



GESTES ET POSTURES

OBJECTIFS

- Connaître les risques liés aux gestes et postures de travail.
- Repérer, dans son poste de travail, les gestes et postures sources de troubles musculo-squelettiques (TMS).
- Connaître et adapter les techniques préconisées en matière de sécurité physique et d'économie d'effort, afin de se protéger.
- Assurer une manutention efficace en toute sécurité.

MÉTHODES PEDAGOGIQUES

- Exposés interactifs.
- Démonstrations pratiques.
- Projections de situation et proposition de solution en adéquation avec le métier des stagiaires.

INTERVENANT

Formateur dynamique en prévention, gestes et postures.

VALIDATION

- Une attestation est délivrée au stagiaire qui a participé activement à l'intégralité de la formation et a fait l'objet d'une évaluation favorable.
- Formation continue (recyclage) : vivement conseillée.

PROGRAMME

- Les statistiques en termes d'accidents du travail et de maladies professionnelles.
- Les notions d'anatomie, de physiologie et de pathologie.
- Le mécanisme d'apparition du dommage.
- Les techniques du lever-porter de charge.
- Les principes d'aménagement des postes de travail.



PUBLIC

Tout public,
4 à 10 personnes.



RÉGLEMENTATION

Article L4121-1, Article L4121-2, Article L4121-3 du Code du travail.



FINANCEMENT

OPCO, Région Grand-Est, Pôle Emploi, Direct, sous condition d'éligibilité



PRÉREQUIS

Aucun.



DURÉE

1 jour soit 7h.



La certification qualité a été délivrée au titre de la catégorie suivante :
ACTIONS DE FORMATION



LIFE SECUR'
Formation

FORMATIONS
SUR MESURE



FORMATION « SUR-MESURE »

Permet de répondre aux spécificités de votre structure et d'adapter la formation à votre demande.

- > Analyser vos besoins
- > Élaborer votre programme
- > Préparer l'intervention
- > Réaliser l'intervention
- > Évaluer les stagiaires
- > Assurer le suivi

GAGE DE QUALITE

Agrément ou certification de nos formations en Santé et Sécurité au Travail par l'INRS ou la DREETS.



FORMATS ADAPTÉS

En intra (votre entreprise) pour une formation sur mesure inscrite dans un projet institutionnel.
En inter (multi-entreprises) pour échanger sur les différentes expériences de chacun, en dehors de son cadre de travail.

- Des formations dans vos locaux ou en externe.
- Des intervenants experts et dynamiques.
- Un suivi sur le long terme.



→ lifeseur-formation.fr