

Dates	Délais d'accès	Tarif
A la demande	15 jours minimum entre la demande et le début de l'action de formation.	Nous consulter

PRÉVENTION DES RISQUES PROFESSIONNELS

POUR L'HOMME AU TRAVAIL

LES GESTES & POSTURES

OBJECTIFS

Cette formation a pour finalité de permettre au salarié de contribuer à sa propre sécurité par l'application des bonnes pratiques de sécurité physique et d'économie d'effort.

COMPÉTENCES VISÉES/Être capable

- De maîtriser des notions élémentaires d'anatomie et de physiologie
- D'observer et d'analyser sa situation de travail en s'appuyant sur le fonctionnement du corps humain
- D'identifier les différentes atteintes à la santé susceptibles d'être encourues
- De mettre en œuvre les principes de sécurité physique et d'économie d'effort

PUBLIC CONCERNÉ

Salariés du secteur de l'industrie, bâtiment, commerce et services qui souhaitent se former en matière de gestes et postures
 Accessibilité Personne en situation de handicap :
 Toute personne présentant un handicap peut suivre cette action de formation.

PRÉREQUIS

Aucun prérequis nécessaire à la formation

PROGRAMME

Théorie

30%

Pratique

70%

- Notions de dangers, risques, prévention, protection
- Notions sur les accidents de travail et de trajet, maladies professionnelles
- Lien avec le Document Unique de l'entreprise
- Qu'est-ce qu'un TMS?
- Fonctions et limites du corps humain (dos et membres supérieurs)
- Analyse d'une situation de travail – Exercices pratiques
- Proposer des améliorations de situation
- Principes de sécurité physique et d'économie d'effort

⊕ Informations

Programme de sensibilisation aux gestes et postures
 Pas de remise de certificat de capacité.

MAINTIEN DES CONNAISSANCES

Tous les 24 mois



De 4 à 10 personnes

DURÉE 7h (1jour) / groupe

* modulable 4H (1/2 journée)/ groupe

LIEU Intra ou inter-entreprise

PROFIL DES INTERVENANTS

Formateur PRAP certifié par l'INRS

MODALITÉ D'ÉVALUATION

Partie Théorique
 Questionnaire à choix multiples
Partie Pratique
 Évaluation sommative

METHODES PÉDAGOGIQUES

Exposés interactifs, démonstrations par le formateur, études de cas, mises en situation...

MOYENS PÉDAGOGIQUES

Caisses à poignées
 Cartons lestés
 Bouteille de gaz ...

DOCUMENTS PÉDAGOGIQUES

Remise d'un livret « **Manutention & mal de dos** » à chaque apprenant

ATTRIBUTION FINALE

Attestation de fin de formation

TEXTES APPLICABLES

Articles L4121-1 et suivants du Code du Travail
 Articles R4541-1 et suivants du Code du Travail