

SANTE ET SECURITE

GESTES ET POSTURES

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

Repérer les situations susceptibles de nuire à l'intégrité physique des personnes ou d'entraîner des efforts inutiles ou excessifs.

- Adopter et appliquer les principes de base de sécurité physique et d'économie d'efforts sur son poste de travail en fonction de la situation.

- Porter un regard critique sur les situations de travail du point de vue de l'applicabilité des principes de base et des améliorations éventuelles à apporter au poste.

- Faire remonter les informations lorsque les modifications envisageables sur les postes de travail ne sont pas du ressort des participants.

PUBLIC CONCERNÉ

Toute personne amenée à effectuer des manutentions manuelles : soulever, porter, manipuler, déplacer des charges

ACCESSIBILITÉ

Nous consulter au préalable.

PRÉ-REQUIS

Aucun pré-requis

DURÉE ET MODALITÉS D'ORGANISATION

Formation de 1 jour

LIEU DE LA FORMATION

INTRA ou INTER entreprise.

PROFIL DU FORMATEUR

Formateur spécialisé en Geste et Posture.



CALENDRIER, TARIFS ET MODALITÉS :

NOUS CONTACTER

CONTENU DE LA FORMATION

Introduction

- Les statistiques : Problème de la prévention des risques liés à l'activité physique (manutentions, manipulations...)

- L'accident du travail, la maladie professionnelle

- Analyse de cas d'accidents rencontrés

- Anatomie et Physiologie du corps humain : Les gestes à risques osseux, musculaires, articulaires... (dos rond, torsion en charge, gestes répétitifs, TMS, colonne vertébrale...)

La prévention des risques

- Les principes de sécurité physique et d'économie d'efforts : Application au port des différentes charges rencontrées par les participants

- Les principes généraux de prévention liés à la manutention manuelle

- Les différents postes de travail : assis, debout, les postes de manutention, les conducteurs d'engins...

- Conduite à tenir face aux manipulations spécifiques (produits dangereux)

Notion d'ergonomie

- Observer les postes de travail : des solutions techniques, organisationnelles & humaines

- Les normes de conception des postes de travail liées au port de charges (réglementation, limitation des charges...)

- Le nombre de manutentions manuelles réalisées

- L'application des principes de prévention

Mise en pratique des principes de sécurité physique et d'économie d'effort

- Techniques Gestuelles de manutentions manuelles

- Exercices pratiques de manutentions sur des charges rencontrées dans l'entreprise, exercices de compensation et d'entretien

- Actions correctives directement menées sur le poste de travail : Les gestes à risques, la faisabilité de la mise en pratique des principes de sécurité physiques et d'économie d'efforts, le nombre de manutentions ou de manipulations....

- Propositions d'Axes d'améliorations

Découvrez nos taux de satisfaction et taux de réussite sur <http://www.limousin-formation.com/>

Limousin Formation et Travaux Publics – 15 rue la Croix de la Mission 19300 ST YRIEIX LE DEJALAT

Tél. : 05 55 93 36 00 – Email : contact@limousin-formation.com

SIRET 442 179 230 00044 - N° EXISTENCE 74 190040619

MOYENS PEDAGOGIQUES ET TECHNIQUES MIS EN OEUVRE :

Echanges avec les stagiaires
Alternance d'apports théoriques et d'exercices pratiques de manutention, exercices pratiques sur poste de travail et actions correctives.

Evaluation qualitative par les participants en fin de formation
Délivrance d'une attestation de formation

Dispositif de suivi

Feuille d'émargement par demi-journée
Attestation d'assiduité

Découvrez nos taux de satisfaction et taux de réussite sur <http://www.limousin-formation.com/>

Limousin Formation et Travaux Publics – 15 rue la Croix de la Mission 19300 ST YRIEIX LE DEJALAT

Tél. : 05 55 93 36 00 – Email : contact@limousin-formation.com

SIRET 442 179 230 00044 - N° EXISTENCE 74 190040619