Formation Gestes et Postures

PROGRAMME

1. FORMATION THEORIQUE

a. Présentation des statistiques des accidents du travail et des maladies professionnelles

b. Enjeux de la démarche et aspects réglementaires

c. Présentation des paramètres posturaux et comportementaux

d. Informations sur la localisation des problèmes, évaluation des causes

e. Recommandations et apprentissage des solutions posturales et respiratoires (gestion posturale et techniques compensatoires)

2. FORMATION PRATIQUE

a. Applications pratiques et personnalisées par exercices différents

b. Évaluation du stage et certificat

STAGE DECOUPE EN DEUX PARTIES :

Participation active de réflexion et de proposition d'une part et travail personnel d'autre part (étude respiratoire, posturale, comportementale) avec applications dans le sujet du stage.

Equipement nécessaire pour les stagiaires :

- Tenue de travail
- Casque
- Chaussures de sécurité

Durée

1 jour, stage intra uniquement

Pré requis

Aucun

Public concerné

Manutentionnaire

Buts professionnels

- Améliorer la prévention des TMS
- Améliorer la gestion des positions suivant les tâches (porter, pousser, tirer…)
- Amener des solutions pour alléger la fatigue et prévenir les douleurs engendrées par ce métier et en prévenir les troubles

Objectifs pédagogiques

- Identifier et supprimer les causes de la fatigue et des douleurs dues aux positions du métier
- Prévenir les complications par une gestion posturale et une organisation adaptée
- Mieux gérer son organisation

Méthodes pédagogiques

- Exposés et exercices pratiques
- Manutention de charges, mise en situation au poste de travail

Mode d'évaluation

Une évaluation qualitative de la formation est demandée aux stagiaires en fin de stage.

Accessibilité aux personnes handicapées

Les personnes atteintes de handicap souhaitant suivre cette formation sont invitées à nous contacter directement, afin d'étudier ensemble les possibilités de suivre la formation.