

FICHE FORMATION

GESTES ET POSTURES

PUBLIC

Tout public

PRÉREQUIS

18 ans minimum

Savoir lire, écrire et compter

Pas de contre-indications médicales

MODALITÉS ET DÉLAIS D'ACCÈS

La proposition de formation est faite dans les dix jours ouvrés suivant la demande du client

Les dates de formation sont proposées en accord avec le client afin de tenir compte de l'organisation de l'entreprise

OBJECTIFS

Étudier et prévenir les risques d'apparition de maladies professionnelles et d'accidents du travail

Étudier et appliquer les principes d'ergonomie sur les postes de travail de l'entreprise

PROGRAMME

Formation théorique :

Introduction sur les troubles musculo-squelettiques (TMS) et état des lieux des pathologies

Notions d'anatomie et de biomécanique

Facteurs de risque et pathologies du travail

Étude des postes de travail

Principes d'économie d'effort et de sécurité physique

Entraînement aux gestes corrects

Hygiène de vie

Formation pratique :

Mise en situation des participants

Interaction permanente entre les participants et le formateur

Pédagogie par l'action : le formateur utilise son expérience pour entraîner les participants aux différentes postures et donner les conseils adéquats

FICHE FORMATION

MOYENS ET MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

La formation théorique se fait en salle grâce à un support vidéo-projeté et des livrets stagiaire.
La formation pratique consiste à simuler des actions (port, déplacement soulèvement, ...de charges) et/ou des positions (assis, debout, fléchi, ...) proches des conditions de travail rencontrées
Ces séquences pratiques sont entrecoupées de remédiation pratiques et/ou théoriques.

MODALITÉ D'ÉVALUATION

Évaluations Théorique et Pratique en cours de formation

VALIDATION :

Attestation de formation

SATISFACTION SUR LA PÉRIODE 2020-2021 :



NOMBRE DE STAGIAIRES

Groupe de 12 stagiaires maximum

DURÉE

7 heures

ACCESSIBILITÉ

Les locaux de l'Institut sont accessibles aux personnes à mobilité réduite
Adaptation pédagogique possible pour les personnes handicapées, tutorée par le référent handicap de la structure

CONTACT(S)

Le Service Formation Continue propose un accueil physique, téléphonique et par mail :
-du lundi au vendredi
-de 8h30 à 17h

LIEU

Voir devis

TARIF

Voir devis