

Formation à la sensibilisation aux Gestes et Postures - 7 H^{SGP}

Prévention, santé, performance : une journée de formation gestes et postures pour adopter les bons réflexes sur chaque poste de travail.

Présentiel - Synchron

Objectifs

La prévention est essentielle dans certains domaines d'activité. Formez vos salariés avec la formation gestes et postures, ils pourront alors adopter les bons réflexes. Formation idéale pour le personnel dans la manutention, la logistique ou du transport de marchandises. Devis et conseils auprès des experts City'Pro.

Les + métier

L'article L4121-1 du code du travail valide que l'employeur doit prendre les mesures nécessaires pour assurer la sécurité et protéger la santé physique et mentale des travailleurs. Ces mesures comprennent des actions de prévention des risques professionnels, des actions d'information et de formation ainsi que la mise en place d'une organisation et de moyens adaptés.



Public Visé

Tous publics



Pré Requis

Aucun.

Objectifs pédagogiques et d'évaluation

- Prendre conscience des accidents de manutention.
- Être capable d'exécuter des gestes corrects pour lever et porter des charges.
- Exécuter des mouvements pour prévenir les douleurs lombaires.
- Analyser les risques.
- Améliorer son poste de travail.

Parcours pédagogique

RÉPARTITION DES ACCIDENTS DU TRAVAIL

- Au cours de manipulations, de transport manuel, de chutes.

MOYENS DE PRÉVENTION

- Protection individuelle,
- Aménagement du poste de travail.

NOTIONS D'ANATOMIE

- Musculature, colonne vertébrale.

L'ACCIDENT DE LA COLONNE VERTÉBRALE

- Les facteurs aggravants.

PRINCIPE DE SÉCURITÉ PHYSIQUE ET D'ÉCONOMIE D'EFFORT

- Relever et porter des charges,
- La bonne position, "Ce qu'il faut faire".

EXÉCUTION PRATIQUE AVEC COLIS, SAC, CHARGE LONGUE, CAISSE, ETC,

- Lever et porter,
- Poser sur empilement ou à terre,
- Prendre sur empilement ou à terre.

EXERCICES PRATIQUES POUR PRÉVENIR OU ATTENUER LES DOULEURS LOMBAIRES

- Lever et porter,
- Les positions qui soulagent,
- Les mouvements destinés à maintenir une bonne sangle musculaire,
- Recommandations pour la vie quotidienne.

Méthodes pédagogiques

Participation active des candidats lors des apports théoriques et des mises en situation.

Moyens pédagogiques

Apport théorique en présentiel (Exposés interactifs, démonstrations, études de cas, mise en situation d'accident de port de charge. Matériel

DRIVING FORMATION - Numéro de déclaration d'activité (ne vaut pas agrément de l'état) : 52 44 05046 44

Méthodes pédagogiques

Un tour de table de positionnement permet à notre formateur de vérifier l'adéquation du parcours de chaque stagiaire et de s'adapter. Nous mettons un point d'honneur sur les temps d'échanges entre nos formateurs et les stagiaires tout au long de leur parcours de formation.

adapté. Nous remettons un livret pédagogique complet. Nos centres disposent de salles adaptées à la formation qui respectent en tout point les réglementations en vigueur. Nos infrastructures et nos moyens matériels permettent de reproduire les conditions réelles. Apport pratique par des mises en situations professionnelles.

Modalités de suivi

En présentiel, parcours individualisé selon niveau d'expérience et catégories visées.

Feuille d'émargement et certificat de réalisation.

Qualification Intervenant-e-s

Intervenants expérimentés ayant une solide expérience



Méthodes et modalités d'évaluation

Évaluations pratique et théorique réalisées à la fin de la formation.

Attestation de formation

Modalités d'accessibilité handicap

Nous sommes conformes aux arrêtés en vigueur et relatifs à l'accessibilité aux personnes handicapées des établissements recevant du public et des installations ouvertes au public. Les personnes en situation d'handicap sont invitées à contacter notre référent handicap afin d'étudier les possibilités de suivre la formation au 02.40.83.00.23



Durée

7.00 Heures **1** Jour



Contactez-nous !

Adeline BRANCHEREAU
Responsable administrative

Tél. : 0240830023

Mail : adeline.branchereau@drivingformation.com