



Programme de formation Gestes et postures

Formasafe Normandie

Formasafe.normandie@gmail.com

06.31.46.64.28

(Lien site internet)

A l'issue de la formation le stagiaire sera capable de contribuer à la prévention des risques professionnels dans son entreprise lié aux gestes et postures de travail.

Objectif :

Connaître les notions élémentaires du fonctionnement de la colonne vertébrale et des différents troubles musculo, squelettique, lié aux mauvais gestes et posture ;
Savoir adopter les bons gestes et les postures dans le port de charge manuelles ;
Comprendre l'importance de la prévention dans la lutte contre les accidents du travail et les maladies professionnelles.

Contenu indicatif :

- Caractériser les risques professionnels dans une situation de travail.
- Participer à la maîtrise des risques professionnels par des actions de prévention.
- Comprendre le fonctionnement du corps humain face aux manutentions manuelles.
- Pathologies liées aux manutentions manuelles
- Facteur de risques liés aux TMS.
- Comment bien manipuler une charge.
- Se protéger efficacement lors des manutentions.
- Savoir agir en cas d'accidents lié aux manutentions manuelles.

Prérequis :

Aucun prérequis

Public concerné :

Toute personne appelée à manipuler des charges.

Nombre de participants :

4 stagiaires minimum.

10 stagiaires maximum.

Durée de la formation :

7 heures sur 1 journée.

Prise en charge :

Cette formation n'est pas éligible au CPF. Cette formation peut être pris en charge par un organisme paritaire collecteur agréé (OPCO).

Obtention finale :

Attestation de fin de formation.

Méthodes pédagogiques :

- Partage d'expérience avec les stagiaires ;
- Apport de connaissance ;
- Échange, interactif avec les stagiaires ;
- Mise en situation pédagogique ;
- Étude de cas pratique.
- Ludo pédagogie ;
- Veille, juridique et technique.

Organisation et modalités :

- Formation en présentiel
- Chaque apprenant recevra un livret en format papier.

Moyen d'encadrement :

Formateur-expert en sécurité prévention en management santé et sécurité auprès des entreprises.

Modalités d'évaluation :

- Seuls les candidats qui ont suivi la totalité de la formation et qui ont satisfait aux épreuves de validation dans leur intégralité, peuvent prétendre à l'obtention de la formations gestes et postures.