



FICHE FORMATION

GESTES ET POSTURES

PUBLIC

Tout public

PREREQUIS

18 ans minimum Savoir lire, écrire et compter Pas de contre-indications médicales

MODALITES ET DELAIS D'ACCES

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 entrainer les participants aux différentes postures et donner les conseils adéquats





FICHE FORMATION

MOYENS ET METHODES PEDAGOGIQUES

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.

MODALITE D'EVALUATION

Évaluations Théorique et Pratique en cours de formation

VALIDATION

Attestation de formation

SATISFACTION SUR LA PERIODE 2021-2022



Nombre de Stagiaires : Groupe de 12 stagiaires maximum

DUREE: 7 heures

LIEU: Inter/Intra-entreprises sur le site de l'Institut ou Intra-entreprise sur le site de l'entreprise

TARIF "CATALOGUE" (Net de taxe, l'Institut n'est pas assujetti à la TVA)

670 € par groupe de formation Le tarif proposé sera indiqué sur le devis

ACCESSIBILITE

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