

GESTES ET POSTURES

La formation peut accueillir 10 stagiaires sur une durée de 7 heures soit une journée.
Formation possible sur les sites de Cholet, Trélazé, Andrezé ou chez le client.

Présentiel - Synchron

Objectifs

- 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 de travail pour éviter et prévenir les TMS (Troubles Musculo Squelettiques)

Les + métier

La formation peut accueillir 10 stagiaires sur une durée de 7 heures soit une journée. Formation possible sur les sites de Cholet, Trélazé, Andrezé ou chez le client.



Pré Requis

Personnel occupant un poste de travail à manutention manuelle de charges comportant des risques, notamment dorso-lombaires.

Parcours pédagogique

Législation relative aux gestes et postures au travail

- La réglementation du code du travail : Hygiène et sécurité
- Analyse des accidents de travail liés aux manutentions manuelles
- Qu'est-ce qu'un TMS (Troubles musculosquelettiques)
- Observation des statistiques d'accidents du travail et des maladies professionnelles en France

Formation aux techniques gestuelles et à l'attitude aux postes de travail

- Comprendre le fonctionnement du corps humain : Notions d'anatomie et de physiologie
- Identifier les différentes pathologies (dos, membres supérieurs, problèmes articulaires)
- Mise en évidence des risques d'accidents (osseux, musculaires, articulaires)
- Connaître les différentes techniques gestuelles propres à l'ergonomie
- Mettre en œuvre les principes de sécurité physique et économie d'effort.

Méthodes pédagogiques

Support de formation de type power-point

Exposés interactifs

Mise en situation

Formation dispensée par des formateurs spécialisés en gestes et postures et en ergonomie.



Méthodes et modalités d'évaluation

Evaluation théorique par QCM et évaluation pratique.



Durée

7.00 Heures **1** Jour

Effectif

De 4 à 10 Personnes



Contactez-nous !

Prune BELLANGER
Responsable d'Exploitation et Administrative

Tél. : 0785035944
Mail : prune.bellanger@ageneau.fr