

FORMATION GESTES ET POSTURES DE TRAVAIL INTRA -

CODE P500

Personne chargée de la formation dans l'entreprise :

Les moyens d'encadrement sont assurés par le responsable pédagogique du secteur et par le formateur Nom du formateur : A définir

	AT / MP / Accident de Trajet / Importance, statistiques et lien avec les risques physiques		
Programme	Anatomie (fonctionnement et atteinte) y compris particularités liées au fonctionnement du des Importance de propris en compre le répétitivité des gestes dans les atteintes.		
	du dos. Importance de prendre en compte la répétitivité des gestes dans les atteintes.		
	Echauffement, étirements : présentation, différences, utilité de pratiquer pour prévenir les attaintes physiques, proposition d'une méthode d'échauffement, evenuele		
	les atteintes physiques, proposition d'une méthode d'échauffement, exemple d'étirements		
	Organisation des manutentions		
	- L'éducation gestuelle		
	- Recherche d'équilibre		
	- Principes de sécurité physique et d'économie d'effort		
	Mise en pratique (échauffement, manutentions, étirements)		
Objectifs	Connaître les enjeux de la sécurité physique pour mieux prendre soin de soi		
	Savoir privilégier l'utilisation des moyens mécaniques et humains mis à disposition		
	Comprendre l'importance de pratiquer échauffement et étirements		
	Réaliser les manutentions manuelles en respectant les principes de sécurité physique		
	Réagir en aidant et/ou en expliquant quand un collègue semble en difficulté lors d'une		
	manutention manuelle		
D./	Savoir lire et écrire la langue française		
Prérequis		<u> </u>	
Modalités	• QCM	Sanction de	Livret résumé de la formation
d'évaluation	Mises en situation	la formation	
Lieu	Dans vos locaux	Durée	1 journée soit 7 heures
Horaires	A définir	Coûts	790 euros nets de TVA + frais la formation nour un groupe dans vos
			formation pour un groupe dans vos locaux.
_	 A définir après 	Nbre de	
Dates	acceptation de notre offre.	participants	12 personnes maximum
	• Salle équipée de chaises et tables permettant la projection de supports informatiques		
Moyens	(écran ou mur blanc)		
techniques	Ordinateur et vidéoprojecteur		
et pédagogiques	Un tableau Matérial a édaga signa paga Kantasina paga taga salla (asiasa) paiga éa pagtag hidag)		
ct pedagogiques	 Matériel pédagogique pour l'entrainement en salle (caisse à poignée, carton, bidon) Un accès aux postes de travail concernés (autorisation et mise à disposition des EPI pour 		
les participants)			tonsation et mise a disposition des EM pour







