

Formation gestes et postures

Appréhender les risques physiques dus à une mauvaise posture au travail.

Durée: 7.00 heures (1.00 jours)

Profils des apprenants

- Tous les salariés

Prérequis

- Aucun

Objectifs pédagogiques

- Maîtriser les techniques de gestes et postures de travail pour atténuer la fatigue et réduire la fréquence des accidents,
- Adopter la bonne posture pour limiter les risques de tendinites ou autres troubles musculo-squelettiques.

Contenu de la formation

- Contextes règlementaires,
- Notions d'anatomie et de physiologie,
- Risques et accidents,
- Prévention,
- Gestes et postures adaptés,
- Aménagement des postes de travail,
- Exercices et cas pratique.

Organisation de la formation

Équipe pédagogique

Formation délivrée par un professionnel.

Ressources pédagogiques et techniques

- Accueil des apprenants dans une salle dédiée à la formation.
- Salle comprenant : paperboard, vidéoprojecteurs, tables, chaises.
- Documents supports de formation projetés.
- Exposés théoriques
- Étude de cas concrets
- Mise à disposition en ligne de documents supports à la suite de la formation.

Dispositif de suivi de l'exécution de l'évaluation des résultats de la formation

- Feuilles de présence.
- Questions orales ou écrites.
- Questionnaire de validation des acquis.
- Mises en situation.
- Formulaires d'évaluation de la formation (à chaud et à froid).
- Certificat de réalisation de l'action de formation.

Prix : Nous consulter