



Prévention-Risques-Entreprises

SYBILLE TREARD 06 81 27 95 04

<http://prevention-risques-entreprises.fr>

GP

GESTES ET POSTURES

OBJECTIFS :

A l'issue de la formation, le stagiaire sera capable de :

Prendre conscience de son corps, de son fonctionnement et de ses limites

Etre capable d'exécuter des gestes adaptés pour lever et porter des charges dans les meilleures conditions,

Prendre conscience des accidents de manutention et de l'important de la prévention et de l'application des principes généraux de la prévention

Public :

- Tout public
- Production et/ou bureau
- Pas de pré-requis

Evaluation de la formation :

- Evaluation pédagogique et sommative.
- Evaluation de satisfaction.

Durée et modalité :

- 1 jour de formation (7 heures)
- Formation intra

Type de validation :

- Attestation de fin de formation mentionnant les objectifs, la nature et la durée de l'action.

1. MISE EN SITUATION

- Présentation du programme et des objectifs de la formation
- Echanges sur les attentes des participants par rapport à leur historique dans l'entreprise (activités, douleurs, tensions, accidents du travail, maladies professionnelles, etc.).

2. REGLEMENTATION

Code du Travail, responsabilité, principes généraux de la prévention.

3. STATISTIQUES DES ACCIDENTS DU TRAVAIL.

Ce que couvre et représente le risque physique en France.

Les moyens de prévention, protections collectives et individuelles. Aménagement du poste de travail.

Les aides techniques et les gestes et postures à adopter.

4. NOTIONS D'ANATOMIE-PHYSIOLOGIE Troubles musculo-squelettiques, et colonne vertébrale. Pathologies et facteurs aggravants

5. PRINCIPES DE SÉCURITÉ PHYSIQUE ET D'ÉCONOMIE D'EFFORT Soulever, porter...

Déplacer des charges inertes, les bonnes postures.

6. MISE EN PRATIQUE SUR POSTE DE TRAVAIL

selon le secteur et l'activité du client et matériel à disposition.

Mise en pratique des principes de sécurité et l'économie d'efforts.

CONCLUSION

- Bilan de formation
- Détermination d'indicateurs individuels de progrès

Moyens et méthodes pédagogiques :

Cette action de formation s'appuiera sur une méthode participative, associant de nombreux exercices pratiques et des apports théoriques.

Descriptions du dispositif permettant de suivre les résultats

L'évaluation de la qualité de formation se fera tout au long de la formation par des exercices de mise en pratique liés directement aux différents thèmes abordés, ainsi qu'au travers d'un questionnaire renseigné à l'issue de la formation par les participants. Remise d'un livret support.

Conditions de réalisation :

Salle de formation équipée (vidéoprojecteurs, paperboard).