



GESTES ET POSTURES

OBJECTIFS DE LA FORMATION

Cette formation doit permettre de développer chez le stagiaire des savoir-faire et des savoir-être afin de lui permettre :

- Repérer dans son travail les postures susceptibles de nuire à sa santé
- Mettre en œuvre au travail et dans son quotidien les principes de base de sécurité physique et d'économie d'effort
- Assurer une manutention efficace

CONDITIONS D'EVALUATION

- Evaluation formative au cours de la formation.
- Evaluation en fin de formation : évaluation pratique
 - Epreuve : Lors d'une mise en situation de travail simulée, le candidat devra montrer sa capacité à mettre en œuvre l'intégralité des compétences lui permettant d'assurer une manutention dans le respect de la réglementation en matière de santé et sécurité au travail

VALIDATION

Une attestation de suivi de la formation est délivrée pour chaque participant ayant validé sa formation.

Il est conseillé de suivre une formation de recyclage au moins tous les 24 mois.

PEDAGOGIE

- Techniques pédagogiques de découverte, d'apprentissage, de mise en application des connaissances.
- Dynamisme et interactions formateur/apprenants par des exposés interactifs, études de cas, démonstrations, entraînements par atelier, cas concrets, diffusion de vidéos...

QUALIFICATION DU FORMATEUR

Nos formateurs sont référencés sur le réseau national FORPREV, habilités par l'INRS et possèdent une solide expérience dans le domaine de la formation pour adulte ainsi que dans le domaine de la prévention des risques professionnels et du secourisme.

Les personnes en situation de handicap sont invitées à contacter le référent Handicap de Qualium Formation afin d'étudier les possibilités de suivre la formation.

PUBLIC CIBLE

Tous les personnels des établissements publics et privés.

PRE-REQUIS

Aucun

DUREE TOTALE

3 heures 30 sur 1/2 journée

EFFECTIF

2 personnes minimum à 10 maximum par session

DELAIS D'ACCES

Formation à minima un mois avant le début de la prestation

MODALITE D'ACCES

Formation inter et intra entreprise en présentiel

TARIF

Sur devis, nous contacter

CONTACT

04 58 17 28 82
contact@qualium-formation.fr
2 route de Malbourget
38530 Pontcharra



GESTES ET POSTURES

PRINCIPAUX ELEMENTS DU CONTENU

1 : LES ACCIDENTS DU TRAVAIL ET LES MALADIES PROFESSIONNELLES

- Les accidents du travail et les maladies professionnelles
 - Définitions
 - Statistiques
 - Enjeux
- Les obligations réglementaires et responsabilité de l'employeur

2 : LA PRÉVENTION DES RISQUES

- L'évaluation des risques pour la sécurité et la santé des salariés : une obligation de l'employeur
 - Les 9 principes généraux de prévention
 - Document obligatoire : le Document Unique d'évaluation des risques professionnels

3 : ANATOMIE, PHYSIOLOGIE, PATHOLOGIE

- Notions d'anatomie du corps humain et son fonctionnement lors d'un effort
- Les troubles musculo squelettiques et les mécanismes de déclenchement des lésions causées par les mauvaises postures
- Les conséquences sur la santé

4 : LES PRINCIPES DE BASE DE LA MANUTENTION

- Les équipements de protection individuelle et collective
- Principes de sécurité physique et d'économie d'effort
 - Superposer les centres de gravité
 - Assurer l'équilibre
 - Assurer les prises
 - Fixer la colonne vertébrale
 - Travailler avec les cuisses
 - S'aider des appuis
 - Maintenir si possible la charge les bras tendus
 - Travailler en équipe

5 : APPLICATION

- Les différents gestes et postures sur le poste de travail
 - Ateliers d'apprentissage des gestes et des postures (matériel de manutention mis à disposition par la structure et/ou fournis par le formateur) : application des règles de sécurité et d'économie d'effort lors de techniques de « lever–porter–déplacer–déposer » de charges inertes