

Résumé

Préservez la santé de vos équipes et réduisez durablement les risques liés à la manutention manuelle.

En une journée, cette formation Gestes et Postures apporte les fondamentaux anatomiques et ergonomiques indispensables, complétés par des mises en pratique concrètes directement applicables en environnement industriel.

Un levier simple, efficace... et souvent plus rentable qu'un arrêt de travail.

Public et prérequis

Tout public : la formation s'adresse à toute personne qui effectue au cours de son travail, la manipulation manuelle de charges.

Objectifs pédagogiques et professionnels

- Apporter aux stagiaires des connaissances théoriques et des moyens pratiques permettant de préserver leur intégrité physique
- Permettre aux stagiaires de prendre conscience de leurs attitudes au quotidien, et d'adopter un comportement adapté dans diverses tâches de travail
- Prévenir le mal de dos, informer les salariés des risques liés à une manutention manuelle incorrecte
- Former à une gestuelle correcte pour limiter les accidents du travail et les maladies professionnelles, pour aborder en toute sécurité les postures de travail et les difficultés spécifiques de la manutention manuelle

Contenu de la formation

- Connaissances théoriques : Anatomie, Physiologie, Hygiène de vie, ...
- Les principes ergo moteurs de base
- Gestes et postures de sécurité : exercices pratiques
- Outil d'analyse de la situation de travail et des postures de travail
- Introduction sur les TMS (Troubles musculosquelettiques)
- Étude de postes de travail

Méthodes pédagogiques et d'encadrement

Apports théoriques :

- Connaissances nouvelles, introduction à la pratique

Apports de pratique expérimentale en salle :

- Validation de la théorie, éducation gestuelle, techniques de manutention, organisation des manutentions manuelles
- Apports pratiques concrets pour chaque stagiaire

CENTRES DE FORMATION

Colmar, Strasbourg, Mulhouse, Reichshoffen

DURÉE DE LA FORMATION

1 jour

ACCUEIL PSH

Formation ouverte aux personnes en situation de handicap. Solutions personnalisées à étudier avec le référent handicap du centre concerné

Les + du Pôle formation

- + de 4000 personnes formées/an dont 1600 apprentis
- + de 1250 entreprises nous font confiance
- + de 10 partenariats avec des écoles

- Une pédagogie innovante et participative assurée par des formateurs experts
- Une approche agile pour se former aux métiers de demain

- Taux de réussite : www.formation-industries-alsace.fr/nos-taux-de-reussite

La formation est réalisée par un spécialiste en ergonomie, gestes et postures, qui illustre ses propos par des exemples issus de la pratique.

Modalités d'évaluation

Validation des acquis par le groupe et l'animateur tout au long de la formation.

Validation et certification

A l'issue de la formation, les participants se verront remettre une attestation de formation.

Suite de parcours, passerelles et équivalences

Des modules complémentaires sont disponibles et peuvent être intégrés à votre projet. Pour toute demande spécifique, nous consulter.