

GESTES ET POSTURES

Public :

- Personnel occupant un poste de travail à manutention manuelle de charges comportant des risques, notamment dorso-lombaires (application du décret n°92-958 du 03 septembre 1992 et de l'article R 231-71 du code du travail)

Pour les personnes en situation de handicap, vous pouvez contacter notre référente handicap : Pascale Esnault - pascale.esnault@groupevitaminet.com - 03 20 61 38 40

Prérequis :

- Aucun

Effectif :

- 10 personnes maximum

Durée : 7 heures

Modalités et moyens pédagogiques :

Moyens matériel : salle de formation, vidéo projecteur.

- Basées sur de la théorie (exposés interactifs, vidéoprojecteur...) et sur de la pratique (démonstrations par le formateur, étude de cas, étude sur poste de travail...)

Les objectifs de la formation :

Appréhender les gestes et postures fondamentaux et intégrer les gestes spécifiques à son métier. Diminuer les risques d'accidents et de maladies professionnelles liés aux activités physiques. Participer à l'amélioration des conditions de travail. Éviter les TMS

Le programme de la formation :

1. Analyse des accidents de travail liés aux manutentions manuelles

- Rendre capable le salarié d'être acteur de prévention en anticipant les risques. Être une force de proposition en matière d'évaluation des risques professionnels.

2. Formation aux techniques gestuelles et à l'attitude aux postes de travail

- Notion d'anatomie et de physiologie
- Mise en évidence des risques potentiels d'accidents (osseux, musculaires, articulaires)
- Apprentissage du verrouillage lombaire
- Apprentissage des postures invariantes
- Techniques gestuelles
- Principes d'économie d'effort
- Principes de sécurité physique
- Analyse des attitudes au poste de travail

Modalités d'évaluation des acquis :

- Evaluation au fur et à mesure de la progression,
- Appréciation par le participant du niveau d'amélioration de ses connaissances et compétences.

Sanction visée :

- Attestation de fin de formation
- Certificat de réalisation

- Ergonomie

3. Mise en place d'un plan de traitement

- Analyse du poste de travail
- Propositions d'aménagements et de conseils
- Les gestes à éviter

Bilan et synthèse de la formation

Emargement électronique

Evaluation de la satisfaction