

Gestes et Postures

Objectifs

Identifier leurs risques professionnels et les situations pouvant nuire à leur santé et/ou entraînant des efforts excessifs

Appliquer les grands principes du « lever porter de charges » en fonction de la tâche à effectuer

Appréhender et prévenir les risques liés au mauvais comportement physique



½ journée - 4h00



PRÉREQUIS :

Aucun prérequis nécessaire

FORMATION DISPONIBLE



En présentiel



En distanciel

POUR QUI ?

Toute personne appelée à manipuler des charges.

130 €HT

Hors taxes / personne
INTER-ENTREPRISE

Nous consulter

Hors taxes / personne
INTRA-ENTREPRISE

Aptitudes

Connaître et Appliquer les principes de sécurité physique et d'économie d'effort pertinents en fonction de la situation de travail et dans la vie privée.

Acquérir une méthode d'auto-analyse de sa propre situation de travail.

PROGRAMME

« Chaque geste entraîne après soi une responsabilité éternelle. Il y a des gestes omis qui condamneront »
Gérard Martin

- Sensibiliser sur le phénomène « accident du travail et maladie professionnelle »
- Connaître les notions d'anatomie et de pathologies de base
- Connaître et Appliquer les principes de sécurité physique et d'économie d'effort pertinents en fonction de la situation de travail et dans la vie privée
- Acquérir une méthode d'auto-analyse de sa propre situation de travail

Après avoir observé les participants dans leurs tâches professionnelles quotidiennes (chargement, déchargement, manutentions et manipulations diverses, etc...), le formateur procèdera à un débriefing interactif. Chaque geste et posture à risque(s) sera ainsi spécifiquement identifié et expliqué, avant que le formateur ne développe en démonstration concrète les principes de base du « lever - porter de charges ».

Puis chaque participant sera alors invité à faire de même sur des charges standard d'une part (fournies par le formateur) et, dans la dernière partie de la formation, il leur sera demandé de tenter de reproduire ces mêmes principes de sécurité physique et d'économie d'effort dans leur propre cadre de travail.

MODALITÉS

POUR QUI ?

Toute personne appelée à manipuler des charges

PRÉREQUIS :

Aucun

MATERIEL :

En présentiel

Smartphone avec connexion internet

DURÉE :

1 demi-journée (4 heures)

TARIFS :

Inter-entreprises : 130€ hors taxes / personne
Intra- entreprises : Nous consulter

PARTICIPANTS:

Maximum 10 personnes /session
Minimum 4 personnes / session

FORMATEUR : Christophe DARBON

Nos responsables pédagogiques et formateurs sont des experts reconnus dans leur métier

ACCÈS :

Inter-entreprises >> présentiel et à distance
Intra-entreprises >> présentiel et à distance

PÉDAGOGIE:

Apports Théoriques -Brain storming
Mise en application
Quiz interactif et ludique
Livret de formation

ÉVALUATION:

Évaluation des connaissances
Questionnaire d'entrée et de sortie
Quiz interactif intermédiaire

POUR LES PARTICIPANTS :

Livret et attestation de formation

POUR L'ENTREPRISE:

Compte rendu et Mesures d'efficacités



ACCESSIBILITÉ AUX PERSONNES HANDICAPÉES

Nos formations sont accessibles aux personnes en situation de handicap sous réserve d'une étude en lien avec AGEFIPH

HORAIRES DE LA FORMATION :

8h30 - 12h30 ou 13h30 - 17h30
Pauses : 10h30 - 15h30

Programme 2022/2023