



Gestes et postures au travail :

Analyser sa situation de travail pour prévenir les risques liés aux manutentions

Selon ED 832 et recommandation R 308 -INRS

Objectifs

A l'issue de la formation, le stagiaire sera capable de :

- Connaître les risques et les facteurs de risques à son poste de travail
- Mobiliser des charges en utilisant des méthodes et des moyens adaptés et sécurisants pour une prise en charge de qualité optimale,
- Améliorer l'aménagement de son poste de travail.

Pré-requis

Aucun pré-requis n'est nécessaire pour suivre cette formation. Cette formation est accessible aux personnes en situation de handicap (*sous réserve d'avis médical)
Langue française lue et parlée.

Programme

> Accueil et présentation de la formation

- Les objectifs de la formation
- Statistiques AT-MP dues aux manutentions
- L'importance du comportement pour améliorer la performance sécurité dans l'entreprise

> Les outils indispensables pour améliorer ses conditions de travail et préserver sa santé

- Le Processus d'Apparition d'un Dommage (PAD)
- L'évaluation d'un risque
- La chasse aux risques dans son unité de travail
- Rappels sur l'anatomie et la physiologie du corps : les amplitudes articulaires, ...
- Principes d'économie d'effort et de sécurité physique

> Techniques de manutention

- Démonstration du geste type en manutention de charge.
- Entraînement aux gestes types

> Améliorer son poste de travail

- Analyse des attitudes au poste de travail
- Les gestes à éviter
- Proposition d'aménagement de son poste de travail

> Bilan et évaluation de la formation

Moyens d'encadrement

Intervention : Formateur en Prévention des Risques liés à l'Activité Physique

Coordination de la formation : Nathalie ONNILLON, Responsable Pédagogique et Référente Handicap

Méthodes pédagogiques

Exposés théoriques et échanges entre participants (diaporamas)

Exercices pratiques en salle et application des principes de sécurité physique et d'économie d'effort)

Travail à partir des cas concrets apportés par les participants (schémas, vidéos,...)



Validation de la formation

Evaluation des connaissances : QCM

Validation de la formation : Une attestation de formation est remise au participant à l'issue de la formation

Modalités

Durée de la formation

1 jour (7 Heures)

Lieu de la formation

Au sein de vos locaux

Délai d'accès à la formation et tarifs

Voir nos conditions sur notre site : hypreviaformation.com