

Formations

Ergonomie au travail:

Gestes et Postures

Prérequis : Compréhension orale et écrite du français.

Durée : 7h / 1 jour

Public ciblé : Personnel d'entreprise ou d'établissement public.

Participants : 4 à 10 apprenants.

Tarifs : Formations intra-entreprise sur devis personnalisé sous 24 à 48h.

Formation inter-entreprise 90€ par participants.

Objectif de la formation : L'apprenant sera capable à l'issue de la formation :

- Maîtriser les techniques de manutention et port de charge
- Appliquer les principes de sécurité physique sur son poste de travail
- Adapter les exemples et exercices

Programme de la formation :

- **Analyse des accidents du travail liés aux manutentions manuelles**
 - Étude des postes de travail vus avec les apprenants en formation.
 - Notions d'anatomie et de physiologie, mise en évidence des risques d'accidents (osseux, musculaires, articulaires), techniques gestuelles.
 - Notions d'ergonomie
- **Manipulations des charges**
- **Comprendre le mécanisme d'apparition de certaines pathologies dorsales**
- **Analyse des postes de travail et adaptation des PSPEE sur celui-ci**
- **Synthèse et bilan**

Méthode pédagogique : Alternance entre interactions théoriques et pratiques s'adaptant aux vécu professionnel et personnel des apprenants. Mise en situation au plus proche de la réalité pour une immersion totale. Aide-mémoire offert aux apprenants.

Lieu : Salle dédié en intra entreprise ou externe.

Renouvellement : Conseillé tous les ans.

Formateur : Formateur PRAP certifié INRS.



Suivi et Évaluation :

Évaluation continue durant la formation lors des mises en situation proche des situations de travail.

Évaluation et attribution finale :

Attestation de fin de formation.
Pas de possibilité de validation partielle.