Formation pratique aux gestes et postures du travail

GESTEPOST

Art. 4541-8 du Code du Travail

Présentiel - Synchrone

Objectifs

Adopter les bons gestes et postures au poste de travail

Public Visé

Toute personne amenée à effectuer des manutentions manuelles : soulever, porter, manipuler, déplacer des charges.

Pré Requis

Savoir communiquer en français

Objectifs pédagogiques et d'évaluation

Repérer les situations susceptibles de nuire à l'intégrité physique des personnes ou d'entraîner des efforts inutiles ou excessifs.
Adopter et appliquer les principes de base de sécurité physique et d'économie d'efforts sur son poste de travail en fonction de la situation.
Porter un regard critique sur les situations de travail du point de vue de l'applicabilité des principes de base et des améliorations éventuelles à apporter au poste.
Faire remonter les informations lorsque les modifications envisageables sur les postes de travail ne sont pas du ressort des participants
Evaluation qualitative et quantitative effectuée par les participants en fin de formation.

Méthodes pédagogiques

- Alternance d'apports théoriques et d'exercices pratiques de manutention
- Exercices pratiques sur poste de travail & actions correctives.
- Evaluation qualitative et quantitative effectuée par les participants en fin de formation.

Parcours pédagogique

Introduction
- Les statistiques : Problème de la prévention des risques liés à l'activité physique (manutentions, manipulations….
- L'accident du travail, la maladie professionnelle.
- Analyse de cas d'accidents rencontrés.
- Anatomie et Physiologie du corps humain : Les gestes à risques osseux, musculaires, articulaires… (dos rond, torsion en charge, gestes répétitifs, TMS, colonne vertébrale…).

La prévention des risques
- Les principes de sécurité physique et d'économie d'efforts : Application au port des différentes charges rencontrées par les participants.
- Les principes généraux de prévention liés à la manutention manuelle.
- Les différents postes de travail : assis, debout, les postes de manutention, les conducteurs d'engins.
- Conduite à tenir face aux manipulations spécifiques (produits dangereux.).

Notion d'ergonomie :
- Observer les postes de travail : des solutions techniques, organisationnelles& humaines…
- Les normes de conception des postes de travail liées au port de charges (réglementation, limitation des charges …).
- Le nombre de manutentions manuelles réalisées.
- L'application des principes de prévention.

La mise en pratique des principes de sécurité physique et d'économie d'effort
- Techniques gestuelles de manutentions manuelles
- Exercices pratiques de manutentions sur des charges rencontrées dans l'entreprise, exercices de compensation et d'entretien.

Actions correctives directement menées sur le poste de travail :
- Les gestes à risques.
- La faisabilité de la mise en pratique des principes de sécurité physique et d'économie d'efforts.
- Le nombre de manutentions ou de manipulations.
- Propositions d'Axes d'améliorations.

Qualification Intervenant·e·s

Moniteur PRAP formé INRS

Méthodes et modalités d'évaluation

Alternance d'apports théoriques et d'exercices pratiques de manutention
Exercices pratiques sur poste de travail& actions correctives.
Evaluation qualitative et quantitative effectuée par les participants en fin de formation.

Modalités d'accessibilité handicap

Nathalie Ripoll : nathalie@accoformation.com

Durée

7.00 Heures **1** Jour

Effectif

De 3 à 10 Personnes

Tarifs

Inter (Par personne) : **320.00 € HT**

Contactez-nous !

Sabine ACCO
Présidente SAS
Tél. : 0468250084
Mail : sabine@accoformation.com