



Programme

Gestes & Postures

Instruire les salariés sur les gestes et postures à adopter pour réaliser en sécurité les manutentions manuelles

Durée: 7.00 heures 1.00 jour(s)

Lieu : Intra entreprise

Profils des stagiaires

- Tout salarié étant amené à manipuler des charges (transport de boîtes, manutention, efforts physiques, gestes répétés, port de charges, poste informatique, manutention de personnes, préparateur de commande, postures statiques, chauffeurs, personnels d'entretien, postures en restauration etc.) dans le cadre de son activité professionnelle.

Prérequis

- Port des EPI (chaussures de sécurité et gants) obligatoire lors des exercices pratiques
- Avoir aucune contre-indication médicale aux ports de charges

Objectifs pédagogiques

- Prendre conscience des enjeux de la prévention au sein de l'entreprise
- Connaître les risques liés à la manutention manuelle ou aux gestes répétitifs pour la santé des salariés
- Mettre en oeuvre les principes de sécurité physique et d'économie d'effort

Contenu de la formation

- La prévention
 - Les enjeux de la prévention au sein de l'entreprise
 - Les statistiques nationales et de l'entreprise sur les accidents de travail et les maladies professionnelles dues à l'activité physique.
 - Les acteurs de la prévention au sein des entreprises
 - Le document unique d'évaluation des risques professionnels (DUERP)
 - Les facteurs aggravants lors de l'activité "travail"
- Anatomie et pathologie
 - Les troubles musculosquelettiques (TMS)
 - Le mécanisme d'apparition des troubles musculosquelettiques (TMS)

- Anatomie et pathologie du corps humain
- Les techniques de manutention manuelle
 - Les principes de sécurité physique et d'économie d'effort (PSPEE)
 - Les échauffements avant la prise de poste
 - Les étirements en fin de service
 - Mise en pratique de port de charge : gerbage bas et haut, déplacements etc.
- Etude de poste
 - Etude de poste de travail de l'entreprise

Organisation de la formation

Equipe pédagogique

Informations - devis - inscriptions - personnes à contacter :

Nathalie Marchesson Assistante : nathalie.marchesson@campus-valois.fr

Elisabeth Mouchague Chargée Développement de la formation continue : elisabeth.mouchague@campus-valois.fr

Jérôme Latestère chargé de développement commercial : jerome.latestere@campus-valois.fr

Moyens pédagogiques et techniques

- Méthodes démonstratives et interrogatives. Formation action avec mise en pratique par les apprenants
- Matériel de démonstration (anatomie) et matériel d'exercice de port de charges

Dispositif de suivi de l'exécution de l'évaluation des résultats de la formation

- Feuilles de présence.
- Mises en situation.
- Formulaires d'évaluation de la formation, questionnaire de satisfaction rempli par les stagiaires en fin de séance
- Certificat de réalisation de l'action de formation.

Modalités d'accès :

Les groupes sont composés de 8 à 12 participants maximum. Les sessions sont maintenues sous réserve qu'au moins 5 personnes soient inscrites.

Les sessions débutent sous un délai moyen de 30 jours ouvrés après la signature du devis accepté.

Les inscriptions sont closes 10 jours avant le début des sessions.

Cette formation peut être suivie par des participants en situation de handicap, sous réserve de satisfaire aux exigences des prérequis et aux conditions de sécurité du déroulement matériel de cette dernière. Nous consulter

N'hésitez pas à nous contacter pour une étude personnalisée de votre projet :

Jérôme Latestère – Conseiller commercial formation - 07 60 05 44 70

Jerome.latestere@campus-valois.fr

Date de mise à jour le 8 mars 2022