

FORMATION

GESTES ET POSTURES



Organisme de formation :
N°82 01 00836 01
Enregistrement préfecture
Région Rhône Alpes

FORMATIONS:

Manutention Levage

SST, Incendie

Habilitation électrique

Gestes et postures

Risques professionnels

Siège social
511 grande rue
01800 MOLLON
www.ac3f.fr

SARL au capital de 27500€
SIRET : 449 765 692 00024
APE : 8559A

OBJECTIFS DE LA FORMATION

- Connaître les risques liés aux mauvaises postures sur les postes de travail.
- Prendre conscience des conséquences des mauvaises postures.
- Etre capable d'améliorer ses méthodes de manutention manuelle pour diminuer la fatigue et les risques d'accidents.

PROGRAMME DE FORMATION

3,5 à 7 heures

- Présentation des statistiques sur les accidents de travail au niveau national et au niveau de l'entreprise.
- Définition des troubles musculo squelettiques.
- Notions d'anatomie et de physiologie et mise en évidence des risques potentiels d'accidents et de maladies professionnelles.
- Application en groupe autour d'exercices pratiques sélectionnés parmi des situations de travail dans l'entreprise.
- Correction et auto correction des postures et prises de charges.
- Auto analyse des situations et postes de travail

Après consultation, le programme peut être adapté aux différents objectifs de l'entreprise. Dans ce cas l'entreprise fournira les éléments clés pour définir les objectifs de formation.

FORMATEUR

Formateur professionnel titulaire d'un brevet d'état d'éducateur sportif, possédant une expérience de 20 ans dans la formation en prévention des risques en entreprise, et la mise en place de solutions pratiques.

MOYENS PEDAGOGIQUES

- Vidéo, diaporama, exercices pratiques en rapport avec l'activité,
 - Remise d'un livret de formation à chaque stagiaire.
- Répartition horaire : 50% théorie 50% pratique

PRE-REQUIS

Public concerné : tous salariés souhaitant comprendre et améliorer leur santé physique au poste de travail.

Nombre de participants : 8 personnes maximum

SUIVI EXECUTION ET EVALUATION FORMATION

- Validation par exercices d'application sur le poste de travail
- Validation par une proposition d'amélioration sur le poste de travail.
- Feuilles de présence
- Evaluation de la formation

ACCUEIL DES PERSONNES EN SITUATION D'HANDICAP

Contactez le référent handicap afin de prévoir un aménagement spécifique : Lieu, temps, horaires, interprète langage des signes...

TARIFS

Nous consulter pour une étude adaptée à vos besoins