

Proest Formation Conseil,
Technopole Forbach Sud - 91, rue Robert Bunsen 57460 Behren-lès-Forbach Code APE 8559B
Contact : agence@proest.fr / tél : 03 87 88 32 41

PROGRAMME DE FORMATION GESTES ET POSTURES

Programme de la formation envisagée, tel que prévu à l'article L. 6353-1 du code du travail

Objectifs pédagogiques :

- Prendre conscience des risques liés à la manutention manuelle et savoir analyser les risques, Appliquer les bons gestes et les bonnes postures lors des manutentions Participer à l'amélioration des conditions de travail et à la qualité de vie dans son entreprise.

Durée :

- 7h / 1 jour

Prérequis :

- Aucun

Public visé :

- Tout public Accessibilité aux personnes handicapées*
- Groupe : 12 stagiaires maximum (mini de 4)

Accessibilité* :



Prenez contact avec le référent handicap du centre qui étudiera votre situation et les possibilités d'accès.

- Délai d'accès : 15 jours
- Tarif : 899 € HT

***sous réserve de la localisation et du nombre de participants.**

Contenu :

- Sensibilisation aux risques d'accidents par manutention
- Statistiques des accidents de travail et des maladies professionnelles liées à la manutention
- Aspects réglementaires
- Notions d'anatomie et de physiologie appliquées.
- Notions d'effort, de fatigue
- Les lésions
- Principe d'économie d'effort
- Détermination des positions des différentes parties du corps pour une bonne appréhension de la charge
- Démonstrations et apprentissage de gestes types en manutention de charges
- Choix des prises
- Exercices pratiques – Manipulation de charges de natures diverses (charges spécifiques à l'établissement).
- Visionnage et analyse des mises en situation après apprentissage
- Les postures de travail
- Approche de l'organisation du poste de travail

Moyens pédagogiques et technique :

- Pédagogiques : Apports théoriques, études de cas concrets, mises en situation, exercices interactifs.
- Techniques : Formation en salle équipée

Suivi et évaluation des résultats :

- Test de niveau à l'entrée
- Fiche de présence
- Attestation de fin de formation et certificat de réalisation
- Evaluation des connaissances

Évaluation : Une validation des acquis est réalisée à l'issue de la formation / Quiz de fin de parcours

Validation

- En cas d'avis favorable : Délivrance d'une Attestation de Fin de Formation avec avis favorable
- En cas d'avis défavorable : Délivrance d'une Attestation de Fin de Formation avec avis défavorable et grille des compétences non acquises

Proest Formation Conseil,
Technopole Forbach Sud - 91, rue Robert Bunsen 57460 Behren-lès-Forbach Code APE 8559B
Contact : agence@proest.fr / tél : 03 87 88 32 41

Equipe pédagogique : Personnel formateur certifié Proest.

Siret : 889 128 864 00010

Organisme de Formation enregistré sous le numéro : 44 570 410 057 auprès du préfet de région Grand-Est d'acquisition du numéro de déclaration. Cet enregistrement ne vaut pas l'agrément de l'Etat.

Programme gestes et postures indice 5 Mise à jour le 19/08/2022