



FORMATION GESTES ET POSTURES

Durée : 1 jour

Objectifs de la formation

Être capable d'adapter ses gestes et postures à son poste de travail en diminuant les risques d'accidents et de maladies professionnelles






Publics visés

Personnes amenées à réaliser des transports de charges et des opérations manuelles à son poste de travail





Prérequis : Être reconnu apte par la médecine du travail

Contenu de la formation






Théorique

-  Les accidents du travail et les maladies professionnelles
-  Anatomie, psychologie et pathologie
-  L'activité musculaire
-  Le processus accidentel
-  La prévention

Pratique

-  Soulèvements de charges
-  Prise d'échelle
-  Prise d'objets à deux
-  Manipulations

Moyens Pédagogiques :

-  Moyens Multimédia
-  Méthodes actives adaptées aux adultes
-  Aire d'évolution
-  Divers matériels et charges de travail
-  Supports pédagogiques

Modalités : 8 personnes maximum

Formation en présentiel

Evaluation

Evaluation continue

Validation/Certification

Remise d'une attestation de suivi de stage