



GESTES ET POSTURES

lieu de formation

Directement dans
votre établissement

Durée

3H30

Prérequis

Aucun prérequis
n'est nécessaire

Public visé

toute personne ayant
une activité physique
dans le cadre du
travail

Effectif

8 à 10 personnes

Pédagogie

la formation se déroule en 3 temps

- Apports théoriques sur l'importance de la prévention et sur l'anatomie
- Démonstration du formateur sur les principes généraux de manutention
- Application sur les postes de travail

Evaluation

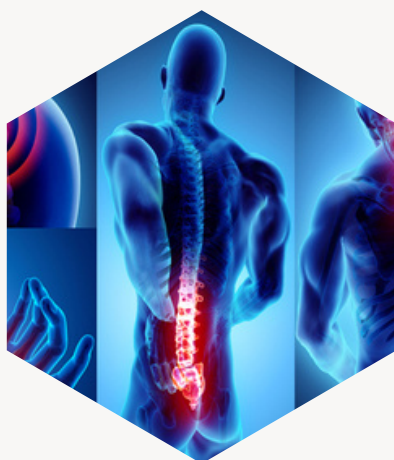
L'acquisition des compétences est évaluée de façon sommative lors
des exercices de pratique.

Objectifs

- Appliquer les techniques de gestes et postures de travail adaptées pour diminuer la fréquence des accidents, atténuer la fatigue et améliorer les compétences professionnelles des salariés

COMPÉTENCES DÉVELOPPÉES

- Être capable de comprendre l'intérêt de la prévention dans le milieu professionnel
- Être capable de comprendre le mécanisme de survenue des accidents du travail et des maladies professionnelles
- Être capable de maîtriser des notions élémentaires d'anatomie et de physiologie.
- Être capable d'observer et d'analyser sa situation de travail en s'appuyant sur le fonctionnement du corps humain.
- Être capable d'identifier les facteurs des Troubles Musculo-squelettiques afin d'en déterminer les différentes atteintes à la santé susceptibles d'être encourues.
- Être capable de mettre en œuvre les principes de sécurité physique et d'économie d'effort.
- Savoir porter des charges inertes et lourdes en toute sécurité



Attribution finale

Une Attestation individuelle de formation
Un livret de formation gestes et postures reprenant
les enseignements clés de la formation

