



FICHE PROGRAMME FORMATION GESTES ET POSTURES

1 jour – 7 heures

Objectifs

Sensibilisation des salariés de l'entreprise à la prévention du risque professionnel
Apprendre à manipuler en sécurité en vue de diminuer la fatigue et de réduire les risques d'accidents de manutention manuelle
Repérer les situations à risque dans son travail et la vie privée
Appliquer les gestes et postures corrects
Analyser l'applicabilité des gestes dans son environnement
Utiliser les moyens d'aide à la manutention
Proposer des solutions d'amélioration

Public concerné

Salariés appelés à manipuler des charges en poste

Prérequis

Aucun prérequis n'est nécessaire pour suivre cette formation

Moyens pédagogiques

Mannequin Bébert ; Colonne vertébrale ; Ordinateur & vidéoprojecteur

Nombre de stagiaires

10 personnes

Animation

Formateur expert

Délai et modalités d'accès

Nous nous engageons à vous répondre dans un délai maximal de 48 heures
Le délai d'accès est d'environ 11 jours ouvrés selon les places disponibles

Accessibilité aux Personnes en Situation de Handicap

Adaptation possible aux Personnes en Situation de Handicap
Accompagnement spécifique

Tarifs

Devis sur demande.

Contenu

Rappel des objectifs, présentation de la formation et attentes des stagiaires.
Généralités.

Les accidents du travail et les maladies professionnelles

Notions d'anatomie

Le squelette ; Les ligaments ; Les muscles ; Les tendons ; La colonne vertébrale ; Les principes de prévention ; Les gestes au travail ; Les gestes dans la vie quotidienne ; Les exercices physiques

Modalités d'évaluation :

Alternance d'évaluations théoriques et pratiques
QCM, exercice pratique

Documents délivrés :

Attestation de formation



Parc d'Activités de la Planque
Rue Nicéphore Niépce
59710 Pont-À-Marcq



03.20.90.95.00



contact@ctd-delinselle.com