d'être acteur de sa prévention.

Repérer dans son travail les situations susceptibles, soit de nuire à sa santé, soit d'entraîner des efforts inutiles ou excessifs.

Savoir réaliser le bon geste lors des situations de travail.

Résultats attendus de la formation :

Appréhender les gestes et postures fondamentaux et intégrer les gestes spécifiques à son métier.

Diminuer les risques d'accidents et de maladies professionnelles liés aux activités physiques.

Participer à l'amélioration des conditions du travail.

Eviter et prévenir les TMS (Troubles Musculo Squelettiques).

Pré-requis :

Aucun pré-requis nécessaire.

Compétences et méthodes pédagogiques :

Les prestations de formation sont assurées par des formateurs professionnels qui utilisent des moyens pédagogiques adaptés.

Dans le cadre de session intra entreprise, possibilité de travailler sur vos projets afin de répondre à vos besoins spécifiques.

Supports de cours pédagogiques imprimés et/ou numérisés.

Répartition du temps (environ) :

Théorique 45%, Pratique 55%

Modalités d'évaluation :

Questionnaire d'auto-positionnement:

Un questionnaire d'auto-positionnement est adressé aux stagiaires en amont de la formation afin de l'adapter aux besoins et attentes des participants.

Évaluation à chaud par le biais de travaux pratiques.

Moyens techniques et pédagogiques :

Salle(s) de cours équipée(s) des moyens audiovisuels avec le matériel adapté à la formation (si besoin, ordinateur par stagiaire).

Modalité et délai d'accès à la formation :

Toutes nos formations sont réalisées à la demande et en fonction des souhaits de nos clients.

Nous pouvons également réaliser des formations sur-mesure à partir de programmes existants ou en construisant un programme spécifique à partir de vos objectifs.

Merci donc de bien vouloir nous contacter par courriel ou par téléphone afin de définir ensemble les dates et modalités de formation souhaitées.

Tarif :

Nous contacter pour devis personnalisés.

Programme de la formation

1. Etre capable de comprendre l'importance des atteintes à la santé liées à l'activité physique professionnelle

Qu'est-ce qu'un accident du travail

Qu'est-ce qu'une maladie professionnelle

Quelle est l'importance des AT et des MP liées à l'activité physique

Quels sont les préjudices humains et économiques pour l'entreprise et son personnel

2. Etre capable de comprendre les dommages potentiels liés à l'activité physique grâce à ses connaissances sur le fonctionnement du corps humain

Comment fonctionne notre appareil locomoteur

Quelles sont les atteintes possibles de l'appareil locomoteur et leurs conséquences sur la santé

Quels sont les différents facteurs de risques

3. Limiter les risques liés à la manutention manuelle occasionnelle

Appliquer les principes de base de sécurité physique et d'économie d'effort

Nous contacter :

Dominique Odillard : 05 24 61 30 79

Version mise à jour le 19/09/2021