Gestes et Postures & Gestes Qui Sauvent

GPGQS

L'employeur est tenu par la loi de prendre toutes les mesures nécessaires pour assurer la sécurité et protéger la santé physique et mentale de ses salariés (*article L. 4121-1 du code du travail*).
Un salarié conscient des risques et des moyens de prévention mis à sa disposition par son employeur est un facteur de réduction des accidents du travail.

Présentiel - Synchrone

Objectifs

Repérer les situations à risques dans son travail et dans la vie privée
Appliquer les gestes et postures corrects
Analyser l'applicabilité des gestes dans son environnement
Utiliser les moyens d'aide à la manutention
Proposer des solutions d'amélioration
Acquérir les gestes de secours destinés à préserver l'intégrité physique d'une victime en attente du relais des secours

Public Visé

Tout public

Pré Requis

Néant

Objectifs pédagogiques et d'évaluation

Situer l'importance des risques liés à la manipulation, au transport manuel, aux gestes répétitifs et aux postures de travail
Identifier et caractériser les risques liés à l'activité physique en utilisant des connaissances anatomiques et physiologiques sur le corps humain
Appliquer les principes de base de sécurité physique et d'économie d'effort pertinents en fonction de la situation de travail
Proposer des améliorations pour éviter ou réduire les risques identifiés et participer à leur réalisation
Être capable d'adopter des positions adaptées pour effectuer des manutentions
Acquérir les connaissances nécessaires à la prévention des risques de son établissement
Obtenir les gestes de secours destinés à préserver l'intégrité physique d'une victime en attente du relais des secours
Être capable de secourir la (les) victime(s) de manière appropriée

Parcours pédagogique

Théorie - Gestes et Postures :
- Présentation du groupe et du formateur
- Notion de prévention
- Généralités : accidents du travail et maladies professionnelles
- Anatomie physiologique, le squelette, pathologie des ligaments, des muscles, colonne vertébrale
- Les principes de base : gestes au travail, gestes quotidiens
- Les sports et exercices physiques

Pratique - Gestes et Postures :
- Exercices pratiques liés à l'utilisation des différents matériels : analyse puis correction des erreurs et étude des gestes appropriés
- Exercices de prévention (activités physiques, étirements, hygiène de vie, ...)

Théorie - Gestes qui Sauvent (domaine de compétences) :
- Être capable d'intervenir face à une situation d'accident du travail
- Être capable de réaliser une protection adaptée
- Être capable d'examiner la (les) victime(s) avant et/ou pour la mise en œuvre de l'action choisie, en vue du résultat à obtenir
- Être capable de faire alerter en fonction de l'organisation des secours dans l'entreprise ou l'établissement
- Être capable de secourir la (les) victime(s) de manière appropriée : la victime saigne abondamment, la victime perd connaissance, la victime est en arrêt cardiaque

Pratique - Gestes qui Sauvent :
- Exercices pratiques avec utilisation de matériel spécifique
- Démonstration en vitesse réelle puis en vitesse commentée et justifiée, avec une phase d'apprentissage et de reformulation si nécessaire

Méthodes pédagogiques

La formation se déroule en extérieur, en simulation d'intervention.
Les exercices de simulation sont liés aux risques du site de travail.

Moyens pédagogiques

- Revue de presse accessible via un DRIVE à disposition
- 1 salle de cours équipée
- 1 mannequin adulte
- 1 coupe de tête
- 1 kit maquillage, matériel de simulation d'accident
- 1 masque par stagiaire

Qualification Intervenant·e·s

Formateur qualifié en Gestes et Postures (GP) et en Gestes qui Sauvent (GQS)

Méthodes et modalités d'évaluation

QCM, mémos, évaluation de la formation par les stagiaires, débriefing et questions diverses

Modalités d'accessibilité handicap

Si vous êtes susceptible de rencontrer des difficultés dans le suivi de votre formation, nous nous engageons à étudier les adaptations possibles. Pour cela, notre Référent handicap, Alexandra BELLEAU, se tient à votre disposition : Alexandra Belleau - abelleau@mayday-formation.com - +33 (0)5 32 26 33 37

Durée

7.00 Heures **1** Jour

Effectif

De 4 à 10 Personnes

Contactez-nous !

Sophie RENAUD
Responsable pédagogique
Tél. : 0344650918
Mail : contact@gesfor.fr