



Formation Gestes et Postures

Durée: 7.00 heures (1.00 jour).

Lieu: Intra (dans vos locaux).

Effectif: 1 - 15 participant(s).

Prix sur Bordeaux : INTRA = 750 € HT/jour / INTER = Nous consulter.

Prix autres régions : nous consulter.

Accessibilité aux personnes en situation de handicap : Toute personne inscrite faisant état d'un handicap sur le bulletin d'inscription donnera lieu à un entretien téléphonique avec l'entreprise. L'objectif est de permettre, avant la formation, à ESPC FORMATION de valider ou non la faisabilité de l'accueil ou l'aménagement à prévoir au vu du handicap déclaré.

Profils des stagiaires :

- Toutes les personnes appelées au transport manuel ou aux opérations de manipulation et de manutention.

Pré-requis

L'entreprise doit s'assurer au préalable que le stagiaire réponde aux prérequis de la formation visée :

- Etre âgé de plus de 18 ans.
- Ne pas avoir de contre indications médicales au port de charge.

Objectifs pédagogiques

- Être capable d'adapter les principes d'un comportement physique rationnel aux réalités du travail pour diminuer les risques d'accidents et de maladies professionnelles.

Contenu de la formation

- PARTIE THEORIQUE
 - Les statistiques d'accidents du travail et des maladies professionnelles
 - Notions d'anatomie, de physiologie et de pathologie
 - L'activité musculaire
 - Le processus accidentel
 - Risques de lésions
 - La prévention des accidents du travail
 - Projection du film « Vues de dos »
- PARTIE PRATIQUE
 - Exercices pratiques : échauffement/éveil musculaire - manipulation de charges de natures diverses - étirements/soulagements des tensions
 - Soulèvement de caisses vides et pleines
 - Soulèvement de bouteilles de gaz
 - Prise d'échelle
 - Prise d'objets à deux
 - Soulèvement de charges longues
 - Manipulation de futs
 - Postures de travail adaptées
 - Approche de l'organisation du poste de travail



Organisation de la formation

Equipe pédagogique

Formateur qualifié

Moyens pédagogiques et techniques

- Accueil des stagiaires dans une salle dédiée à la formation.
- Documents supports de formation projetés.
- Exposés théoriques
- Etude de cas concrets
- Mise à disposition de documents supports à la suite de la formation.
- Hall avec aire d'évolution ainsi que divers matériels et charges de travail
- Livret stagiaire

Dispositif de suivi de l'exécution de l'évaluation des résultats de la formation

- Feuilles de présence.
- Questions orales ou écrites (QCM).
- Mises en situation.
- Formulaires d'évaluation de la formation.

Résultats attendus à l'issue de la formation

Réussite à l'épreuve théorique sous forme de quizz

Modalités d'évaluation

La réussite à l'épreuve théorique nécessite un note minimale de 8/15

Détail sur la certification

Attestation d'assiduité et de fin de formation

Validité

an(s)

Les informations données sur ce programme sont à titre indicatif. Elles peuvent être adaptées en fonction des besoins.

Retrouvez toutes les informations complémentaires sur notre site: <https://www.espc-formation33.fr>