

7 - SECURITE & PREVENTION

REFERENCE AS FORMATION

R - Gestes & Postures 7R-001

OBJECTIF

Modifier les comportements à risque

PUBLIC VISE

Tout public

PRE-REQUIS

Aucun

DURÉE en HEURES :

7h

METHODES PEDAGOGIQUES

- Théorie : Exposés – débats en salle de formation et approche théorique sur support vidéo-projeté
- Pratique : Exercices de manipulation – mises en situation. En intra-entreprise, adaptation aux situations quotidiennes sur le poste concerné
- 4 à 10 stagiaires

FORMACODE :

31776 (Geste posture)

CERTIFICATION / EVALUATION

Attestation de formation

NIVEAU : 0

- Introduction sur les troubles musculo-squelettiques (TMS) et état des lieux des pathologies en France
- Notions d'anatomie et biomécanique
- Facteurs de risque et pathologies du travail
- Etudes des postes de travail (postures statiques)
- L'aménagement du poste de travail (ergonomie, ambiance...)
- La posture à adopter
- Entraînement aux gestes corrects
- Hygiène de vie

DES CONSEILLERS A VOTRE ECOUTE