



Formation en présentiel Gestes et postures

Code formation SST-GP maj 15/04/21

PUBLIC ET PRE REQUIS

Toute personne exposée, aux manutentions, efforts, gestes répétés, postures statiques.
Toute personne ayant en charge la prévention des risques professionnels.
Aucun pré requis n'est nécessaire pour suivre cette formation

PHASE DE PREPARATION

Le formateur intervient préalablement pour une étude des différents postes de travail afin de préparer le contenu de sa formation et de cibler les exercices pratiques.



Durée
**A déterminer selon le
nombre de stagiaires et
les besoins**



Effectif par session
6 mini 12 max

OBJECTIFS

Acquérir les gestes et les positions efficaces pour se préserver en manutention et manipulation manuelle.

COMPETENCES VISEES

Le participant doit être capable d'assurer sa propre sécurité et celle de ses collègues en mettant en œuvre des techniques de manipulation adaptées à la tâche à effectuer.

CONTENU

Enseignement théorique

Présentation formateur/stagiaire

Présentation des statistiques d'accidents du travail en manutention manuelle nationales et de l'activité de l'entreprise

Enjeux de la démarche (meilleur climat social de l'entreprise, diminution des maladies professionnelles...)

Attitude et responsabilités de l'exécutant vis-à-vis de sa sécurité

Notions succinctes d'anatomie (Muscles et squelette, colonne vertébrale, disques intervertébraux : anatomie et fonctionnement)

Les pathologies squelettiques, musculaires et ligamentaires et celles de la colonne vertébrale (lumbago, sciatique, hernie)

Pratique sur le terrain

Principes de sécurité physique dans les efforts de manutention

Études des principes généraux (travail des jambes, symétrie d'effort, stabilité, les prises, position de la colonne, des bras)

Exercices individuels sur les charges de l'entreprise

Bilan de la formation/questions diverses



METHODES ET MOYENS MOBILISES

Supports audio visuels adaptés (power point), vidéoprojecteur, paperboard
Alternance d'apports théoriques et pratiques, mise en situation, travaux pratiques.
Squelette humain en plastique.
Livret remis au stagiaire.

REGLEMENTATION

ART R231.71 du CT. Décret du 03/09/1992 L'employeur doit faire bénéficier les travailleurs dont l'activité comporte des manutentions manuelles d'une formation adéquate à la sécurité relative à l'exécution de ces opérations. Au cours de cette formation qui doit être essentiellement à caractère pratique, les travailleurs sont instruits sur les gestes et postures à adopter pour réaliser en sécurité les manutentions manuelles.

MODALITES DE SUIVI

Chaque participant signera une feuille d'émargement, ainsi que le formateur.
Délivrance d'une attestation de formation.
Vérification des acquis tout au long de la formation à l'aide de quizz.
Mesure de la qualité globale de la formation, de l'atteinte des objectifs et de l'impact sur la pratique professionnelle par le stagiaire : enquête de satisfaction à chaud puis à froid.

EVALUATION ET VALIDATION

Evaluation par QCM sur les connaissances de l'apprenant.
Une attestation de formation sera établie pour chaque participant à l'issue de la formation.

NOTRE INTERVENANT

Formateur expérimenté sur les risques professionnels avec une solide expérience professionnelle dans le domaine enseigné, de l'encadrement de groupe et de la formation professionnelle continue.
Formateur Intervenant en Prévention des Risques Professionnels reconnu par la DIRECCTE Occitanie.

INFORMATIONS

Contact

Prise de renseignements via la rubrique "contact" sur notre site Web, ou par mail "contact@acfo.fr, ou par téléphone
Au 06 66 09 23 54.

Délai accès

Nos formations sont accessibles dans un délai moyen de 15 jours.
L'inscription sera validée après le retour de la convention signée, une convocation sera alors envoyée au participant.

Tarif

A partir de 190 € en inter chez notre partenaire
Nous consulter en intra pour un groupe