



Gestes et Postures



REF : MOD_20241609

DUREE : 7 heures par journée

PUBLIC

Toute personne concernée par la manutention manuelle au poste d'expédition des marchandises

PRIX

Voir devis délivré

PRE-REQUIS

- Être reconnu apte par la médecine du travail (c'est à l'employeur de s'en assurer)
- Disposer de ses EPI

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

- Limiter les risques musculo- squelettiques provoqués par les gestes répétitifs, le port de charges et les postures professionnelles inadéquates.
- Adopter au quotidien les techniques de gestes et postures afin de limiter les risques de maladies professionnelles et accident du travail.

DESCRIPTION / CONTENU

Théorie

Identifier les risques professionnels·
La réglementation·
Les équipements de protection individuels et collectifs·
Le port de charge et ses conséquences sur le corps humain·
Les principes d'économie d'effort

Mise en pratique

Visite des postes de travail et identification des contraintes·
Port de charges représentatives de l'activité de l'entreprise·
Sensibilisation aux échauffements/éveil musculaire et aux étirements/soulèvements des tensions

Dernière mise à jour :
11 juin 2021

SOCIETE SAS ST FORMATION 71

**3229 Avenue Gabriel Voisin -- 71700 Tournus – Tel : 06.28.21.43.10 – Mail stformation71@outlook.fr
NDA : 27710286071 – N° Activité : 845.062.876 – N° TVA : FR35 845062876 – R.C.S : MACON**



METHODE PEDAGOGIQUE

La formation est délivrée en présentiel par un formateur spécialisé dans le domaine des gestes et postures. La majorité du temps de formation est consacré à la pratique afin de faciliter l'apprentissage et d'optimiser le transfert des réflexes de sécurité sur le terrain.

MOYENS ET SUPPORTS PEDAGOGIQUES

- Animation d'un Powerpoint par un formateur expérimenté
- Vidéoprojecteur / Téléviseur interactif tactile
- Divers matériels pour la réalisation de simulation
- Echange d'expérience

MODALITES D'EVALUATION

- Une attestation de formation est remise à tous les participants
- Questionnaire de satisfaction à compléter par le formateur et les stagiaires

CONTACT

Responsable pédagogique **THIBERT Sébastien**

Adresse mail : stformation71@outlook.fr

Numéro de téléphone : 06.28.21.43.10

MODALITES D'ACCESSIBILITE

Cette formation est disponible à l'initiative de l'employeur et de l'employé. Le délai entre la demande et l'entrée en formation est de 24 à 48h.

ACCESSIBILITE

Nos formations sont adaptées à toutes personnes en situation de handicap, et/ou aux personnes à mobilité réduite. Nous consulter au préalable pour le détail des modalités.