



Formation **Gestes et Postures**



Pré-requis :

Aucun

Durée :

De 3h à 7h suivant la demande

Nombres

Groupe de 12 personnes maximums

Tarifs

A partir de 90€ / personne

Inscription

Par mail à

jessica.poncet@yahoo.com ou
par téléphone au 0677160509.

Un délai d'une semaine est
nécessaire pour la mise en
oeuvre de la formation

Handicap

Merci de contacter notre référent
au 0677160509 afin de
déterminer les adaptations
nécessaires.

Objectifs

La formation gestes et postures permet de cerner les conséquences des accidents et maladies liés à la manutention manuelle de charge, d'appréhender le fonctionnement et les limites et l'appareil locomoteur et de mettre en oeuvre les principes de sécurité physique et d'économie d'effort. La formation permet de satisfaire aux obligations du Code du Travail (R4541 art.7 et 8)

Programme

- Sensibilisation aux risques d'accident par manutention
- Statistiques des accidents du travail et maladie professionnelles du à la manutention
- Les TMS « Troubles Musculo-Squelettique » et état des lieux des pathologies en France.
- Notions d'anatomie et pathologie du travail
- Etudes des postes de travail : spécifique à l'activité concernée
- Etudes de postes : position et manutention
- Les principes d'économie d'effort et de sécurité physique
- Entraînement aux gestes corrects et postures à adopter sur les postes de travail.

Evaluation

- Evaluation en continue
- Via questionnaire sur les connaissances
- Via un quizz en fin de session
- Via un apprentissage des gestes à adopter sur les postes de travail

Méthodes pédagogique

Apports théoriques. Méthodes adaptées aux groupes et à la formation : action explicative, démonstrative, interrogative.... Ateliers d'apprentissage sur les postes de travail.

Matériel pédagogiques

- Supports vidéo
- Colonne vertébrale
- Vertèbres avec disque intervertébrale.

Modalités de la validation

A l'issue de la formation, les stagiaires ayant satisfaits aux évaluations théoriques et pratiques recevront une attestation de formation.