

GESTES & POSTURES

Secteur : TRAVAIL DE BUREAU

GP T.B.

Durée :
7H en présentiel

Pré requis :
Aucun

Lieu : au sein de votre
établissement

Nombre de participants : 4 à
10 maximum

Public concerné :
Tous personnels travaillant à un
poste administratif.

Modalités d'encadrement :
Formation animée par un
formateur en prévention des
risques liés à l'activité physique.

OBJECTIFS :

- Répondre à l'obligation de former et d'informer les personnels sur les manutentions manuelles occasionnelles de charges
- Réduire à long terme les risques d'accidents du travail et les maladies professionnelles

PROGRAMME :

- Accidents du travail, de trajet & maladies professionnelles
- Notions d'anatomie
- Physiologie et biomécanique de la colonne vertébrale
- Analyse du poste de travail - Ergonomie du poste de travail - Module travail sur écran
- Principes de sécurité physique et d'économie d'effort

TRAVAUX PRATIQUES :

Exercices d'application de techniques de manutention de charges diverses adaptées au secteur d'activité, tout en respectant les principes de sécurité physique et d'économie d'effort.

MODALITES D'ANIMATION :

- Pédagogie active, interrogative, applicative
- Apprentissage de gestes
- Mise en situation

ACCESSIBILITE :

Les conditions d'accueil et d'accès à la formation (en inter et en intra) sont facilitées pour les publics en situation de handicap permettant une certaine motricité. Pour les autres formes de handicap une étude personnalisée est réalisée afin de permettre le meilleur accueil possible du participant (adaptation des locaux, ainsi que des moyens et méthodes pédagogiques mis en œuvre).

TYPE DE VALIDATION :

- Validation par une attestation de fin de formation.
- Feuille d'émargement par demi-journée

