

Formation - Formation prévention : Gestes et Postures

Les formations Gestes et Postures font prendre conscience des risques, de la réglementation et des solutions qui existent.

Ergonomie

Prévention

CODE : 4348 | Mise à jour : 24/02/2023

Objectifs

- Prendre en compte le phénomène « accident du travail et maladie professionnelle »,
- Acquérir les notions d'anatomie et de pathologies de base
- Définir et appliquer les principes de sécurité physique et d'économie d'effort pertinents en fonction de la situation de travail et dans la vie privée
- Mettre en oeuvre une méthode d'auto-analyse de sa propre situation de travail
- Appliquer les gestes et positions efficaces pour se préserver en manutention ou en manipulation manuelle

Contenu de la formation

FORMATION THEORIQUE :

L'esprit de sécurité dans les activités de manutentions manuelle

- Attitudes et responsabilités de l'exécutant vis-à-vis de sa sécurité
- Les risques d'accident du travail en manutention manuelle
- Que faire en cas d'accident ?
- Coûts et conséquences

Le corps humain

-

- Notions d'anatomie : La colonne vertébrale, les vertèbres, la région lombaire
- Etude des principes d'économie d'effort

-

FORMATION PRATIQUE :

- La manutention adaptée au poste de travail
- Les bonnes postures

FORMATION PRÉSENTIELLE

PUBLIC CIBLE

Tous publics

PRÉ-REQUIS

≥ 18 ans minimum ≥ Savoir parler et écrire le français

DURÉE

1 jour (7 heures) avec une visite sur site de 3 heures 30

SESSION INTER

Nous Consulter

Aucune session n'est actuellement programmée

SESSION INTRA

Nous consulter

- Analyse du poste de travail et évaluation des situations
- Application des principes de sécurité physique et d'économie d'effort
- Manipulation de charges diversifiées avec recherche du geste de sécurité
- Conseil de prévention au quotidien

Modalités pédagogiques

- Documents supports de formation projetés
- Exposés théoriques
- Etude de cas concrets

Evaluation des résultats

- Mises en situations
- Formulaires d'évaluation de la formation

Accessibilité aux personnes en situation de handicap

Veuillez faire connaître vos besoins au plus tôt lors de nos échanges. La prise en compte d'un besoin spécifique peut nécessiter un délai pour étudier les modalités d'adaptation ou d'orientation.

Taux de satisfaction des stagiaires :

★★★★☆ 90% (185)



Aurélie de SAINT JUST

Directrice CDM FORMATION

CDM FORMATION

CDM FORMATION forme depuis 2011 tout public professionnel dans les domaines de la prévention et de la sécurité sur toute la France.

📞 07-69-84-93-69

✉ contact@cdmformation.fr