

GESTES ET POSTURES - TARIF ADHERENT FNA

Connaître les gestes et postures à adopter lors de la manutention manuelle

Durée :

3.00 heures (0.43 jours)

Délais d'accès à la formation :

72 heures

Profils des stagiaires :

- Tous les salariés

Prérequis :

- Un support (ordinateur, tablette, smartphone)
- Une connexion internet

Tarification :

99.00 € HT - 118.80 € TTC

Formation à distance

Accessibilité aux personnes handicapées

Objectifs pédagogiques

- Connaître les risques de son métier et comprendre l'intérêt de la prévention
- Identifier un danger et les risques associés
- Comprendre le fonctionnement du corps humain et les risques d'atteintes à la santé
- Analyser sa situation de travail et définir des pistes de solution
- Savoir adopter les bons gestes et postures dans son activité professionnelle

Contenu de la formation

- Identifier la place de l'activité physique dans l'activité professionnelle
 - Les notions d'Accidents de Travail et de Maladie Professionnelles (AT/MP)
 - Les notions de danger, de risque et de dommage
 - Les préjudices économiques et humains pour l'ensemble de la structure
- Comprendre le corps humain et les risques d'atteintes à la santé lors de la manutention manuelle
 - Les notions de base d'anatomie et de physiologie
 - Les atteintes de l'appareil locomoteur et ses conséquences
 - Les facteurs de risques aggravants
- Analyser son propre poste de travail et dégager des pistes de solution
 - La notion de situation de travail
 - Description des sollicitations corps dans son activité
 - Les déterminants de cette activité
 - L'élaboration et la communication des pistes de solution
- Mise en situation des principes de sécurité
 - Intégrer les principes de sécurité physique et d'économie d'efforts
 - Appliquer ces principes à la manutention manuelle de charges inertes
 - Echauffements et étirements à la prise de poste

Organisation de la formation

Equipe pédagogique : Responsable QSE - animateur Sécurité en Entreprise - Formateur PRAP

Moyens pédagogiques et techniques

- Plateforme e-learning
- Quiz, vidéos, mots croisés, images animés ...
- Méthodes pédagogiques ludiques et dynamiques

Dispositif de suivi de l'exécution de l'évaluation des résultats de la formation

- Durée de connexions des séquences e-learning.
- Quiz de validation
- Forums de discussion
- Remise d'une attestation de fin de formation