



La formation Gestes & Postures répond à l'article R.4541-8 du CODE DU TRAVAIL : les travailleurs sont informés sur les gestes et postures à adopter pour accomplir en sécurité les manutentions manuelles.

Formation adaptée pour le personnel de production et administratif. Les exercices pratiques permettront à vos salariés de mieux les adopter !

GESTES & POSTURES

FINANCEMENT POSSIBLE PAR L'OPCO



Durée : 4h (évaluations incluses)



Tarif : 600 € HT / demi-journée*

*Ce tarif comprend : la formation dans vos locaux, pour un groupe de 10 stagiaires maximum et l'ensemble des activités pédagogiques prévues. Il ne comprend pas les frais de déplacements et d'hébergement du formateur. Demander un devis. ~ Financements possibles par l'OPCO : nous contacter.



Public concerné : Personnel permanent pratiquant une activité nécessitant de la manutention manuelle de charges. Groupe de 10 stagiaires maximum.



Prérequis :

- Aucun prérequis
- Évaluation de positionnement avant le démarrage de la formation afin d'adapter le contenu de la formation si nécessaire.



Objectifs :

- Connaitre le fonctionnement et les limites du corps humain pour comprendre les risques liés aux gestes et postures de travail.
- Appliquer le principe de sécurité physique et d'économie d'effort.
- Adapter ses gestes et postures lors de manutentions manuelles.



- Formation en présentiel, sur site de l'entreprise.
Personnes en situation de handicap : nous contacter.



Modalités d'évaluation :

- Au cours et jusqu'à la fin de la formation, le formateur évalue les stagiaires à l'aide d'un questionnaire sur la base des compétences à acquérir, et d'une mise en situation au poste de travail afin de valider les acquis de chaque stagiaire.
- Attestation de formation et des compétences.





La formation Gestes & Postures répond à l'article R.4541-8 du CODE DU TRAVAIL : les travailleurs sont informés sur les gestes et postures à adopter pour accomplir en sécurité les manutentions manuelles.

Formation adaptée pour le personnel de production et administratif. Les exercices pratiques permettront à vos salariés de mieux les adopter !

GESTES & POSTURES

FINANCEMENT POSSIBLE PAR L'OPCO



Méthodes pédagogiques :

- Formations théoriques et échanges ~ utilisation de différents supports pédagogiques : diaporama, vidéo. Formation en présentiel.
- Besoins spécifiques : charges inertes (caisse, carton, seau, bidon, et tout autre objet en lien avec les activités de l'entreprise).



Programme de formation :

Une partie « théorique »

- Démarche de la prévention des risques (les valeurs essentielles, les acteurs de la prévention, le document unique...)
- Accident du travail et maladie professionnelle : statistiques, notion de danger, risques
- Définition des TMS
- Introduction au fonctionnement du corps humain et de ses différentes atteintes : squelette, muscles, tendons, nerfs, colonne vertébrale
- Limites du corps humains : amplitudes articulaires
- Facteurs aggravants : individus, biomécaniques, ambiances, environnementaux
- Observation de son activité de travail et des manutentions : posture de travail assis, travail sur écran, conduite, tirer-pousser

Les stagiaires auront un support de formation.

Une partie « pratique »

- Exercice sur le principe de sécurité physique et d'économie d'effort : découverte en salle, échauffement
- Échange oral sur les différents postes de travail des participants.

