

Programme de formation « GESTES ET POSTURES DE TRAVAIL »

- Effectif minimal : 2 Effectif maximal : 10

✘ **Prérequis :**

Aucun

✘ **Public visé :**

Tous publics

✘ **Accès handicapé :**

Les personnes atteintes de handicap souhaitant suivre cette formation sont invitées à nous contacter directement, afin d'étudier ensemble les possibilités de suivre la formation.

✘ **Objectif de la formation :**

A l'issue de la formation, le(la) stagiaire connaîtra mieux son corps pour effectuer des efforts afin de lever, transporter et déposer des charges. Ils (elle) s'aura identifier les gestes et postures nocifs. Il (elle) comprendra les risques liés à son activité professionnelle, à la manutention manuelle et comment réaliser ses tâches en toute sécurité.

Moyen et outils pédagogiques :

Présentation et explication théorique power-point sur vidéoprojecteur+ Tableau/Paper board
Exercices pratiques de gestion du capital santé.

✘ **Coût de la formation :**

750 euros. Dans votre entreprise. Aux dates de votre choix

✘ **Durée de la formation :** 07 heures

- Jour 1 : 4h00 h théorie/ 3h00 pratique

PROGRAMME DE FORMATION

Programme détaillé

Jour 1 : 7h

PREAMBULE : PRESENTATION & ORGANISATION

L'enjeu

Les TMS
Les accidents du travail

L'anatomie

Les muscles
Le squelette
Les vertèbres
Les tendons
Les ligaments
Le système nerveux

Les maux

La subluxation
Le mal de dos
Les TMS
L'entorse

La prévention

La prévention sur le chantier
L'ergonomie
Le port de charge
Le poste de travail

Au quotidien

Questions diverses et EVALUATION FINALE

■ Les formateurs Lagoon Distribution Corporation

-Mr Olou Armel, responsable formation LAGOON DISTRIBUTION CORPORATION

■ Suivi pédagogique et évaluation :

Test QCM en fin de formation.

Une évaluation est réalisée permettant une appréciation des acquis à la suite de la formation.

Une attestation d'assiduité à la formation sera remise au (à la) stagiaire.

Si l'évaluation et le test de connaissance sont validés, une attestation de réussite sera remise au (à la) stagiaire.

Le(la) stagiaire sera invité(e) à compléter l'enquête de satisfaction à la suite de la formation.

Une Feuille d'émargement sera signée par le(la) stagiaire et le(s) formateurs par demi-journée.

Mise à jour le 25 FEVRIER 2021