

GESTES ET POSTURES

Établissement :

Durée : 6 heures en présentiel (1 journée de 09h00/16h00)

Public visé : personnel de l'établissement (3 à 12 participants)

Modalités et délais d'accès : Formations essentiellement intra-entreprise, les modalités et délais sont définis en accord avec l'entreprise cliente

Prérequis : Aucun

Objectif :

- Identifier les risques liés à l'activité physique à partir des connaissances anatomiques et physiologiques
- Appliquer les principes de sécurité physique et d'économie d'effort
- Acquérir des connaissances qui permettront de participer à l'amélioration de leur condition de travail et de leur vie quotidienne

Modalités d'évaluation : L'évaluation des compétences acquises est réalisée tout le long de la formation aux travers d'exercices et de mises en situation (évaluation formative)

Méthode pédagogique :

- Expositive, participative
- Démonstrative
- Apprentissage lors de mises en situation pratique
- Feed-back

Tarif : 825 Euros HT (non assujetti à la TVA)

PROGRAMME DE LA FORMATION

Théorie : 1,5 heures de 09h00 à 10h30

- Éléments statistiques des accidents du travail et des maladies professionnelles
- Anatomie, physiologie, pathologie
- Principes de base de l'utilisation de la mécanique humaine
- Techniques gestuelles de base

Pratique : 4,5 heures de 10h30 à 16h00 (dont 1 heure de pause déjeuner)

- Techniques gestuelles spécifiques à la profession et étude du poste de travail (Aménagement, organisation du poste de travail)
- Facteurs d'ambiances physiques (éclairage, bruit, température...)