

Gestes et Postures - 14 heures

PUBLIC

Tout salarié appelé à manipuler des charges.

OBJECTIFS

- Être capable de se situer en tant qu'acteur de prévention des risques liés à l'activité physique dans son entreprise ou son établissement.
- Être capable d'observer et d'analyser sa situation de travail en s'appuyant sur le fonctionnement du corps humain, afin d'identifier les différentes atteintes à la santé susceptibles d'être encourues.
- Être capable de participer à la maîtrise du risque dans son entreprise ou son établissement.

CONTENU

- Être capable de situer son rôle en tant qu'acteur de prévention de son établissement :
 - Les risques liés à l'activité physique,
 - Les accidents du travail et les maladies professionnelles,
 - Les principes de la prévention des risques.
- Être capable de comprendre les risques liés à l'activité physique :
 - Les notions élémentaires d'anatomie et de physiologie,
 - Les gestes et postures dans les postes de travail,
 - Les éléments déterminants de l'activité physique.

PRIX

Intra-entreprise : 1 750€ par session.
Inter-entreprise : 308€ par stagiaire.

- Être capable d'adapté les principes de sécurité physique et d'économie d'effort à son poste de travail :
 - Identification des gestes et des postures sur les postes de travail,
 - Identification des déterminants,
 - Analyse des déterminants,
 - Proposition d'amélioration,
 - Principes de base d'économie d'effort.
- Être capable de mettre en application les bonnes pratiques sur son poste de travail.

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- Apports théoriques (exposé, diaporama, film).
- Exercices pratiques : mannequin, étude d'un poste de travail, etc.
- Analyse de situations (et autres méthodes participatives), échanges entre stagiaires.

SUIVI/ÉVALUATION

- Une attestation de suivi de la formation est délivrée à chaque stagiaire ayant suivi l'intégralité du programme.
- Un questionnaire d'évaluation, satisfaction est rempli à la fin de chaque session par chaque stagiaire.

DURÉE

14 heures consécutives (2 jours).

INTERVENANT

Intervenant PRAP certifié, habilité par l'INRS.