

Gestes et postures



OBJECTIFS

- Situer l'importance des risques d'accidents et/ou de maladies liés à la manipulation, au transport manuel, aux gestes répétitifs et aux postures de travail
- Adopter des gestes et des postures au poste de travail permettant d'économiser l'appareil locomoteur
- Appliquer les principes de base de sécurité physique et d'économie d'effort pertinents
- Proposer des améliorations pour éviter ou réduire les risques identifiés



PROGRAMME

Les risques professionnels, les accidents du travail et les maladies professionnelles

Sensibilisation à l'ergonomie du poste de travail : méthodes et outils pratiques

Les principes de la prévention des risques

Notions élémentaires d'anatomie et de physiologie

Les gestes et postures sur les postes de travail et dans le domaine de la manutention manuelle des charges inertes

Les activités physiques sur les postes de travail

EN OPTION :

Préparation du travail - Approvisionnement et évacuation du poste

Observation et analyse de situations de travail réelles

Identification des déterminants de l'activité réelle de travail

Analyse des situations de travail, éléments d'organisation du travail

Proposition d'améliorations, axes de progrès, plan d'actions (conception, formalisation et suivi)

Application sur des séquences audiovisuelles

Travail transféré à l'étude des cas sur le terrain

Réalisation des actions sur une fiche de proposition d'amélioration



Accessible aux personnes
en situation de handicap
Réfèrent handicap : 02 54 53 52 05

PUBLIC – PREREQUIS

Toute personne devant effectuer des efforts de manutention ou devant maintenir une position prolongée

PEDAGOGIE

Exposés théoriques, étude de cas concrets, quiz en salle

MOYENS ET OUTILS

Documents supports de formation projetés
Mise à disposition en ligne de documents supports à la suite de la formation

MODALITES D'EVALUATION

Positionnement pré et post formation par le formateur
Bilan oral de fin de formation
Appréciation des acquis sur l'attestation de formation
Grille d'évaluation individuelle de fin de formation

DUREE

Nous consulter

DATE

Nous consulter

PRIX

Nous consulter



CONTACT

NATHALIE PRIN

16 Place Saint Cyran
36 000 Châteauroux
02 54 53 52 02 – 02 54 53 52 00
fpc@indre.cci.fr
www.campus-centre.fr

Siret : 183 600 014 000 17
N° d'activité formation : 2436P000136

