



GESTES ET POSTURES MANUTENTION



OBJECTIFS DE LA FORMATION

- Étudier et prévenir les risques d'apparition de maladies professionnelles et d'accidents du travail
- Étudier et appliquer les principes d'ergonomie sur les postes de travail de l'entreprise
- Former les stagiaires à une gestuelle optimale et réflexe dans la manipulation de charges inertes
- Améliorer les conditions et la qualité de vie du travail - Adopter une bonne hygiène de vie

PROGRAMME DE LA FORMATION

- Introduction sur les troubles musculo-squelettiques (TMS) et état des lieux des pathologies en France
- Notions d'anatomie et biomécanique et pathologies du travail
- Étude des postes de travail (positions de manutentions)
- Principes d'économie d'effort et de sécurité physique
- Entraînement aux gestes corrects - Gestes de la vie quotidienne : la santé ne s'arrête pas au travail - Hygiène de vie - Nutrition / lien avec la douleur

MÉTHODES ET MOYENS PÉDAGOGIQUES

- Interaction permanente entre les participants et le formateur
- Mise en situation des participants (Situations à Résolution de Problèmes)
- Pédagogie par l'action : Entraîner les participants aux différentes postures et donner les conseils adéquats

QUALIFICATION DU FORMATEUR

Diplômé Formateur spécialisé en gestes et postures et/ou formateur PRAP

RECYCLAGE CONSEILLÉ : TOUS LES 2 ANS - 4H

Une obligation pour l'employeur

Décret 3 septembre 1992 – Art. R. 231-71 du Code du Travail



PUBLIC

Toute personne étant amenée dans le cadre de son activité à manipuler des charges et/ou à effectuer des mouvements répétitifs

PRÉ-REQUIS

Aucun pré-requis



DURÉE

1 journée soit 7H

Effectif : 2 pers minimum 10 pers maximum



VALIDATION

Remise d'une attestation individuelle de formation



DOCUMENTATION

Remise d'une brochure spécifique gestes et postures



PRIX

Tarif dégressif selon nombre de candidat.

Contactez-nous